

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

УТВЕРЖДАЮ
Директор филиала
Н.А.Кожанов
« 31 » августа 2017г.



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
по самостоятельной работе студентов
учебной дисциплины

ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности


для специальности
08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство

Базовая подготовка

Рославль
2017


Методические рекомендации по самостоятельной работе студентов рассмотрены и одобрены на заседании цикловой комиссии общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Протокол № 1 от «29» августа 2017 г.

Председатель цикловой комиссии _____  С.А.Уденков

Содержание методических рекомендаций рассмотрено и одобрено на заседании Методического совета филиала.

Протокол № 1 от «30» августа 2017г.

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

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

- 1. Виды самостоятельных работ и методические рекомендации по их выполнению**
- 2. Структура заданий для самостоятельных работ. Темы рефератов**
- 3. Список рекомендованной литературы**

Введение

Назначение данного пособия - оказание методической помощи обучающимся в выполнении самостоятельной внеаудиторной работы.

В структуру пособия входят следующие разделы:

1. Введение;
2. Виды самостоятельных работ и методические требования по их выполнению;
3. Структура заданий для самостоятельной работы;
4. Темы рефератов;
5. Список учебной литературы.

Задания для выполнения самостоятельно работы имеют следующую структуру:

1. Наименование раздела;
2. Наименование темы и количество часов на самостоятельную работу;
3. Задание;
4. Цель выполнения задания;
5. Методические указания по выполнению работы;
6. Вопросы для самоконтроля;
7. Список литературы;
8. Форма отчетности.

На внеаудиторную самостоятельную работу по дисциплине «ОБЖ» отводится 37ч.

Задания самостоятельной работы составлены на основе рабочей программы по дисциплине «ОБЖ».

Для полного овладения знаниями и умениями, обучающемуся необходимо заниматься внеаудиторной самостоятельной работой в течение учебного года.

Задания самостоятельной работы определяются преподавателем.

Самостоятельная работа предусматривает работу студента с учебником, учебными пособиями, электронными ресурсами. Изучив теоретический материал, обучающийся должен выполнить определенные виды работы: составить тезисы, тезисный план, конспект, подготовить сообщение, заполнить таблицу и т.д.

В качестве видов контроля предусмотрено: учет выполненных самостоятельных работ.

1. Виды самостоятельных работ и методические рекомендации по их выполнению:

Конспект объединяет в себе план, выписки и тезисы; показывает внутреннюю логику изложения; содержит основные выводы, важные положения, факты, доказательства; отражает отношение составителя к материалу и может быть использован в работе не только самим автором, но и другим человеком.

Запомнить: При составлении конспекта необходимо избегать многословия, излишнего цитирования, стремления сохранить стилистическую особенность текста не в ущерб его логике.

Виды конспектов:

- 1) **Плановый:** составляется при помощи предварительного плана; каждому его пункту соответствует определённая часть конспекта;
- 2) **Текстуальный:** составляется преимущественно из цитат, которые связаны логическими переходами;
- 3) **Свободный:** представляет собой сочетание выписок, цитат и иногда тезисов;
- 4) **Тематический:** не отражает всего содержания текста, отрабатывает лишь определённую тему, отвечает на конкретный вопрос;
- 5) **Хронологический:** отражает хронологическую последовательность событий на фоне показа самих событий;
- 6) **Обзорный:** раскрывает конкретную тему с использованием чаще всего нескольких источников.

План — самая краткая запись, которая отражает последовательность изложения мысли; раскрывает и обобщает содержание текста; может заменить конспект и тезисы; помогает составлять записи разного рода - готовить сообщения, доклады, рефераты и т. д.; организует самоконтроль; сосредоточивает внимание; используется, чтобы восстановить в памяти хорошо знакомый текст.

Принципы составления плана:

А) готового текста:

- 1) членение текста на смысловые блоки;
- 2) определение главной мысли каждого выделенного смыслового блока;
- 3) формулирование пункта плана, выделяющего то существенное, что связывает его с другими частями текста в логическое целое.

Б) создаваемого текста:

- 1) прогнозирование структуры создаваемого текста через его причастность (введение, основная часть, заключение);
- 2) определение главной мысли каждой части;
- 3) установление круга важных вопросов в составе каждой части;
- 4) формулирование пунктов и подпунктов плана, составляющих в целом логическое единство

Виды плана:

А) Простой

I. ...

II. ...

III. ...

и т. д.

Б) Сложный

I. ...

1) ...

2) ...

II. ... и т. д.

Запомнить: Пункт плана формулируется как тема, направление изложения мысли, что может быть выражено через слово или словосочетание.

Требования к составлению конспекта: конкретность, сохранение внутренней последовательности и логики; фактичность и отсутствие многословия; стилистика плана; в зависимости от вида обрабатывается одна или несколько тем

Сообщение - это краткое изложение тенденций, явлений, составляющих проблемы; информационная выдача данных, каких-либо сведений (знаковых, текстовых, изобразительных, числовых). Сообщение отличается краткостью, конкретностью, лаконичностью и чаще носит характер оповещения чем анализа, обобщения. При завершении раздела сообщения имеют аналитический характер и могут отражать определенные тенденции в развитии явления или в разработке проблемы.

Требования к составлению сообщения: информативность, краткость, конкретность, лаконичность, характер оповещения.

Схема должна быть замкнутой; логически последовательной по горизонтали и вертикали; не повторяться в цепи; стрелки указывающие направление движения, правильно сориентированы на вход и на выход; по масштабу не больше страницы, т.е. зрительно-осязаемой. При составлении следует придерживаться следующих этапов— ознакомление со статистическим и учебным материалом обдумывание — планирование — написание—логическая проверка — правка на входе и выходе.

Требования к схеме: замкнута, логически последовательна по горизонтали и вертикали; стрелки правильно сориентированы на вход и выход; зрительно-осязаема.

Тезисы—это кратко сформулированные основные положения доклада, статьи, книги. Они служат для повторения, сжатой формулировки и заключения прочитанного и изученного, всегда подразумевают аргументацию, выявляют суть содержания, позволяют обобщить материал.

В тезисах кратко и логично излагается развитие темы. Каждый тезис освещает особую микротему и составляет обычно отдельный абзац. В отличие от плана, который даже в развернутой форме только называет рассматриваемые вопросы, тезисы должны раскрывать решение этих вопросов.

Стремление автора тезисов к краткости обуславливает отсутствие в них примеров и цитат.

Виды тезисов:

1) Простые: Чаще всего состояются из цитат;

2) Основные: Формулируются самостоятельно;

3) Сложные: Совмещают в себе записи двух видов.

Требования к составлению тезисов: следование выбранному виду тезисов; каждый тезис должен указывать проблему и раскрывать ее решение

Таблица — это сжатая передача информации с выходом на причинно - следственные связи, для проведения аналогий во времени или для сравнения этих

аналогий в пространстве. Включение выводов и структура таблицы зависят от схемы заданной «шапки» таблицы.

Требования к составлению таблицы: фактическая конкретность, краткость выражения мысли; зрительная осязаемость

Граф графическое изображение изучаемого материала; указывает уровни расположения элементов и их соподчиненность. Служат для изучения, повторения и закрепления материала.

Требования к графу: конкретность, логическая последовательность, зрительно-осязаем.

Презентация необходима для привлечения внимания к конкретной проблеме, красочного подтверждения своих аргументов, выводов. Ее форма может быть разнообразной: от собственной зарисовки механическим способом до моделирования на электронных носителях, от макетов до реальных материальных объектов.

Требования к составлению презентации: информативность, наглядность, красочность, доступность для перевода образов в логические умозаключения.

Эссе должно содержать: четкое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария, рассматриваемого в рамках дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме. В зависимости от специфики дисциплины формы эссе могут значительно дифференцироваться. В некоторых случаях это может быть анализ имеющихся статистических данных по изучаемой проблеме, анализ материалов из средств массовой информации и использованием изучаемых моделей, подробный разбор предложенной задачи с развернутыми мнениями, подбор и детальный анализ примеров, иллюстрирующих проблему и т.д.

Процесс написания: обдумывание — планирование — написание — проверка — правка (**Планирование** — определение цели, основных идей, источников информации, сроков окончания и представления работы. **Идеи, как и цели,** могут быть конкретными и общими, более абстрактными. **Пересмотр** означает редактирование текста с ориентацией на качество и эффективность).

Построение эссе - это ответ на вопрос или раскрытие темы, которое основано на классической системе доказательств. Структура: введение, основная часть, заключение.

Требования к написанию эссе: четкое изложение сути поставленной проблемы, самостоятельно проведенный анализ проблемы с помощью аналитического инструментария (классификация, обобщение, сравнение, аналогия, тождественность) в рамках дисциплины; авторская позиция в форме развернутого мнения; адекватный подбор примеров, иллюстраций для подтверждения своего мнения

СТРУКТУРА ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Самостоятельная работа № 1 (2ч.)

Тема 1.1. Вводный инструктаж

Задание:

Подготовить рефераты по следующим темам: Краткая характеристика опасных ситуаций социального характера. Криминогенная обстановка в местах проживания, правила безопасного поведения в местах повышенной криминогенной опасности: рынок, общественный транспорт, подъезд дома, лифт, стадион.

Цель задания:

Изучение и отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом, современной публицистикой об опасных ситуациях природного, техногенного и социального характера, возникающих в повседневной жизни и правилах поведения в них; роль несовершеннолетних в возникновении опасных ситуаций социального характера; уголовная ответственность несовершеннолетних.

Критерии оценки сообщения: масштаб и глубина проработки материала; грамотность раскрытия темы; сумма обобщённого материала; степень критического осмысления; умение оперировать интонацией голоса при выступлении; умение парировать на вопросы при обсуждении

Литература (по списку) - 1,3

Самостоятельная работа № 2 (2ч.)

Тема 1.2. Здоровье и здоровый образ жизни Задание:

подготовить презентации по следующим темам: Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека.

Цель задания:

- выяснить основные положения о здоровье и здоровом образе жизни и личной гигиены;
- провести анкетирование обучающихся ГОУ СПО СПТ об их отношении к ЗОЖ;
- уметь планировать свой режим дня, рационально сочетая в нем умственные и физические нагрузки;
- научиться составлять рацион питания;
- поддерживать необходимый уровень своего здоровья - работоспособность;

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом, современной публицистикой о здоровье и ЗОЖ, оцените проблемы, которые есть в современном обществе и лично у вас; подготовьте презентацию по данной теме.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами

Литература (по списку) - 1, 3

Самостоятельная работа № 3 (2 ч.)

Тема 1.3. Двигательная активность и закаливание организма

Задание подготовить презентации по следующим темам:

Двигательная активность и закаливание организма. Занятия

физической культурой. Режим труда и отдыха. Биологические ритмы и трудоспособность человека

Цель задания:

- выяснить основные положения о здоровье и здоровом образе жизни и личной гигиены;
- уметь планировать свой режим дня, рационально сочетая в нем умственные и физические нагрузки;
- научиться составлять рацион питания;
- поддерживать необходимый уровень своего здоровья - работоспособность;

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом, современной публицистикой о здоровье и ЗОЖ, оцените проблемы, которые есть в современном обществе; подготовьте презентацию на электронном носителе.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами

Литература (по списку) - 1, 3

Самостоятельная работа № 4 (2ч.)

Тема 1.4. Вредные привычки и их профилактика Задание подготовить презентации по следующим темам:

Социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Правовые основы об ограничении курения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании **Цель задания:** студент должен *знать:*

- о влиянии на здоровье человека вредных привычек;
- о значении профилактики вредных привычек для сохранения здоровья;

уметь:

- противостоять вредным привычкам;
- проводить профилактические мероприятия за здоровый образ жизни.

Методические указания по выполнению задания: прочитайте учебный и дополнительный материал о вредных привычках и их профилактике; дайте свою оценку о влиянии на здоровье человека вредных привычек; курении и его влиянии на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

С учётом полученных ответов составьте презентацию, опираясь на которую сможете аргументировано защищать изложенную точку зрения.

Критерии оценки тезисов: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами **Литература (по списку) - 1,3**

Самостоятельная работа № 5 (2ч.)

Тема 1.5. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества Задание:

Подготовить конспект по теме: Семья в современном обществе. Семейное

законодательство РФ. Брак и семья. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей

Цель задания: студент должен *знать*:

- основные понятия репродуктивного здоровья;
- меры профилактики венерических болезней; *уметь*:
- соблюдать правила личной гигиены;
- проводить профилактические мероприятия за здоровый образ жизни.

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом по теме; тезисно изложите указанные темы, отвечая на вопросы:

Правила личной гигиены. Гигиена одежды.

Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.

ВИЧ - инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения.

Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ - инфекцией.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами **Литература (по списку) - 1, 2,3,4,5**

Самостоятельная работа № 6 (2ч.)

Тема: 1.6. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика

Задание:

Подготовить реферат по теме: Инфекционные заболевания, эпидемии и их профилактика

Цель задания: студент должен *знать*:

- методы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях, несчастных случаях;
- наиболее распространенные инфекционные заболевания, причины их возникновения, меры профилактики;

уметь:

- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим при ранениях, кровотечениях, травмах;
- проводить непрямой массаж сердца и искусственное дыхание;
- проводить профилактические мероприятия в борьбе с инфекционными болезнями

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с содержанием учебного материала. В чем заключается первая медицинская помощь при ранениях, профилактика осложнения ран. Первая помощь при укусах животных и насекомых.

Критерии оценки реферата: масштаб и глубина проработки материала; грамотность раскрытия темы; сумма обобщённого материала; степень критического осмысления; умение оперировать интонацией голоса при выступлении; умение парировать на вопросы при обсуждении

Литература (по списку) - 1

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Самостоятельная работа № 7 (2ч.)

Тема: 2.1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Задание:

Подготовить доклады по теме: Роль антропогенного фактора в возникновении чрезвычайных и опасных ситуаций (деятельность АЭС, химическое производство, товаров массового потребления и т. д. ПДК токсических выбросов и уровни энергетических загрязнителей. Меры по охране окружающей среды.

Цель задания: студент должен

знать:

- влияние хозяйственной деятельности человека на атмосферу, гидросферу и биосферу;

уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.

Методические указания по выполнению задания:

ознакомьтесь с содержанием учебного материала. В чем заключается влияние хозяйственной деятельности человека на атмосферу, гидросферу и биосферу. Дайте характеристику предприятий в районе проживания и обучения в настоящее время (ГОУ СПО СПТ), а также их влияние на человека и природную окружающую среду.

Критерии оценки доклада: масштаб и глубина проработки материала; грамотность раскрытия темы; сумма обобщённого материала; степень критического осмысления; умение оперировать интонацией голоса при выступлении; умение парировать на вопросы при обсуждении

Литература (по списку) - 1, 2,3,4, 6

Самостоятельная работа № 8 (2ч.)

Тема: 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Задание:

Подготовить конспект по теме: ФЗ «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

Цель задания студент должен:

знать:

- права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций;

уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом по теме; тезисно изложите указанные темы, отвечая на вопросы:

силы и средства, предназначение, решаемые задачи по защите населения от чрезвычайных ситуаций; структура. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами

Литература (по списку) - 1, 4, 6, 10

Самостоятельная работа № 9 (2ч.)

Тема: 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Задание:

Подготовить доклад по теме: Меры профилактики производственного травматизма

Цель задания студент должен:

знать:

- методы средства оказания первой медицинской помощи при возможных травмах на производстве;
- требования по технике безопасности на рабочем месте;

уметь:

- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим при травмах;

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с содержанием учебного материала. В чем заключаются общие требования к технике безопасности при работе с электрическими приборами, режущими инструментами во время работы. Ваши действия при поражении человека электрическим током, оказание первой медицинской помощи.

Критерии оценки доклада: масштаб и глубина проработки материала; грамотность раскрытия темы; сумма обобщённого материала; степень критического осмысления; умение оперировать интонацией голоса при выступлении; умение парировать на вопросы при обсуждении

Литература (по списку) - 1, 2,3,4, 6

Самостоятельная работа № 10 (2ч.)

Тема: 2.3. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны

Задание:

Подготовить конспекты по теме: Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.

Цель задания студент должен: **знать:**

- основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- способы защиты и оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;

уметь:

- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты в чрезвычайных ситуациях;
- действовать по сигналу «Внимание, Всем!»

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом по теме; тезисно изложите указанные темы.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами
Литература (по списку) - 1, 4, 6, 10

Самостоятельная работа № 11 (2ч.)

Тема: 2.3. Гражданская оборона - составная часть обороно-способности страны

Задание:

Подготовить реферат по теме: Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени **Цель задания** студент должен: **знать:**

- основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- способы защиты и оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;

уметь:

- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты в чрезвычайных ситуациях;
- действовать по сигналу «Внимание, Всем!»

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с содержанием учебного материала. В чем заключается оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Как происходит организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени? Есть ли основания гражданам РФ отказать в защите от ЧС мирного времени? Обоснуйте свой ответ.

Критерии оценки реферата: масштаб и глубина проработки материала; грамотность раскрытия темы; сумма обобщённого материала; степень критического осмысления; умение оперировать интонацией голоса при выступлении; умение парировать на вопросы при обсуждении

Литература (по списку) - 1,2,3, 4, 5,6

Самостоятельная работа № 12 (2ч.)

Тема: 2.4. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан

Задание:

Подготовить доклад по теме: Полиция в Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств

Цель задания студент должен:

знать:

- основные мероприятия, проводимые государственными службами, по охране населения в чрезвычайных ситуациях мирного времени;

уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с содержанием учебного материала, ФЗ «О полиции». В докладе необходимо ответить на следующие вопросы:

- основное назначение полиции (6);
- какие функции возлагаются на полицию в целях достижения максимальной

эффективности ее работы;

Критерии оценки реферата: масштаб и глубина проработки материала; грамотность раскрытия темы; сумма обобщённого материала; степень критического осмысления; умение оперировать интонацией голоса при выступлении; умение парировать на вопросы при обсуждении

Литература (по списку) - 1, 2,7,8

Самостоятельная работа № 13 (2ч.)

Тема: 2.4. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан

Задание:

Подготовить конспекты по теме: Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области безопасности **Цель задания** студент должен: **знать:**

- основные мероприятия, проводимые государственными службами, по охране населения в чрезвычайных ситуациях мирного времени;

уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом по теме; тезисно изложите указанные темы.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами

Литература (по списку) - 1,7,8

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Самостоятельная работа № 14 (2ч.)

Тема: 3.1. История создания Вооруженных Сил России

Задание:

Подготовить конспект по теме: Функции и основные задачи современных ВС РФ, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности

Цель задания студент должен:

знать:

- основные требования Концепции национальной безопасности и Военной доктрины Российской Федерации

- виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации;

уметь:

- развивать в себе необходимые познавательные качества, отвечающие требованиям военной службы.

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом по теме; тезисно изложите указанные темы.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без

искажения сути; насыщенность аргументами
Литература (по списку) - 1,2,3, 4, 5,6,8

Самостоятельная работа № 15 (2ч.)

Тема: 3.3. Военная обязанность

Задание:

Подготовить конспект по теме: Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Общие права и обязанности военнослужащих

Цель задания студент должен:

знать:

- основные понятия воинской обязанности граждан;
- общие требования к уровню подготовки призывника;

уметь:

- развивать в себе необходимые физические качества, отвечающие требованиям военной службы.

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом по теме; тезисно изложите указанные темы.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами

Литература (по списку) - 1,2,3,4, 5,6,8

Самостоятельная работа № 16 (2ч.)

Тема: 3.4. Символы воинской чести.

Задание:

Подготовить конспект по теме: Боевое Знамя воинской части - особо почетный знак, отличающийся особенностями боевого предназначения. Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе

Цель задания студент должен:

знать:

- правовые основы военной службы и порядок её прохождения;

уметь:

- развивать в себе необходимые психологические и профессиональные качества, отвечающие требованиям военной службы.

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом по теме; тезисно изложите указанные темы.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами

Литература (по списку) - 1, 2,3,4,5,6

Самостоятельная работа № 17 (2ч.)

Тема: 3.5. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации

Задание:

Подготовить презентацию по теме: Ритуал приведения к воинской присяге

Цель задания студент должен:

знать:

- правовые основы военной службы и порядок её прохождения;

уметь:

- развивать в себе необходимые психологические и профессиональные качества, отвечающие требованиям военной службы.

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с учебным материалом, современной публицистикой, упоминания данного ритуала в художественной литературе (в какой, автор) подготовьте презентацию на электронном носителе.

Критерии оценки сообщения: логическая последовательность изложения; степень выявления сути содержания, доступности ее изложения; умение обобщать без искажения сути; насыщенность аргументами

Литература (по списку) - 1, 2,3,4,5,6, 8

Самостоятельная работа № 18 (Зч.) Тема: Законодательство ВС РФ

Задание:

Реферат. Конституция РФ и Законы "Об обороне", "О статусе военнослужащих", "О воинской обязанности и военной службе".

Цель задания:

Подготовить рефераты по теме Законодательства Вооруженных Сил РФ: Конституция РФ и Законы "Об обороне", "О статусе военнослужащих", "О воинской обязанности и военной службе".

Цель задания студент должен:

знать:

- правовые основы военной службы и порядок её прохождения;

уметь:

- развивать в себе необходимые психологические и профессиональные качества, отвечающие требованиям военной службы.

Методические указания по выполнению задания: ознакомьтесь с основными законами, регламентирующими военную службу в РФ.

На дифференцированном зачете будет оцениваться реферат по данной теме и знания изложенные в нем.

Критерии оценки реферата: масштаб и глубина проработки материала; грамотность раскрытия темы; сумма обобщённого материала; степень критического осмысления; умение оперировать интонацией голоса при выступлении; умение парировать на вопросы при обсуждении

Литература (по списку) - 1, 2,3,4,5,6,8

Основная литература

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник. Академия, 201 г.
2. М.П. Фролов, Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 11 кл. под ред. – Москва: АСТ: Астрель, 2014
3. М.П. Фролов, Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. под ред. - Москва: АСТ: Астрель, 2014
4. В.Ю. Микрюков Основы военной службы. Учебник М.: Форум 2015

Дополнительная литература

5. Конституция Российской Федерации.
6. Федеральные законы РФ: «Об образовании», «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», "Об обороне", "О воинской обязанности и военной службе", «О внесении изменений в Федеральный закон» О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму».
7. Семейный кодекс РФ (действующая редакция)
8. Уголовный кодекс РФ (последняя редакция)
9. Вишняков Я.Д. Основы противодействия терроризму Учебное пособие - М Академия, 2006

Интернет - источники

<http://www.roman.by/r-21541.html> <http://www.neuch.ru/referat/22348.html>
www.nestudent.ru (картинки)
www.Grandars.ru «Основы безопасности жизнедеятельности»

Контрольная работа № 1

Вариант № 1

1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, источники их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам их распространения и тяжести последствия; действия населения при их возникновении.
2. Перечислите наиболее вероятные чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера для района проживания; защита населения и территорий.
3. Современные средства поражения и их поражающие факторы.

Вариант № 2

1. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, источники их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам их распространения и тяжести последствия; действия населения при их возникновении.
2. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний, назначенных несовершеннолетним.
3. Организация и структура управления ГО. Гражданская оборона в колледже; основные задачи, силы и средства.

Вариант № 3

1. Влияние хозяйственной деятельности человека на окружающую среду. Меры по охране окружающей среды.
2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций.
3. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях. Средства индивидуальной защиты населения

Вариант № 4

1. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения.
2. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.
3. Медицинские средства защиты и профилактики.
Эвакуация населения. Организация и проведение эвакуации. Назначение и работа эвакуокомиссий. Обязанности и правила поведения населения при эвакуации

Контрольная работа № 2 Вариант № 1

1. Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека.
2. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека.
3. Ранения, их виды. Первая медицинская помощь при ранениях. Профилактика осложнения ран. Реанимация.

Вариант № 2

1. Влияние окружающей среды на здоровье человека. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
2. Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.
3. Кровотечения, их виды. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Реанимация.

Вариант № 3

1. Рациональное питание и его значение для здоровья и работоспособности человека. Гигиена питания
2. ВИЧ - инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ - инфекцией.
3. Острая сердечная недостаточность, инсульт, профилактика. Реанимация.

Вариант № 4

1. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Режим труда и отдыха.
2. Профилактика вредных привычек. Социальные последствия вредных привычек.
3. Способы временной остановки кровотечений. Правила наложения кровоостанавливающего жгута. Реанимация.

Контрольные вопросы

Тема: «Основы здорового образа жизни»

Вариант 1.

Что такое здоровый образ жизни и, каковы его составляющие?

Что понимается под режимом труда и отдыха и, каковы его основополагающие принципы?

Какие правила следует выполнять, чтобы занятия физической культурой стали привычкой?

Вариант 2.

Какие основные элементы жизнедеятельности человека обеспечивают высокий уровень жизни?

Оценкой, каких составляющих можно определить уровень физической формы человека? Дайте определение этих составляющих.

Каким образом влияют на организм человека закаливающие процедуры? Назовите основные виды закаливания.

Контрольные вопросы

Тема «Уголовная ответственность несовершеннолетних»

Вариант 1.

Как подразделяются преступления в зависимости от характера и степени общественной опасности? Какое максимальное наказание предусмотрено Уголовным кодексом РФ для каждого вида преступления?

Что понимается под угоном автомобиля и какое наказание предусмотрено за это преступление?

Что такое хулиганство? Какими признаками оно характеризуется?

Вариант 2.

С какого возраста наступает уголовная ответственность, и какие виды наказаний назначаются несовершеннолетним?

Какая уголовная ответственность предусмотрена за криминальные действия на железнодорожном, воздушном и водном транспорте?

Что такое вандализм? В каких действиях он может выражаться?

Контрольные вопросы

Тема: «Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера»

Вариант 1.

Какие места в доме и на улице наиболее безопасны в случае землетрясения, урагана, бури и смерча?

Как следует действовать во время пожара в здании?

Какие действия необходимо предпринять при заблаговременном оповещении о наводнениях?

Вариант 2.

Каким образом можно подать сигналы, позволяющие вас обнаружить при внезапном наводнении и если вы, оказались в завале?

Какие действия необходимо предпринять при оповещении об аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ?

Как следует действовать при внезапном землетрясении?

Контрольные вопросы

Тема: «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)»

Вариант 1.

С какой целью создана Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)?

Из каких подсистем и уровней состоит РСЧС?

Какие права имеют граждане Российской Федерации в области защиты от чрезвычайных ситуаций?

Вариант 2.

Какие основные задачи выполняет РСЧС?

Что включают в себе силы и средства РСЧС? Какие функции на них возложены?

Какие обязанности возложены граждан Российской Федерации в области защиты от чрезвычайных ситуаций?

Контрольные вопросы

Тема: «Законодательные и нормативные акты Российской Федерации по обеспечению безопасности»

Вариант 1.

Какими законами Российской Федерации обеспечивается безопасность граждан нашей страны?

Что такое безопасность? В чем заключаются основные принципы обеспечения безопасности?

Какие права и обязанности установлены для граждан Федеральным законом «Об обороне»?

Вариант 2.

Что включают в себя силы обеспечения безопасности в соответствии с законом Российской Федерации «О безопасности»?

Какие права установлены для граждан Федеральным законом «О пожарной безопасности»?

В чем заключаются основные принципы обеспечения безопасного дорожного движения?

Контрольные вопросы

Тема: «Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время»

Вариант 1.

Для какой цели предназначена гражданская оборона Российской Федерации?

Какие основные задачи возложены на общеобразовательные учреждения в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций?

Что должен знать и уметь учащийся, чтобы защитить себя и окружающих в чрезвычайной ситуации?

Вариант 2.

Для выполнения, каких основных задач предназначена гражданская оборона Российской Федерации?

Графически изобразите систему предупреждения и ликвидации ЧС нашего учреждения.

Какие основные документы разрабатываются в образовательных учреждениях на случай возникновения чрезвычайной ситуации?

Контрольные вопросы

Тема: «Современные средства поражения и их поражающие факторы»

Вариант 1.

На чем основано поражающее действие ядерного оружия? На какие виды подразделяются ядерные взрывы?

Дайте определение отравляющих веществ. На какие виды они подразделяются в зависимости от воздействия на организм человека?

Что такое бактериологическое оружие? Какими способами оно может применяться?

Вариант 2.

Назовите поражающие факторы ядерного взрыва. Каким образом они воздействуют на человека?

В каком виде могут быть применены отравляющие вещества и, какими средствами они могут быть доставлены к цели?

На какие виды подразделяются современные обычные средства поражения?

Контрольные вопросы

Тема: «Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время»

Вариант 1.

Какими способами производится оповещение населения о чрезвычайной ситуации и в чем они заключаются?

Какие сооружения относятся к средствам коллективной защиты? Что запрещается делать в защитных сооружениях?

Вариант 2.

На какие виды подразделяются средства индивидуальной защиты населения? Какие защитные средства относятся к каждому из видов?

Что такое санитарная обработка? Какие виды санитарной обработки вы знаете и, в чем они заключаются?

Контрольные вопросы

Тема: «Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний»

Вариант 1.

Дайте определения понятия «здоровье», сформулированного Всемирной организацией здравоохранения. Из каких составляющих складывается здоровье?

На какие группы подразделяются инфекционные заболевания? Какие наиболее распространенные инфекции входят в каждую из этих групп?

Какими способами передается инфекция?

Вариант 2.

По каким основным критериям принято оценивать здоровье человека?

Что такое иммунитет? Назовите разновидности иммунитета.

Сформулируйте основные правила профилактики инфекционных заболеваний.

Контрольные вопросы

Тема «Вооруженные силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества»

Вариант 1.

Дайте определение Вооруженных Сил государства. Из каких видов и других организационных структур состоят Вооруженные Силы Российской Федерации?

Что понимается под обороноспособностью государства и, от каких факторов она зависит?

Какие войска и организации, кроме Вооруженных Сил, выполняют задачи в

области обороны государства? Перечислите основные из этих задач.

Вариант 2.

Назовите наиболее известные военные реформы, проведенные в России.
Контрольные вопросы
Какими причинами обусловлена необходимость проведения военной реформы в Российской Федерации в настоящее время?

Для чего предназначены специальные войска? Из каких войск, частей и подразделений они состоят?

Что включают в себя силы обеспечения безопасности Российской Федерации?

Контрольные вопросы

Тема: «Боевые традиции Вооруженных Сил России»

Вариант 1.

Что такое боевые традиции? Назовите важнейшие боевые традиции Российских Вооруженных Сил.

Какие качества присущи военнослужащим воинского долга?

Что вы понимаете под войсковым товариществом? В каких формах оно проявляется?

Вариант 2.

Какие боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации можно отнести к главным? Дайте определение каждой из них.

Что собой представляет воинский коллектив и, какими основными чертами он характеризуется?

Каким образом проявляется войсковое товарищество в повседневной армейской жизни?

Контрольные вопросы

Тема: «Символы воинской чести»

Вариант 1.

Что есть Боевое Знамя воинской части и на что оно указывает?

Какие ордена предусмотрены в наградной системе Российской Федерации для награждения за воинские и другие отличия и заслуги?

Что понимается под воинскими ритуалами? На какие виды условно могут быть разделены воинские ритуалы?

Вариант 2.

Каким образом хранится и кем охраняется Боевое Знамя части?

Кем и когда в качестве государственных наград были утверждены медали?

Какие медали предусмотрены наградной системой Российской Федерации?

Какие воинские ритуалы следует отнести к ритуалам боевой деятельности?

Контрольные вопросы

Тема: «Основы здорового образа жизни»

Вариант 1.

Какие гигиенические правила следует выполнять, ухаживая за своей кожей?

Как правильно ухаживать за своими волосами?

Что такое семья и каковы ее главные функции?

Какие правила следует соблюдать, чтобы избежать заражения венерической болезнью?

Вариант 2.

Сформулировать правила ухода за зубами и полостью рта.

Каких правил следует придерживаться супругам, чтобы сохранить любовь и уважение друг другу?

В каких случаях действующее законодательство Российской Федерации не допускает заключение брака?

Назовите известные вам венерические болезни. Какие из них являются наиболее опасным для здоровья человека

Контрольные вопросы

Тема «Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях»

Вариант 1.

Назовите виды кровотечений и их характеристики.

Какие способы используют для временной остановки кровотечения?

Что представляет собой внутреннее кровотечение и каковы его признаки?

Что такое рана? Какие бывают раны?

Вариант 2.

Назовите признаки наружного артериального и поверхностного венозного кровотечения.

Какие ошибки совершают оказывающие помощь при наложении кровоостанавливающего жгута?

Какую помощь следует оказать пострадавшему при внутреннем кровотечении?

Каких правил следует придерживаться при наложении повязки на ран

Контрольные вопросы

«Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата»

Вариант 1.

Что включает в себя опорно-двигательного аппарата человека, и какие функции он выполняет?

Сформулируйте общие действия по оказанию первой помощи при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах.

Что собой представляет открытые переломы и чем они опасны?

Вариант 2.

Какие закрытые травмы, и по каким причинам могут возникать при механическом воздействии на опорно-двигательный аппарат?

Какие симптомы характерны для закрытого перелома? Как можно обнаружить закрытый перелом?

Какие правила следует выполнять при наложении шины на место перелома

Контрольные вопросы

«Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, при повреждении позвоночника, травмах груди, живота и таза»

Вариант 1.

Какие причины чаще всего вызывают травмы головы и позвоночника?

Какие симптомы характерны при сотрясении головного мозга?

Что такое пневмоторакс? В результате чего он возникает? Как избежать пневмоторакса?

Вариант 2.

Какие признаки свидетельствуют о травме головы и позвоночника?

В результате, каких действий чаще всего травмируются грудь, живот и таз?

Назовите наиболее распространенные виды травм груди, живота и таза

Контрольные вопросы

«Первая медицинская помощь при травматическом шоке, остановке сердца, острой сердечной недостаточности и инсульте»

Вариант 1.

Что такое травматический шок? Какие причины чаще всего приводят к нему?

В какой последовательности проводятся реанимационные мероприятия при оказании помощи человеку, находящемуся в состоянии клинической смерти?

Какие признаки свидетельствуют об остановке сердца?

Что такое острая сердечная недостаточность, и по каким причинам она возникает?

Вариант 2.

Как следует оказывать первую медицинскую помощь при травматическом шоке?

Что такое клиническая смерть? Какие признаки свидетельствуют о её наступлении?

Каким образом определяется наличие пульса на сонной артерии?

В результате, каких причин возникает инсульт? Какие симптомы в состоянии пострадавшего свидетельствуют об инсульте

Контрольные вопросы

«Воинская обязанность»

Вариант 1.

Что такое воинская обязанность, и какую структуру она имеет?

Какие основные особенности отличают военную службу от других видов государственной службы?

Какие причины являются уважительными в случае неявки по вызову военкомата?

В каких случаях военнослужащий (не офицер), проходящий военную службу по призыву, имеет право на досрочное увольнение?

Вариант 2.

Что такое военная служба, и в каких войсках, органах и формированиях она исполняется?

Перечислите обязанности граждан по воинскому учету.

Какие виды подготовки граждан к военной службе установлены Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»?

Для чего предназначен запас Вооруженных Сил Российской Федерации, и из каких категорий граждан он создается?

Контрольные вопросы «Особенности военной службы»

Вариант 1.

Какими законодательными и нормативными правовыми актами регламентируются вопросы обороны и военного строительства в Российской Федерации?

Какие категории граждан подлежат освобождению от призыва на военную службу?

В чем заключаются общие обязанности военнослужащих в соответствии с Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации?

Какие виды ответственности несут военнослужащие в случае совершения ими правонарушений?

Вариант 2.

Какие виды льгот представляются военнослужащим, проходящим военную службу по призыву?

Какие функции выполняют уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, и на какие виды они подразделяются?

Какие категории граждан имеют право заключить контракт о прохождении военной службы?

Какие права и свободы военнослужащих ограничены в связи со спецификой военной службы, и каким образом они реализуются?

Контрольные вопросы
«Военнослужащий - защитник своего Отечества.»

Вариант 1.

Что понимают под воинской дисциплиной, и почему её роль и значение в современных условиях возрастает?

На какие виды условно может быть разделена воинская деятельность?

На основании, каких законодательных и правовых актов, и с какой целью осуществляется международная (миротворческая) деятельность ВС РФ?

Вариант 2.

Что включает в себя боевая подготовка, и какие цели она преследует?

Что такое личная дисциплинированность воина?

Какие дополнительные льготы установлены военнослужащим, проходящим службу в «горячих» точках.

Основная литература

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений начального и среднего профессионального образования – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013.

Дополнительная литература

2. Фролков М.П. под редакцией Ю.Л. Воробьева Основы безопасности жизнедеятельности – 10кл., Москва: АСТ: Астрель 2014.

3. Фролков М.П. под редакцией Ю.Л. Воробьева Основы безопасности жизнедеятельности – 11кл., Москва: АСТ: Астрель 2014.

4. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник – 2-е изд., – М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2015. (Профессиональное образование).

Интернет-ресурсы

www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ). www.mvd.ru (сайт МВД РФ). www.mil.ru (сайт Минобороны).
www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).
www.booksgid.com (BookGid. Электронная библиотека).
www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов). www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. доступность, качество, эффективность).
www.ru/book (Электронная библиотечная система).
www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).
www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность).
www.militera.lib.ru (Военная литература).
www.library.spbu.ru (Научная библиотека им. М.Горького СПбГУ).
<https://e.lanbook.com>.
<https://elibrary.ru>.