

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Бутакова Оксана Стефановна  
Должность: директор  
Дата подписания: 29.05.2025 09:42:11  
Уникальный программный ключ:  
92ebe478f3654efe030354ec9c160360cb17a169

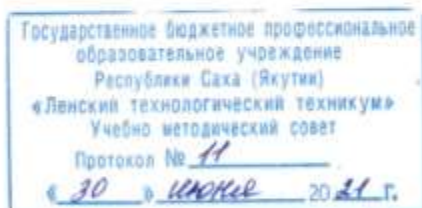
Министерство образования и науки Республики Саха (Якутия)  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Республики Саха (Якутия) «Ленский технологический техникум»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**  
Дисциплина: ОП.06 Безопасность жизнедеятельности  
Профессия: 46.01.03 Делопроизводитель

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы разработаны соответствии с рабочей программой ОП.06 «Безопасность жизнедеятельности» 1 профессии 46.01.03 Делопроизводитель и на основании Положения об организаци самостоятельной работы в техникуме и методических рекомендаций об организаци самостоятельной работы в условиях реализации ФГОС, утвержденных Учебно-методическим советом ГБПОУ РС (Я) «Ленский технологический техникум».

#### **РЕКОМЕНДОВАНО**

Учебно-методическим советом  
ГБПОУ РС (Я) «Ленский технологический техникум»



#### **РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО**

на заседании ПЦК  
«Общепрофессиональных дисциплин»  
Протокол № 10  
от «29» июля 2021 г.  
Председатель ПЦК: И.Л. Паршутина

Автор: Синьков Леонид Петрович, преподаватель ГБПОУ РС(Я) «Ленский технологический техникум», 1 квалификационная категория.

## Оглавление

Пояснительная записка.....	4
Методические рекомендации и критерии оценки ..... 6	6
самостоятельной работы .....	6
1.1. Методические рекомендации по подготовке и защите реферата и критерии оценки защиты рефератов. ....	6
1.2. Методические рекомендации по подготовке и защите презентации.....	11
1.3 Методические рекомендации по созданию алгоритмов действий,.....	13
по составлению и решению ситуационных задач, а также решению ситуационно- проблемных задач. ....	13
СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ .....	14
Самостоятельная работа №1 .....	14
Самостоятельная работа № 2 .....	16
Самостоятельная работа №3 .....	17
Учебно-методическое и информационное обеспечение.....	19

## Пояснительная записка

Методические указания к выполнению внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине ОП.06 Безопасность жизнедеятельности предназначены для обучающихся по профессии 46.01.03 Делопроизводитель

Цель методических указаний: оказание помощи обучающимся в выполнении самостоятельной работы по дисциплине ОП.06 Безопасность жизнедеятельности.

Настоящие методические указания содержат работы, которые позволят обучающимся самостоятельно овладеть фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профессии, опытом творческой и исследовательской деятельности.

В результате освоения учебной 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 учебной дисциплины обучающийся должен **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;
- 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 поступления 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.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен владеть **общими компетенциями**:

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

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

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

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

Описание каждой самостоятельной работы содержит: тему, цели работы, задания, основной теоретический материал, формы контроля, требования к выполнению и оформлению заданий. Для получения дополнительной, более подробной информации по изучаемым вопросам, приведено учебно-методическое и информационное обеспечение. Перечень видов самостоятельной работы представлен в таблице 1.

Таблица 1 - Перечень видов самостоятельной работы

<b>№</b>	<b>Наименование самостоятельной работы</b>	<b>Содержание самостоятельной работы</b>	<b>Кол-во час</b>	<b>Коды формируемых компетенций</b>	<b>Форма контроля</b>
<b>1.</b>	«Обеспечение безопасности жизнедеятельности», «Основы военной службы», «Оказание первой медицинской помощи»	Реферат	8	У1, У2, У3, У4, У6, 31, 32, 34, 35	Устная защита, печатный текст в формате А4, в соответствии с требованиями к оформлению.
<b>2.</b>	«Обеспечение безопасности жизнедеятельности»	Ситуационные задачи	6	У1, У2, У3, У4, У6, 31, 32, 34, 35	Устная защита, печатный текст в формате А4, в соответствии с требованиями к оформлению.
<b>3.</b>	«История и принципы создания РСЧС»	Презентация	4	У1, У2, У3, У4, У6, 31, 32, 34, 35	Устная защита

## **Методические рекомендации и критерии оценки самостоятельной работы**

### **1.1. Методические рекомендации по подготовке и защите реферата и критерии оценки защиты рефератов.**

Написание реферата является одной из важных форм самостоятельной учебной деятельности. Реферат – это самостоятельное произведение, свидетельствующее о знании литературы по предложенной теме, ее основной проблематике, отражающее точку зрения автора на данную проблему, умение осмысливать явления жизни на основе теоретических знаний.

В процессе работы над рефератом можно выделить 4 этапа:

- вводный – выбор темы, работа над планом и введением;
- основной – работа над содержанием и заключением реферата;
- заключительный – оформление реферата;
- защита реферата.

#### **Выбор темы реферата**

Работа над рефератом начинается с выбора темы исследования. Заинтересованность автора в проблеме во многом определяет качество проводимого исследования и соответственно успешность его защиты.

При определении темы реферата нужно учитывать и его информационную обеспеченность. С этой целью, во-первых, можно обратиться к библиотечным каталогам, а во-вторых, проконсультироваться с преподавателем и библиотекарем.

Если возникнет необходимость ознакомиться не только с литературой, имеющейся в библиотеке, но и вообще с научными публикациями по определенному вопросу, можно воспользоваться библиографическими указателями. Полезно также знать, что ежегодно в последнем номере научного журнала публикуется указатель статей, помещенных в этом журнале за год. Отобрав последние номера журнала за несколько лет, можно разыскать по указателям, а затем найти в соответствующих номерах все статьи по той или иной теме, опубликованные в журнале за эти годы.

Структура реферата включает в себя следующие элементы:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- содержание (главы и параграфы);
- заключение;
- приложения;
- список литературы и источников.

#### **Работа над содержанием**

Работу над содержанием реферата необходимо начать еще на этапе изучения литературы. Содержание будет в ходе работы дополняться и изменяться. Содержание реферата делится на параграфы или на главы, параграфы и пункты.

Формулировка пунктов содержания не должна повторять формулировку темы.

#### **Работа над введением**

Введение – одна из составных и важных частей реферата. При работе над введением необходимо опираться на навыки, приобретенные при написании изложений и сочинений. В объеме реферата введение, как правило, составляет 1-2 печатные страницы.

Введение содержит:

- вступление,
- обоснование актуальности выбранной темы,
- формулировку цели и задач реферата,
- краткий обзор литературы и источников по проблеме,

- историю вопроса,
- вывод.

**Вступление** – это 1-2 абзаца, необходимые для начала. Желательно, чтобы вступление было мотивирующим, а, возможно, тема реферата потребует того, чтобы начать, например, с изложения какого-то определения, типа «политические отношения – это...».

**Обоснование актуальности выбранной темы** - это, прежде всего, ответ на вопрос: «почему я выбрал(а) эту тему реферата, чем она меня заинтересовала?». Нужно связать тему реферата с современностью.

#### **Формулирование цели и задач реферата**

Выбрав тему реферата и изучив литературу, необходимо сформулировать цель работы и составить план реферата.

Цель – это осознаваемый образ предвосхищаемого результата.

Определяясь с целью дальнейшей работы, параллельно надо думать над составлением плана: необходимо четко соотносить цель и план работы.

Можно предложить два варианта формулирования цели:

1. Формулирование цели при помощи глаголов: исследовать, изучить, проанализировать, систематизировать, осветить, изложить (представления, сведения), создать, рассмотреть, обобщить и т.д.

2. Формулирование цели с помощью вопросов.

Цель разбивается на задачи – ступеньки в достижении цели.

Задача – то, что требует исполнения, разрешения.

**Краткий обзор литературы и источников по проблеме** – в этой части работы над введением необходимо охарактеризовать основные источники и литературу, с которой автор работал, оценить ее полезность, доступность, высказать отношение к этим книгам.

**История вопроса** – это краткое освещение того круга представлений, которые сложились в науке по данной проблеме и стали автору известны. **Вывод** – это обобщение, которое необходимо делать при завершении работы над введением.

#### **Требования к содержанию реферата**

Содержание реферата должно соответствовать теме, полностью ее раскрывать. Все рассуждения нужно аргументировать. Реферат показывает личное отношение автора к излагаемой теме. Следует стремиться к тому, чтобы изложение было ясным, простым, точным и при этом выразительным. При изложении материала необходимо соблюдать общепринятые правила:

- обязательно ставить фамилию перед инициалов при упоминании в тексте;
- начинать с новой строки каждую главу (параграф);
- необходимо указывать источники, т.е. приводить ссылки при изложении различных точек зрения и научных положений, цитат, выдержек из литературы;
- не рекомендуется вести повествование от первого лица единственного числа (такие утверждения лучше выражать в безличной форме).

#### **Правила оформления ссылок**

В реферате сведения об использованной литературе приводятся чаще всего в скобках после слов, к которым относятся. В скобках сначала указывается номер книги в списке литературы, а затем через запятую страница. Если ссылка оформляется на цитату из многотомного сочинения, то после номера книги римской цифрой указывается номер тома, а потом номер страницы.

Примеры: (1,145); (4,II,38).

#### **Работа над заключением**

Заключение – самостоятельная часть реферата. Оно не должно быть пересказом содержания работы. Заключение должно содержать:

- основные выводы в сжатой форме;
- оценку полноты и глубины решения тех вопросов, которые вставляли в процессе изучения темы.

Объем 1-2 печатных листа формата А4.

### **Оформление приложения**

Приложение помещается после заключения и включает материалы, дополняющие основной текст реферата. Это могут быть таблицы, схемы, фрагменты источников, иллюстрации, фотоматериалы, словарь терминов, афоризмы, изречения, рисунки и т.д.

Примеры оформления:

- Приложение 1. Структура деятельности. Схема.

В тексте реферата необходимо делать примечания. Пример: (см. приложение 1, С.21).

Приложение является обязательным элементом реферата.

### **Правила оформления библиографических списков**

Список литературы помещается в конце реферата и пронумеровывается.

Сведения о списке литературы излагаются в алфавитном порядке. Сведения о книге даются по плану:

- автор (фамилии и инициалы)
- название книги без кавычек;
- место издания, название издательства, год издания
- номер (номера) страницы);

Пример: Левандовский А.А., Щетинов Ю.А. Россия в XX веке. Учебник. М.: Просвещение, 1997.

Если речь идет о статье, напечатанной в сборнике, журнале или газете. Сведения о газетно-журнальных статьях даются по плану:

- название сборника, журнала, газеты;
- место издания и год издания (если сборник);
- год, номер журнала или дата выхода газеты, страница.

Пример: Пленков О.Ю. Феномен фашизма: некоторые аспекты интерпретации // Обществознание в школе. – 1999. - №1. – С.10-16.

В библиографическом описании не разрешается сокращать фамилии авторов, а также заглавия книг и статей. Сокращаются только названия двух городов: Москва (М.), Санкт-Петербург (СПб.). Названия остальных городов пишутся без сокращений.

Если книга издавалась параллельно в двух городах, названия их приводятся через точку с запятой.

### **Требования к оформлению реферата**

1. Соответствие названия работы ее содержанию, четкая целевая направленность.
2. Логическая последовательность изложения материала, базирующаяся на прочных теоретических знаниях по избранной теме.
3. Необходимая глубина исследования практических результатов работы.
4. Конкретность представления практических результатов работы.
5. Корректное изложение материала и грамотное оформление работы.

Титульный лист реферата оформляется по общепринятой схеме, которая включает в себя следующую информацию:

1. название министерства, которому подчиняется техникум, наименование учебного заведения и специальность/профессия (эти данные занимают верхние строки; располагаются по центру; интервал – одинарный; между названиями вуза и кафедры – пропущенная строка);

2. тип работы (через восемь интервалов после «шапки»; тип указывается заглавными буквами «РЕФЕРАТ» и выделяется полужирным начертанием);



3. следующая строка – название дисциплины (по центру);
4. название темы реферата (набирается строчными буквами, выделяется полужирным);
5. с правой стороны листа, ниже – данные об авторе (ФИО, курс, специализация, номер группы; эта информация указывается через пять интервалов после темы);
6. далее – информация о том, кто проверил работу (ФИО, должность на кафедре, научное звание);
7. город, где выполнена работа;
8. год написания (в нижней строчке, через запятую после города, по центру);
9. номер страницы на титульном листе не указывается, но предполагается, что в общей структуре она идет под номером 1.

Титульный лист реферата по ГОСТу 7.9-95 «Отчет о научно исследовательской работе» набирается согласно тем же правилам, что и основной текст работы:

1. шрифт по умолчанию — Times New Roman 14-й кегль (этот тип наиболее полно распознается без искажений компьютерными программами);
2. для указания типа работы и темы допустимо использовать 20-й кегль;
3. поля страницы такие же, как и на других листах реферата – сверху и снизу по 2 см, слева – 3 см, справа – 1 см;
4. «шапка» (название министерства, техникума, профессии) допускается печатать прописными буквами;
5. после каждого наименования не применяется ни точка, ни запятая;
6. сокращений, переносов, подчеркиваний титульный лист реферата по не допускает;
7. курсив также не используется.

При оформлении титульного листа реферата используется одинарный интервал (тогда как по ходу остального текста – полуторный).

Согласно ГОСТу 7.9-95 «Отчет о научно-исследовательской работе», титульному листу отводится отдельная страница – тогда он выглядит и эстетически красиво, и структурированно. И чтобы не путаться, под титульный лист можно отвести отдельный файл, а в будущем использовать его в качестве образца для других работ (Приложение №2).

Общие требования к тексту:

1. Максимальный объем страниц – 25. Иногда можно превысить данное количество, но при такой необходимости лучше переспросить у преподавателя.
2. Размеры полей: правое – 10 мм, левое – 30 мм, а нижнее – 20мм, верхнее – по 20 мм.
3. Страницы нумеруются исключительно арабскими цифрами по центру. На титульном листе номер страницы не ставится, но учитывается.
4. Шрифт текста – Times New Roman.
5. Размер кегль – 14.
6. Межстрочный интервал – 1,5, кроме титульной страницы.
7. Пишется реферат на листе А4 исключительно на одной стороне листа.
8. Таблицы, формулы и диаграммы вставляются только в том случае, если они действительно раскрывают тему и до максимума помогают сократить реферат.
9. заголовки следует набирать 14 шрифтом (выделять полужирным);
10. межстрочный интервал полуторный;
11. отступ в абзацах 1-2 см.;

Каждая глава в тексте должна иметь заголовки в точном соответствии с наименованием в содержании.

При изложении материала нужно четко выделять отдельные части (абзацы), главы и параграфы начинать с новой страницы, следует избегать сокращения слов.

Наименования разделов и подразделов должны быть краткими, состоящими из ключевых слов, несущих основную смысловую нагрузку. Наименования разделов записываются в виде заголовков (симметрично тексту) прописными заглавными буквами. Наименования подразделов записываются в виде заголовка строчными буквами, кроме первой прописной. Заголовки должны включать от двух до четырнадцати слов (не более двух строк). Переносы слов в заголовках не допускаются. Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. Заголовок не должен быть последней строкой на странице.

### **Подготовка к защите и порядок защиты реферата**

Необходимо заранее подготовить тезисы выступления (план-конспект).

Порядок защиты реферата:

- краткое сообщение, характеризующее задачи работы, ее актуальность, полученные результаты, вывод и предложения.
- ответы студента на вопросы преподавателя.
- отзыв руководителя-консультанта о ходе выполнения работы.

### **Советы студенту**

На весь ответ при защите реферата отводится не более 15 минут. При ответе постарайтесь соблюсти приведенные ниже рекомендации.

Готовясь к ответу, вы должны вспомнить материал максимально подробно, и это должно найти отражение в схеме вашего ответа. Необходимо выделить главное, то, что наиболее важно для понимания материала в целом, иначе вы можете проговорить все 15 минут и не раскрыть существа вопроса. Особенно строго следует отбирать примеры и иллюстрации.

Вступление должно быть очень кратким.

Полезно вначале показать свою схему раскрытия вопроса, а уж потом ее детализировать.

Рассказывать будет легче, если вы представите себе, что объясняете материал очень способному и хорошо подготовленному человеку, который не знает именно этого раздела, и что при этом вам обязательно нужно доказать важность данного раздела и заинтересовать в его освоении.

Строго следите за точностью своих выражений и правильностью употребления терминов.

Не пытайтесь рассказать большой объем информации за счет ускорения темпа, но и не говорите в медленном темпе.

Не демонстрируйте излишнего волнения и не напрашивайтесь на - сочувствие.

Будьте особенно внимательны ко всем вопросам преподавателя, к малейшим его замечаниям. Он поможет вам припомнить новый, дополнительный материал. Воспользуйтесь его поддержкой. И уж ни в коем случае его не перебивайте!

Не бойтесь дополнительных вопросов – чаще всего преподаватель использует их как один из способов помочь вам или сэкономить время. Если вас прервали, а при оценке ставят в вину пропуск важной части материала, не возмущайтесь, а покажите план своего ответа, где эта часть стоит несколько позже того, на чем вы были прерваны.

Прежде чем отвечать на дополнительный вопрос, необходимо сначала правильно его понять. Для этого нужно хотя бы немного подумать, иногда переспросить, уточнить: правильно ли вы поняли поставленный вопрос. И при ответе следует соблюдать тот же принцип экономности мышления, а не высказывать без разбора все, что вы можете сказать.

### **Критерии оценки защиты реферата**

**Оценка «отлично» ставится если:**

- реферат выполнен в соответствии с требованиями, предъявляемыми к его написанию.

- в выступлении раскрыто содержание реферата и выдержана логика его изложения.

- ответы на вопросы полные.

**Оценка «хорошо» ставится если:**

- реферат выполнен в соответствии с требованиями, предъявляемыми к его написанию.

- в выступлении не полностью раскрыто содержание реферата и частично выдержана логика его изложения.

- ответы на вопросы не вполне полные.

**Оценка «удовлетворительно» ставится если:**

- реферат выполнен с соблюдением частичных требований, предъявляемых к его написанию.

- в выступлении не полностью раскрыто содержание реферата и частично выдержана логика его изложения.

- ответы на вопросы не вполне полные.

**Оценка «неудовлетворительно» ставится если:**

- реферат выполнен не в соответствии с требованиями, предъявляемыми к его написанию.

- в выступлении не раскрыто содержание реферата и не выдержана логика его изложения.

- ответы на вопросы не полные.

## **1.2. Методические рекомендации по подготовке и защите презентации.**

В настоящее время бурное развитие компьютерных технологий охватило практически все сферы человеческой жизни. Сегодня для успешного выступления не достаточно просто рассказать о своей идее. Слушатели непременно хотят увидеть сопроводительные фотографии, четко выполненные схемы, грамотные чертежи. Поэтому одним из видов самостоятельной работы студентов является подготовка презентации. Вся работа по созданию презентаций организуется в несколько этапов.

1. Сбор и изучение информации по теме.

2. Выделение ключевых понятий.

3. Структурирование текста на отдельные смысловые части.

4. Осмысление формы представления и количества слайдов

Объем презентации ограничивается 10-20 слайдами. Составление сценария презентации предполагает обдумывание содержания каждого слайда, его дизайна. Создание слайдов предполагает внесение текстовой информации, а затем поиск и размещение необходимых иллюстраций, схем, фотографий, графических элементов. Важно обращать внимание на особенности визуального восприятия расположенных на слайде объектов. Размер букв, цифр, знаков, их контрастность определяются необходимостью их четкого рассмотрения с любого места аудитории, предпочтение отдавать спокойным, не «ядовитым», цветам фона. Иллюстрационные материалы располагают так, чтобы они максимально равномерно заполняли все экранное поле. Текстовой информации должно быть очень немного, желательно использовать приемы выделения значимых терминов, понятий. Анимация не должна быть слишком активной. Лучше совсем отказаться от таких эффектов как побуквенное появление текста, вылеты, вращения, наложения и т.п. Звуковое сопровождение эффектов обычно неуместно. К использованию аудио- и видеофайлов следует относиться достаточно разумно, чтобы не «перегрузить» презентацию излишней информацией и не отвлечься от заявленной темы.

Процедура защиты презентаций организуется в виде конференции. После каждой демонстрации презентации преподаватель предлагает высказать всем желающим свое мнение по содержанию, оформлению, защите мультимедийной работы. Приветствуются

вопросы и рассуждения, проясняющие и уточняющие суть представленной проблемы. Анализируя качество мультимедийных презентаций, можно выделить следующие типичные ошибки, допускаемые студентами:

- ошибки в оформлении титульного слайда;
- много текста на слайде;
- грамматические ошибки в тексте;
- выбран нечеткий шрифт;
- неудачное сочетание цвета шрифта и фона;
- несоответствие названия слайда его содержанию;
- несоответствие содержанию текста используемых иллюстраций;
- текст закрывает рисунок;
- рисунки нечеткие, искажены;
- неудачные эффекты анимации;
- излишнее звуковое сопровождение слайдов;
- текст приведен без изменений (скопирован из Интернет с ссылками);
- недостоверность информации; ошибки в завершении презентации.

*Требования к оформлению презентации:*

При разработке презентации важно учитывать, что материал на слайде можно разделить на главный и дополнительный. Главный необходимо выделить, чтобы при демонстрации слайда он нес основную смысловую нагрузку: размером текста или объекта, цветом, спецэффектами, порядком появления на экране. Дополнительный материал предназначен для подчёркивания основной мысли слайда.

Уделите особое внимание такому моменту, как «читаемость» слайда. Для разных видов объектов рекомендуются разные размеры шрифта. Заголовок слайда лучше писать размером шрифта 22-28, подзаголовок и подписи данных в диаграммах – 20-24, текст, подписи и заголовки осей в диаграммах, информацию в таблицах – 18-22.

Для выделения заголовка, ключевых слов используйте полужирный или подчёркнутый шрифт. Для оформления второстепенной информации и комментариев – курсив.

Чтобы повысить эффективность восприятия материала слушателями, помните о «принципе шести»: в строке – шесть слов, в слайде – шесть строк.

Используйте шрифт одного названия на всех слайдах презентации.

Для хорошей читаемости презентации с любого расстояния в зале текст лучше набирать понятным шрифтом. Это могут быть шрифты Arial, Bookman Old Style, Calibri, Tahoma, Times New Roman, Verdana.

Не выносите на слайд излишне много текстового материала. Из-за этого восприятие слушателей перегружается, нарушая концентрацию внимания.

### **Критерии оценки защиты презентации**

<b>Содержание</b> 12 баллов	
• Сформулированы тема исследования и проблемный вопрос	2
• Информация точная, полная, полезная и актуальная	4
• Ясно изложены и структурированы результаты исследования	3
• Иллюстрация результатов исследования	1
• Использование научной терминологии	1
• Грамотность (орфография и пунктуация)	1
<b>Дизайн</b> 3 балла	

• Читаемость текста	1
• Иллюстрации интересны и соответствуют содержанию	1
<b>Защита презентации 4 балла</b>	
• Свободное владение темой проекта	1
• Способность кратко и грамотно изложить суть работы.	1
• Монологичность речи	1
• Выражение своего мнения по проблеме	1
Итого:	19 баллов

Критерии оценки:

16-19 баллов – «5»

11-15 баллов – «4»

6-10 баллов – «3»

0-5 баллов – «2»

### **1.3 Методические рекомендации по созданию алгоритмов действий, по составлению и решению ситуационных задач, а также решению ситуационно-проблемных задач.**

#### **1. Для создания алгоритмов действий и ситуационных задач необходимо:**

- изучить учебную информацию по теме;
- провести системно-структурный анализ содержания, выделить главное – суть (ядро), второстепенные элементы, их взаимную логическую связь; установить очередность действий;
- выбрать форму графического отображения;
- собрать структуру воедино;
- упростить структуру в плане устранения повторений;
- провести графическое и цветовое оформление.

#### **2. Критерии и нормы оценивания:**

<b>Критерии</b>	<b>Оценка «5»</b>	<b>Оценка «4»</b>	<b>Оценка «3»</b>	<b>Оценка «2»</b>
правильность составления алгоритмов	алгоритм составлен точно	есть отдельные неточности в составлении алгоритма	алгоритм составлен с серьезными упущениями	алгоритм составлен неправильно
использование таблиц, схем при составлении алгоритмов	иллюстрации информативны высокого качества	иллюстрации информативны, среднего качества	иллюстрации недостаточно информативные	нет иллюстрации

#### **3. Решение ситуационных задач:**

1. Прочитайте внимательно полностью весь текст задачи (условие и задание), оцените каждую проблему с точки зрения ее возникновения.
2. Подумайте и сделайте предварительный вывод, какие решения задачи возможны.
3. Прочтите данные задачи, изучите объективные данные, объедините все полученные материалы.
4. Сделайте предварительные выводы и примите решение.
5. Обоснуйте выбранное решение задачи и проведите диагностику с теми условиями, для которых характерны данные ситуации.

6. С учетом ситуации, описанной в условии задачи, ответьте на все пункты задания.

#### **4. Критерии оценки решения проблемно-ситуационной задачи по ОБЖ:**

- **5 «отлично»** – комплексная оценка предложенной ситуации; знание теоретического материала с учетом междисциплинарных связей, правильный выбор тактики действий; последовательное, уверенное выполнение практических манипуляций; оказание неотложной помощи с алгоритмами действий;
- **4 «хорошо»** – комплексная оценка предложенной ситуации, незначительные затруднения при ответе на теоретические вопросы, неполное раскрытие междисциплинарных связей; правильный выбор тактики действий; логическое обоснование теоретических вопросов с дополнительными комментариями педагога; последовательное, уверенное выполнение практических манипуляций; оказание неотложной помощи в соответствии с алгоритмом действий;
- **3 «удовлетворительно»** – затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; неполный ответ, требующий наводящих вопросов педагога; выбор тактики действий в соответствии с ситуацией возможен при наводящих вопросах педагога, правильное последовательное, но неуверенное выполнение манипуляций; оказание неотложной помощи в соответствии с алгоритмом действий;
- **2 «неудовлетворительно»** – неверная оценка ситуации; неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению ситуации, нарушению безопасности пациента; неправильное выполнение практических манипуляций, проводимое с нарушением безопасности пациента и медперсонала; неумение оказать неотложную помощь.

#### **5. Критерии оценки при решении задач по оказанию неотложной помощи:**

- 5 «отлично»** – правильная оценка ситуации, полное, последовательное перечисление действий с аргументацией каждого этапа;
- 4 «хорошо»** – правильная оценка ситуации, полное, последовательное перечисление действий затруднение в аргументации этапов;
- 3 «удовлетворительно»** – правильная оценка ситуации; неполное перечисление или нарушение последовательности действий, затруднения в аргументации;
- 2 «неудовлетворительно»** – неверная оценка ситуации или неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению состояния пострадавшего.

## **СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ**

### **Самостоятельная работа №1**

**Тема:** «Обеспечение безопасности жизнедеятельности», «Основы военной службы», «Оказание первой медицинской помощи»

#### **Цель работы:**

-совершенствовать навыки безопасного поведения и действий в случае возникновения ЧС.

#### **Задания:**

##### **1. Изучить следующие теоретические вопросы:**

Для выполнения задания необходимо предварительно изучить следующие теоретические вопросы:

1. Виды стихийных бедствий и их краткая характеристика. Лесные, торфяные, полевые пожары, землетрясения, ураганы, наводнения, снежные заносы и обледенения, оползни и селевые потоки.
2. Характеристика возможных производственных аварий на объектах экономики.
3. Понятие о спасательных и других неотложных работах по ликвидации последствий стихийных бедствий, аварий и катастроф. Обязанности населения по обеспечению

успешного проведения спасательных работ. Меры безопасности при выполнении спасательных работ.

## **2. Подготовить реферат на одну из предложенных тем:**

1. Правила поведения и действия населения при авариях и катастрофах.
2. Радиация вокруг нас
3. Безопасность жизнедеятельности как самостоятельная область научно-практических знаний.
4. Стадии развития чрезвычайных ситуаций (на примере по выбору студента).
5. Чрезвычайные ситуации: понятие и классификация.
6. Основные причины возникновения чрезвычайных ситуаций.
7. Техногенные катастрофы – глобальная проблема человечества и пути их предотвращения.
8. Чрезвычайные ситуации техногенного характера (на примере катастрофы на Чернобыльской АЭС).
9. Аварии с выбросом (угрозой выброса) радиоактивных веществ.
10. Действия населения при пожарах в общественных местах.
11. Классификация социальных чрезвычайных ситуаций.
12. Опасные и чрезвычайные ситуаций природного характера: классификация, характеристика.
13. Чрезвычайная ситуация геологического характера – оползень: основные понятия, характеристика, признаки, возможные последствия и действия человека.
14. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера – наводнение: основные понятия, последствия и действия человека в условиях наводнения.
15. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера – ураган, буря, смерч: понятие, характеристика, возможные последствия и меры защиты.
16. Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ (АХОВ).
17. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения: понятие, характеристика, возможные последствия и меры защиты.
18. Единая государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций: назначение, состав и основные задачи.
19. Режимы функционирования Единой государственной системы по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
20. Особенности современной структуры Вооруженных сил Российской Федерации и краткая характеристика отдельных видов и родов войск.
21. Символы воинской чести и славы в Российской Федерации.
22. Особенности воинской службы, отличающие ее от других видов государственной службы.
23. Меры профилактики, способствующие снижению уровня опасности для жизнедеятельности человека (на примере конкретного производства).
24. Характеристика приемов первой медицинской помощи при ранениях и травмах (нарушениях кожных покровов, повреждениях внутренних органов).
25. Кровотечения, их виды и характеристика приемов первой медицинской помощи при разных кровотечениях.
26. Нарушения сердечно-сосудистой системы и приемы первой медицинской помощи в этих ситуациях.

### **Требования к выполнению заданий и сдаче отчёта**

Требования по выполнению реферата описаны в разделе «Методические рекомендации по выполнению реферата» (см. страницу #реферат)

### **Критерии оценки**

Критерии оценки доклада описаны в разделе «Методические рекомендации и критерии оценивания» (см. страницу #реферат)

### **Формы контроля**

Устная защита реферата.

## Самостоятельная работа № 2

**Тема:** «Обеспечение безопасности жизнедеятельности»

**Цель работы:** отбирать информацию; – сортировать ее для решения заданной задачи; выявлять ключевые проблемы; искать альтернативные пути решения и оценивать их; – выбирать оптимальное решение и формировать программы действий и т. п.

**Изучить следующие теоретические вопросы:**

Общие сведения об опасностях. Последствия опасностей в профессиональной деятельности и в быту. Принципы снижения вероятности реализации потенциальных опасностей. Понятия и классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Характеристика ЧС техногенного характера. Терроризм и меры по его предупреждению. Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Мониторинг и прогнозирование ЧС. Поражающие факторы ядерного оружия и защита от них. Характеристика химического оружия и модели поведения в очаге химического заражения. Характеристика биологического оружия и действия населения в очаге биологического поражения. Средства коллективной защиты населения. Средства индивидуальной защиты населения. Понятия и основные задачи гражданской обороны. Организационная структура ГО. Основные мероприятия. Проводимые ГО. Действия населения по сигналам оповещения. Эвакуация населения в условиях ЧС. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Обучение населения в области ГО. Общие правила оказания первой медицинской помощи. Первая помощь при отсутствии сознания. Первая помощь при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца). Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур. Первая помощь при воздействии низких температур. Первая помощь при отравлениях.

### 1. Решить не менее 5 ситуационных задач:

#### Ситуационные задачи.

Задача №1. Вас захватили в заложники. Какие правила личной безопасности необходимо соблюдать, чтобы снизить угрозу для вашей жизни?

Задача №2. Произошла авария на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного загрязнения местности. Ваши действия.

Задача №3. В районе вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно-химически опасного вещества (аммиака) (АХОВ). Ваши действия.

Задача №4. Во время прогулки по лесу в пожароопасный период (сухая погода и ветер) вы уловили запах дыма, и определили, что попали в зону лесного пожара. Ваши действия.

Задача №5. По системе оповещения РСЧС получен сигнал о приближении урагана. Ваши действия при угрозе и во время урагана.

Задача №6. Поступило сообщение об опасности наводнения в вашем городе. Ваш дом попадает в зону объявленного затопления. Ваши действия при угрозе и во время наводнения.

Задача №7. Ваши действия при заблаговременном оповещении о землетрясении и при внезапном землетрясении, если оно застало вас дома.

Задача №9. Во время дохода в лес за грибами или ягодами вы отстали от группы и заблудились. Ваши действия.

Задача №10. Во время отдыха на природе вы решили искупаться в незнакомом водоеме. Ваши действия по обеспечению личной безопасности во время купания.



- Задача №11. Во время отдыха на природе вас застала гроза. Ваши действия.
- Задача №12. Во время прогулки по улице на вас напала собака. Ваши действия.
- Задача №13. Вы направляетесь в общественное место (в кинотеатр, на стадион и др.). Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте и в толпе.
- Задача №14. Вам предстоит пройти пешком из одной части города (населенного пункта) в другую. Ваши действия по обеспечению личной безопасности при движении по улице (улицам).
- Задача №15. Вы возвращаетесь домой поздно вечером. Ваши действия по обеспечению личной безопасности в подъезде дома и в лифте.
- Задача №16. Вы находитесь дома один (одна). Ваши действия, если незнакомый человек звонит в дверь, меры безопасности при разговоре по телефону с незнакомым человеком.
- Задача №17. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Как избежать опасной криминогенной ситуации.
- Задача №18. Вам часто приходится работать с компьютером. Основные правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при работе с компьютером.
- Задача №19. Вы регулярно занимаетесь физической культурой и спортом. Приведите основные общие правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при занятиях физкультурой и спортом.
- Задача №20. Дома вам часто приходится иметь дело с препаратами бытовой химии. Перечислите основные меры безопасности, которые необходимо соблюдать при пользовании препаратами бытовой химии.
- Задача №21. Вы находитесь в общественном месте (кинотеатре, музее, вокзале), там возник пожар. Ваши действия.
- Задача №22. Во время новогоднего праздника у вас на елке загорелась электрогирлянда. Ваши действия.
- Задача №22. Во время просмотра телепередачи пропало изображение на экране телевизора, и вы почувствовали запах дыма. Ваши действия.
- Задача №23. В вашей квартире возник пожар. Ваши действия.
- Задача №24. Вам предстоит поездка железнодорожным транспортом. Вспомните основные правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при следовании железнодорожным транспортом.
- Задача №25. Вы едете в общественном транспорте (автобусе, троллейбусе, трамвае), в нем возник пожар. Ваши действия.

### **Требования к выполнению заданий и сдаче отчёта**

Оформление решения задач в печатном виде на формате А4.

### **Критерии оценки**

Критерии оценки описаны в методических рекомендациях по решению ситуационных задач.

### **Формы контроля**

Отчет в печатном виде.

## **Самостоятельная работа №3**

**Тема:** Презентация «История и принципы создания РСЧС»

**Цель:** рассмотрение эффективности существующей структуры, формы и принципов функционирования РСЧС.

### **Задания:**

**1. Изучить следующие теоретические вопросы:**

Исторический обзор этапов и предпосылок создания РСЧС. Структура и принципы функционирования РСЧС, задачи и составные элементы рассматриваемой структуры. Рассмотреть основные проблемы обеспечения безопасности населения и территорий Российской Федерации на современном этапе. Рассмотреть варианты решения стоящих перед Правительством Российской Федерации проблем обеспечения защиты страны от угроз мирного и военного времени и концепцию развития РСЧС до 2020 года.

**Подготовить презентацию на одну из предложенных тем:**

1. История и принципы создания РСЧС.
2. Структура РСЧС.
3. Перспективы развития РСЧС.
4. Принцип функционирования РСЧС.
5. Задачи РСЧС.
6. Техническое обеспечение РСЧС.
7. Действия РСЧС в режиме ЧС.
8. Обеспечение эвакуации населения.
9. Действия объектов в режиме ЧС.
10. Обеспечение устойчивости деятельности объектов.

**Требования к выполнению заданий и сдаче отчёта**

1. Требования по выполнению презентаций описаны в разделе «Методические рекомендации и критерии оценивания» (см. страницу # практика)

**Критерии оценки**

1. Критерии оценки презентаций описаны в разделе «Методические рекомендации и критерии оценивания» (см. страницу # практика)

**Формы контроля**

1. Устная защита

## Учебно-методическое и информационное обеспечение

### Основные источники:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования. М.: Академия, 2018 г.

### Дополнительные источники:

1. А.Т. Смирнов, В.А. Васнев Основы военной службы, Москва, «Дрофа», 2019.
2. А.Т. Смирнов, В.А. Васнев, Б.И. Мишин Основы военной службы, Москва, «Акадэма», 2019.
3. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова Основы медицинских знаний, М, АСТ. Астрель, 2019
4. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, Ростов на Дону, «Феникс», 2019.
5. С.В. Белов Безопасность жизнедеятельности, Москва, Высшая школа, 2019.
6. С.И. Хвалюскин Гражданская оборона объектов водного транспорта, М, Транспорт, 2019.

### Интернет-ресурсы

1. <http://www.bez.econavt.ru> Безопасность жизнедеятельности
2. <http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»
3. <http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности.
4. <http://theobg.by.ru/index.htm> Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ.
5. <http://informic.narod.ru/obg.html> Основы безопасности жизнедеятельности
6. <http://Obj.ru/> Всероссийский научно-исследовательский институт по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций
7. <http://www.ampe.ru/web/guest/russian> Институт психологических проблем безопасности
8. <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
9. <http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности
10. <http://www.0-1.ru> Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность. Предупреждение чрезвычайных ситуаций
11. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
12. <http://www.rospotrebnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору
13. <http://www.gosnadzor.ru> Федеральный центр гигиены и эпидемиологии
14. <http://www.fcgsen.ru> Охрана труда и техника безопасности