

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ  
Государственное автономное профессиональное образовательное  
учреждение «Бузулукский строительный колледж»  
г.Бузулук Оренбургской области

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО  
на заседании ПЦК  
Протокол №\_\_\_\_ от «\_\_\_\_» 20\_\_ г  
Руководитель ПЦК  
\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
Зам. директора по УР  
\_\_\_\_\_ Е.Н. Индерейкина  
«\_\_\_\_» 20\_\_ г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО  
ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

по дисциплине **ОДБ.09 «Основы безопасности жизнедеятельности »**

**специальности**

**21.02.01 «Разработка и эксплуатация нефтяных и газовых  
месторождений»**

Разработал преподаватель:  
Беляева Елена Николаевна.

Бузулук, 2020

## **СОДЕРЖАНИЕ**

	<b>Пояснительная записка</b>	<b>3</b>
1	<b>Перечень тем самостоятельной работы</b>	<b>5</b>
2	<b>Методические рекомендации, критерии оценивания</b>	<b>6</b>
3	<b>Порядок выполнения самостоятельной работы учащимся</b>	<b>16</b>
4	<b>Список рекомендуемой литературы</b>	<b>23</b>
	<b>Приложения 1</b>	<b>25</b>

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Методические рекомендации предназначены для организации самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» специальности:

21.02.01 «Разработка и эксплуатация нефтяных и газовых месторождений».

Главная задача методических рекомендаций – помочь студентам самостоятельно освоить некоторые теоретические вопросы и выполнить практические задания по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» специальности 21.02.01 «Разработка и эксплуатация нефтяных и газовых месторождений»

Методические рекомендации по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности созданы в помощь обучающимся для выполнения заданий и подготовки материала для самостоятельного изучения. Данные методические рекомендации включают перечень работ, правила выполнения, список рекомендуемой литературы, критерии оценивания, на усмотрение преподавателя дополнительно: описание установки или рабочего места студента, материально-техническое обеспечение, контрольные вопросы, техника безопасности.

Каждая работа содержит теоретический и практический блоки. Наличие тезисной информации по теме позволит Вам вспомнить ключевые моменты, рассмотренные преподавателем на занятии. Практическая часть содержит задания, пояснения или рекомендации по их выполнению, требования к оформлению и представлению отчета о выполнении. По окончании работы результат представьте преподавателю. В случае возникновения вопросов по выполнению Вы всегда можете обратиться за помощью и консультацией к преподавателю.

Алгоритм подготовки и планирования самостоятельной работы обучающегося:

- наименование темы;
- номер и тема урока;
- постановка цели задания;
- оснащение;
- задание;
- форма отчетности.

Настоящие методические рекомендации содержат работы, которые позволяют студентам самостоятельно овладеть знаниями, профессиональными умениями, опытом творческой и исследовательской деятельности.

### **уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
  - владеть навыками в области гражданской обороны;
  - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
  - оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
  - использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
    - ведения здорового образа жизни;
    - оказания первой медицинской помощи;
    - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
    - обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;
    - соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- (абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- (абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или)

велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)

- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 10.11.2011 N 2643)

**знать/понимать**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

- основные задачи государственных служб по защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций;

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;

- предназначение, структуру и задачи РСЧС;

- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)

Значение самостоятельной работы в овладении знаниями и умениями по учебной дисциплине:

- экономия учебного времени;
- самостоятельная поэтапная отработка учебных элементов;
- воспитание сознательного отношения студента к учебному процессу;
- развитие практических умений;
- развитие познавательных способностей;
- совершенствование самоорганизации студента;
- формирование умений использовать информационные источники: справочную и специальную литературу.

## ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

<b>№ п/п</b>	<b>№ уро ка</b>	<b>Вопросы для самостоятельного изучения</b>	<b>Кол-во час.</b>	<b>Вид внеаудиторной самостоятельной работы</b>
1.	4	Рациональное питание.	2	Подготовка сообщения
2.	5	Вредные привычки, их влияние на здоровье человека.	2	Подготовка сообщения, сочинения
3.	6	Репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него.	2	Подготовка сообщения, доклада
4.	8	Профилактика инфекционных заболеваний.	2	Составление тестов
5.	9	Первая медицинская помощь	2	Составление памятки
6.	11	Правила дорожного движения.	2	Оформление буклета
7.	13	Чрезвычайные ситуации природного характера.	2	Составление памятки
8.	15	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	2	Составление памятки
9.	18	Тerrorизм – угроза обществу.	2	Составление памятки
10.	19	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	2	Подготовка сообщения
11.	20	Гражданская оборона	2	Составление тестов
12.	22	Современные средства поражения.	2	Составление кроссворда
13.	25	Средства индивидуальной защиты	2	Оформление презентации
14.	27	Средства коллективной защиты	2	Оформление презентации
15.	29	Защита Отечества – долг и обязанность граждан России.	2	Подготовка сообщения
16.	31	Воинская обязанность и военная служба.	2	Составление тестов
17.	33	Символы воинской чести	1	Составление конспекта
18.	34	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил РФ	2	Сообщение, презентация

# **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ, КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ**

## **1. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ КРОССВОРДОВ (ФИЛЛВОРДОВ)**

**Кроссворд – игра-задача, в которой фигура из рядов пустых клеток заполняется перекрещивающимися словами со значениями, заданными по условиям игры.**

**Филлворд**-данный тип кроссворда представляет поле, заполненное буквами. Во всём этом скоплении букв необходимо отыскать слова, которые приведены рядом в виде списка.

**Филлворды бывают двух типов:** венгерские и немецкие. Венгерские предполагают направление слова в любом направлении, в том числе по ломаной линии. В данном типе филлворда одна буква может быть использована один раз. Немецкий тип предполагает расположение слов по прямой линии в любом направлении, при этом одна буква может использоваться несколько раз.

Для составления кроссворда (филлворда) по заданной теме нужно найти информацию с разных источников (сеть Internet, энциклопедии, практические пособия, учебная литература), изучить ее и составить в рукописном варианте или пользуясь одним из программных средств: MicrosoftWord, MicrosoftExcel, MicrosoftPowerPoint.

Кроссворд (филлворд) можно составлять как индивидуально, так и в группах.

Выполненную работу сдать к указанному сроку.

### **Общие требования при составлении кроссвордов**

1. Не допускается наличие "плашек" (незаполненных клеток) в сетке кроссворда.
- 2.
3. Не допускаются случайные буквосочетания и пересечения.
4. Загаданные слова должны быть именами существительными в именительном падеже единственного числа.
5. Двухбуквенные слова должны иметь два пересечения.
6. Трехбуквенные слова должны иметь не менее двух пересечений.
7. Не допускаются аббревиатуры, сокращения.
8. Не рекомендуется большое количество двухбуквенных слов.
9. Все тексты должны быть написаны разборчиво, желательно отпечатаны.
10. На каждом листе должна быть фамилия автора, а также название данного кроссворда.

### **Требования к оформлению:**

#### **Создание кроссворда в рукописном варианте.**

##### **Требования:**

1. Рисунок кроссворда должен быть четким.
2. Сетки всех кроссвордов должны быть выполнены в двух экземплярах:  
1-й экз. - с заполненными словами; 2-й экз. - только с цифрами позиций.
3. Ответы на кроссворд публикуются отдельно. Ответы предназначены для проверки правильности решения кроссворда и дают возможность ознакомиться с правильными ответами на нерешенные позиции условий:
  - для типовых кроссвордов и чайнвордов: на отдельном листе;
  - для филлворда: сетка с аккуратно зачеркнутыми искомыми словами.

#### **Создание кроссворда в MS Word.**

##### **Требования:**

1. Создание сетки графическим методом; при этом все элементы должны быть сгруппированы.
2. Создание сетки табличным методом; при этом границы ненужных ячеек стираются.

3. Номера либо вставляют непосредственно в ячейки, либо записывают рядом с соответствующими ячейками.

4. Задания к кроссворду могут быть расположены обычным способом или оформлены в виде выносок к соответствующим клеткам.

5. Задания к кроссворду должны быть грамотно сформулированы.

6. Кроссворд на странице должен быть наглядно оформлен и правильноложен.

### **Создание кроссворда в MicrosoftPowerPoint.**

#### Требования:

1. Создание сетки табличным методом; при этом границы ненужных ячеек стираются.

2. Номера либо вставляют непосредственно в ячейки, либо записывают рядом с соответствующими ячейками.

3. Задания к кроссворду могут быть расположены обычным способом или на каждый вопрос отводится отдельный слайд.

4. Решение кроссворда должно быть организовано автоматически, с использованием гиперссылок.

5. Задания к кроссворду должны быть грамотно сформулированы.

6. Кроссворд на слайде должен быть наглядно оформлен и правильноложен.

7. Наличие возможности выбора верного ответа и присутствие неверных ответов с гиперссылками на автоматическое появление правильного ответа в сетке и переход на слайд неверно при выборе неверного ответа.

### **Создание кроссворда в MicrosoftExcel.**

#### Требования:

1. Сетка кроссворда создается путем обозначения границ ячеек и настройки их ширины и высоты таким образом, чтобы они получились квадратными.

2. Задания к кроссворду могут быть расположены обычным образом или оформлены в виде примечаний к ячейкам, в которых находится нумерация.

3. Проверка правильности разгадывания кроссворда может быть осуществлена с помощью условного форматирования (например, если в ячейку введена правильная цифра, то ячейка заливается определенным цветом).

4. Задания к кроссворду должны быть грамотно сформулированы.

5. Кроссворд на рабочем листе должен быть наглядно оформлен и правильноложен.

6. Наличие проверки правильности решения кроссворда.

### **Составление условий (толкований) кроссворда:**

1. Они должны быть строго лаконичными. Не следует делать их пространными, излишне исчерпывающими, многословными, несущими избыточную информацию.

2. Страйтесь подать слово с наименее известной стороны.

3. Просмотрите словари: возможно, в одном из них и окажется наилучшее определение. В определениях не должно быть однокоренных слов.

### **.Планирование деятельности по составлению кроссворда.**

1. Определить, с какой целью составляется кроссворд.

2. Просмотреть и изучить лексико-грамматический материал по теме в учебнике.

3. Просмотреть и выбрать вид кроссворда.

4. Продумать составные части кроссворда.

5. Изучить дополнительный материал по теме.

6. Продумать критерии оценивания.

7. Составить список слов раздельно по направлениям.

8. Написать условия (текст) кроссворда.

9. Проверить орфографию текста, соответствие нумерации.

10. Проанализировать составленный кроссворд согласно критериям оценивания.
11. Оформить готовый кроссворд.
12. Продумать защиту проекта-кроссворда

**Критерии составления проектов-кроссвордов и нормы их оценивания.**

- Объём, количество слов - 2 балла
- Аккуратность оформления- 2 балла
- Форма, тип кроссворда- 1 балл
- Способ презентации (письменный вариант, печатный вариант, электронная презентация) - 1 балл
- Задания (все определения, формулировки должны быть однотипны)- 2 балла
- Информативная точность и достоверность фактов- 1 балл
- Орфографическая правильность- 2 балла
- Источники информации (с указанием сайтов, авторов, издательства и т.д.)- 2 балла
- Имя ученика, выполнившего кроссворд- 1 балл
- Ключи к кроссворду- 2 балла

\*(возможны дополнительные критерии в зависимости от формы кроссворда)

**Нормы оценивания кроссвордов.**

**Зачет ставится:**

- от 10 до 16 баллов.

**Зачет не ставится:**

- от 10 и меньше.

**Электронные друзья кроссвордиста.**

Специальные программы-помощники кроссвордиста:

- Cross Partner (crosspartner.chat.ru),
- Paseek 2000 (crossworld.nm.ru/Index.html),
- сайт “Помощник кроссвордиста ([www.aida.ru/cgi/ch.pl](http://www.aida.ru/cgi/ch.pl)).”
- сайт “Кирилл и Мефодий” ([www.km.ru/entertainment/crossword](http://www.km.ru/entertainment/crossword))
- сайт “Кроссворд 2000” ([raybinin.newmail.ru/krossword/pro.htm](http://raybinin.newmail.ru/krossword/pro.htm)).

Кроссворды On-line!

Интерактивные кроссворды (Java-кроссворды):

- [www.sobesednik.ru/crosswords](http://www.sobesednik.ru/crosswords) (еженедельник “Собеседник”)
- nauka.relis.ru/54/dir.htm. (журнал “Наука и жизнь”)
- [www.privatelife.ru/Krossword.htm](http://www.privatelife.ru/Krossword.htm) (газета “Лучшие кроссворды “Поля чудес””)
- [www.fair.ru/cross](http://www.fair.ru/cross) (для распечатывания “Ярмарка кроссвордов”)

## **2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОФОРМЛЕНИЮ ТЕСТОВ.**

**ТЕСТ** -пробное задание, исследование, испытание.

Для составления тестов необходимо найти информацию с разных источников (сеть Internet, энциклопедии, практические пособия, учебная литература), изучить ее и подобрать задания, отражающие основные моменты по заданной теме.

**Планирование деятельности по составлению тестов.**

1. Определить, с какой целью составляется тест.
2. Просмотреть и изучить материал по теме в различных источниках (сеть Internet, энциклопедии, практические пособия, учебная литература).
3. Просмотреть и выбрать форму теста.
4. Определить количество вопросов в teste.
5. Продумать критерии оценивания.
6. Написать инструкцию к выполнению теста.
7. Проверить орфографию текста, соответствие нумерации.
8. Проанализировать составленный тест согласно критериям оценивания.
9. Оформить готовый тест.

10. Оформить бланк ответов к тесту.

## **ФОРМЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ**

1. - **задания закрытой формы**, в которых выбирают правильный ответ из данного набора ответов к тексту задания;
2. - **задания открытой формы**, требующие при выполнении самостоятельного формулирования ответа;
3. - **задание на соответствие**, выполнение которых связано с установлением соответствия между элементами двух множеств;
4. - **задания на установление правильной последовательности**, в которых требуется указать порядок действий или процессов, перечисленных в задании.

### **Общие рекомендации к составлению тестов**

- не следует прибегать к формулированию задания на воспроизведение, если вместо него может быть предложена качественная или количественная задача;
- не следует стремиться к только словесному формированию вопросов. При использовании рисунков, схем, графиков и др. значительно сокращается текст вопроса и в то же время повышается выразительность задачи;
- предпочитайте в формулировках не констатацию фактов, а выявление причинно-следственных связей;
- прибегайте к формулировкам, побуждающим к систематизации и классификации явлений;
- изыскивайте возможность формулировки задания, направленного на установление общности и различия в явлениях;
- избегайте однообразных формулировок;
- чаще ставьте проблемы, помогающие решать задачи, с которыми приходится сталкиваться в каждодневной работе.
- оптимальное количество вопросов – 10 при 3-4 выборочных ответах, из которых правильный ответ лишь один.

### **Требования при составлении теста:**

- 1) Строгое соответствие источникам информации, которыми пользуются учащиеся (соответствие содержанию и объему полученной ими информации).**
- 2) Простота (задание должно требовать от испытуемого решения только одного вопроса).**
- 3) Однозначность задания (формулировка вопроса должна исчерпывающим образом разъяснить поставленную перед испытуемым задачу, причем язык и термины, способы и индексация обозначений, графические изображения и иллюстрации задания и ответов к нему должны быть безусловно и однозначно понятны всеми учащимися).**
- 4) Предпочтительнее подробный вопрос (задание) и лаконичные ответы.**
- 5) Идентичность всех ответов по форме, содержанию, объему, количеству представленных позиций.**
- 6) Оптимальное количество вариантов ответа — четыре-пять.**
- 7) Грамматическое и логическое соответствие ответов вопросу (заданию).**
- 8) Работа учащегося над контрольным заданием, в т.ч. и тестом, должна быть продолжением обучения. Поэтому совершенно неприемлемы абсурдные, очевидно неправильные ответы.**

**9) Обучающая функция теста возрастает, если необходимо отметить неправильный или негативный ответ, а также в случае, когда все ответы правильные, но один предпочтительнее по тем или иным критериям.**

Работа должна быть представлена на формате А4, печатный (на компьютере) или рукописный вариант.

Выполненную работу сдать к указанному сроку.

### **Критерии оценивания тестов**

#### **Зачет ставится, если:**

- содержание теста соответствует заданной теме, выдержаны все требования к его составлению;
- основные требования к составлению теста соблюдены, но при этом допущены недочёты. В частности, неточно и некорректно составлены вопросы (задания); имеются упущения в оформлении;
- имеются существенные отступления от требований к оформлению теста. В частности: тема освещена лишь частично; некоторые вопросы (задания) не соответствуют ответам, допущены ошибки в четкой формулировке вопросов или заданий.

#### **Зачет не ставится, если:**

- вопросы или задания теста не соответствуют заданной теме, обнаруживается существенное непонимание проблемы;
- тесты учащимся не представлены.

## **3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОЗДАНИЮ БУКЛЕТА**

**БУКЛЕТ** – это произведение печати, изготовленное на одном листе, сложенном параллельными сгибами в несколько страниц так, что текст на буклете может читаться без разрезки, раскрывается напечатанный буклеть, как ширма.

Для создания буклета по заданной теме нужно найти информацию с разных источников (сеть Internet, энциклопедии, практические пособия, учебная литература), изучить ее и оформить буклеть в рукописном варианте или пользуясь одним из программных средств: MicrosoftWord, MicrosoftPublisher.

Программа MicrosoftPublisher представляется наиболее удобной для создания информационного буклете, так как в ней имеются шаблоны публикаций для печати, что позволяет упростить процесс их создания. Если в компьютере нет данной программы, то создание буклете возможно и в текстовом редакторе MicrosoftWord. В этом случае рекомендуется в пункте меню «Параметры страницы» выбрать альбомную ориентацию листа и разбить его на три колонки («Формат» - «Колонки»), или создать таблицу с тремя колонками, для размещения в них информации.

Выполненную работу сдать к указанному сроку.

### **Планирование деятельности по созданию буклете.**

1. Определить, с какой целью составляется буклеть.
2. Просмотреть и изучить материал по теме в разных источниках (сеть Internet, энциклопедии, практические пособия, учебная литература).
3. Разработать описание структуры буклете.
4. Продумать краткоесодержание информации.
5. Определить расположение текста, высказывания математиков, иллюстраций, схем, таблиц, фотографий и т.д.

### **Требования к содержанию буклета:**

1. Работая над буклетом, постоянно помните, какие цели и задачи вы ставите при его подготовке.
2. Содержание буклета, терминология должна быть доступна учащимся.
3. Содержание буклета должно соответствовать заданной теме.
4. Поскольку буклет является достаточно компактным по своему объему, то и представленная в нем информация должна быть представлена в компактном виде, тезисно.
5. Буклет может содержать рисунки, фотографии, при его подготовке необходимо придерживаться единого стиля оформления.
6. Информация должна быть изложена точно, ясно и кратко.
7. При подготовке буклета главное - создать положительный имидж заданной теме.

### **Общие критерии оценки:**

1. Выразительность и оригинальность стиля.
2. Ясность написания текстов. Необходимо правильно определить оптимальный объем информации – ее должно быть достаточно для раскрытия какого-то вопроса, но не должно быть слишком много, что повлечет за собой уменьшение размера шрифта и негативно скажется на «читаемости» текста.
3. Продуманность деталей.
4. Целесообразное использование стилей и шрифтов.
5. Привлекательность общего дизайна.
6. Соответствие размещения и содержания информации общей идеи.

### **Критерии оценивания буклетов:**

#### **Зачёт ставится, если:**

- содержание буклета соответствует заданной теме, выдержаны все требования к его оформлению;
- основные требования к созданию буклета соблюдены, но при этом допущены недочёты. В частности, неточно и некорректно представлена информация; нецелесообразное использование стилей и шрифтов;
- имеются существенные отступления от требований к оформлению буклета. В частности: тема освещена лишь частично; в буклете переизбыток информации, либо ее недостаток; простота в оформлении, отсутствие оригинальности и привлекательности общего дизайна.

#### **Зачет не ставится, если:**

- информация в буклете не соответствуют заданной теме, обнаруживается существенное непонимание проблемы;
- буклет учащимся не представлен

## **4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ ПАМЯТКИ-АЛГОРИТМА.**

**ПАМЯТКА** — краткое нормативное, производственно-практическое или справочное издание, содержащее самые важные сведения, которыми надо руководствоваться, выполняя к.-л. операцию или осуществляя деятельность.

Для составления памятки-алгоритма по заданной теме нужно найти информацию с разных источников (сеть Internet, энциклопедии, практические пособия, учебная литература), изучить ее и выписать тезисы (основные мысли).

Выполненную работу сдать к указанному сроку.

## СОСТАВЛЕНИЕ ТЕЗИСОВ

1. Предварительно изучите информацию по заданной теме с разных источников (сеть Internet, энциклопедии, практические пособия, учебная литература), продумайте цель, которую вы ставите, приступая к работе над ней.
2. Внимательно изучите информацию, определите её основную мысль.
3. Разделите информацию по заданной теме на смысловые части, определите микротемы.
4. Сформулируйте пункты плана, логически связав их между собой.
5. Воспринимая текстовую информацию, стремитесь чётко представить себе, что является главным для автора, а что для вас.
6. Выберите для тезисов основные идеи и положения, отделив важные детали от подробностей, запишите их словами автора или собственными словами, разместив в определённой последовательности.
7. Руководствуйтесь основным принципом тезирования текста — не допускайте искажения содержания.
8. Составьте тезисы, а затем, используя эти материалы, оформите памятку-алгоритм на листе А4.

### **Критерии оценивания памятки-алгоритма:**

#### **Зачет ставится, если:**

- составленная памятка-алгоритм, соответствует изучаемому материалу, соблюdenы требования к составлению тезисов.
- составленная памятка-алгоритм, соответствует основным требованиям, соответствует изучаемому материалу, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в формулировке тезисов; имеются упущения в оформлении.
- имеются существенные отступления от требований к составлению памятки-алгоритма. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в формулировке тезисов.

#### **Зачет не ставится, если:**

- тема памятки-алгоритма не соответствует изучаемой теме, обнаруживается существенное непонимание проблемы.
- памятка-алгоритм учащимся не представлена.

## 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ОФОРМЛЕНИЮ ПРЕЗЕНТАЦИИ

**Компьютерную презентацию**, сопровождающую выступление докладчика, удобнее всего подготовить в программе MS PowerPoint. Презентация как документ представляет собой последовательность сменяющих друг друга слайдов - то есть электронных страничек, занимающих весь экран монитора (без присутствия панелей программы). Чаще всего демонстрация презентации проецируется на большом экране, реже – раздается собравшимся как печатный материал. Количество слайдов адекватно содержанию и продолжительности выступления (например, для 5-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов).

Первый слайд обязательно должен содержать Ф.И.О. учащегося, название учебной дисциплины, тему презентации, Ф.И.О. преподавателя. Следующие слайды можно подготовить, используя две различные стратегии их подготовки:

1 стратегия: на слайды выносится опорный конспект выступления и ключевые слова с тем, чтобы пользоваться ими как планом для выступления. В этом случае к слайдам предъявляются следующие требования:

- объем текста на слайде – не больше 7 строк;
- маркированный/нумерованный список содержит не более 7 элементов;
- отсутствуют знаки пунктуации в конце строк в маркированных и нумерованных списках;
- значимая информация выделяется с помощью цвета, кегля, эффектов анимации.

Особо внимательно необходимо проверить текст на отсутствие ошибок и опечаток. Основная ошибка при выборе данной стратегии состоит в том, что выступающие заменяют свою речь чтением текста со слайдов.

2 стратегия: на слайды помещается фактический материал (таблицы, графики, фотографии и пр.), который является уместным и достаточным средством наглядности, помогает в раскрытии стержневой идеи выступления. В этом случае к слайдам предъявляются следующие требования:

- выбранные средства визуализации информации (таблицы, схемы, графики и т. д.) соответствуют содержанию;
- использованы иллюстрации хорошего качества (высокого разрешения), с четким изображением (как правило, никто из присутствующих не заинтересован вчитываться в текст на ваших слайдах и всматриваться в мелкие иллюстрации);

Максимальное количество графической информации на одном слайде – 2 рисунка (фотографии, схемы и т.д.) с текстовыми комментариями (не более 2 строк к каждому). Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана.

Последний слайд должен быть повторением первого. Это дает возможность еще раз напомнить слушателям тему выступления и имя докладчика и либо перейти к вопросам, либо завершить выступление.

### *Оформление презентации*

Для всех слайдов презентации по возможности необходимо использовать один и тот же шаблон оформления, кегль – для заголовков - не меньше 24 пунктов, для информации - для информации - не менее 18.

В презентациях не принято ставить переносы в словах.

Оформление слайдов не должно отвлекать от его содержания. Нежелательны звуковые эффекты в ходе демонстрации презентации. Наилучшими являются контрастные цвета фона и текста (белый фон – черный текст; темно-синий фон – светло-желтый текст и т. д.).

Лучше не смешивать разные типы шрифтов в одной презентации. Рекомендуется не злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже).

Неконтрастные слайды будут смотреться тусклыми и невыразительными, особенно в светлых аудиториях.

Для лучшей ориентации в презентации по ходу выступления лучше пронумеровать слайды. Желательно, чтобы на слайдах оставались поля, не менее 1 см с каждой стороны.

Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями).

Использовать встроенные эффекты анимации можно только, когда без этого не обойтись (например, последовательное появление элементов диаграммы).

Для акцентирования внимания на какой-то конкретной информации слайда можно воспользоваться лазерной указкой.

Диаграммы готовятся с использованием мастера диаграмм табличного процессора MSEExcel. Для ввода числовых данных используется числовой формат с разделителем групп разрядов. Если данные (подписи данных) являются дробными числами, то число отображаемых десятичных знаков должно быть одинаково для всей группы этих данных (всего ряда подписей данных). Данные и подписи не должны накладываться друг на друга и сливаться с графическими элементами диаграммы. Структурные диаграммы готовятся при помощи стандартных средств рисования пакета MSOffice. Если при форматировании слайда есть необходимость пропорционально уменьшить размер диаграммы, то размер шрифтов реквизитов должен быть увеличен с таким расчетом, чтобы реальное отображение объектов диаграммы соответствовало значениям, указанным в таблице. В таблицах не должно быть более 4 строк и 4 столбцов — в противном случае данные в таблице будут просто невозможно увидеть. Ячейки с названиями строк и столбцов и наиболее значимые данные рекомендуется выделять цветом.

Табличная информация вставляется в материалы как таблица текстового процессора MSWord или табличного процессора MSEExcel. При вставке таблицы как объекта и пропорциональном изменении ее размера реальный отображаемый размер шрифта должен быть не менее 18. Таблицы и диаграммы размещаются на светлом или белом фоне.

Для показа файл презентации необходимо сохранить в формате «Демонстрация PowerPoint» (Файл — Сохранить как — Тип файла — Демонстрация PowerPoint). В этом случае презентация автоматически открывается в режиме полноэкранного показа (slideshow) и слушатели избавлены как от вида рабочего окна программы PowerPoint, так и от потерь времени в начале показа презентации.

Выполненную работу сдать к указанному сроку.

#### **Критерии оценивания презентации**

##### **Зачет ставится, если:**

- содержание презентации соответствуют заданной теме, которая раскрыта в полном объеме, соблюdenы требования к оформлению презентации;
- основные требования к оформлению презентации соблюдены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; имеются упущения в оформлении;
- имеются существенные отступления от требований к оформлению слайдов. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании презентации.

##### **Зачет не ставится, если:**

- тема презентации не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы;
- презентация учащимся не представлена.

### **3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ ДОКЛАДА (СООБЩЕНИЯ)**

**Доклад** – это краткое изложение содержания научного труда специалистов по избранной теме, обзор литературы определенного направления. Такой обзор должен давать читателю представление о современном состоянии изученности той или иной научной проблемы, включая сопоставление точек зрения специалистов, и сопровождаться собственной оценкой их достоверности и убедительности.

**Доклад** – вид самостоятельной научно-исследовательской работы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы; приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.

**Доклад** – вид самостоятельной работы, который используется в учебных и внеаудиторных занятиях и способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает критически мыслить.

При работе над докладом можно использовать два приема.

1. Подобрать нужный материал и разложить его по разделам доклада. Нужно четко представлять, в какой последовательности будут излагаться мысли. После того, как разработан подробный план каждого раздела, можно начинать писать черновой вариант. Затем следует отредактировать текст.

2. Сначала записывают тезисы всего раздела или доклада, излагают основные мысли. По мере изучения материала знания углубляются, и первоначальный набросок приобретает черты доклада. Этот прием отличается тем, что можно увидеть свою будущую работу в сжатой форме, правильно определить ее направление, уточнить объем, заметить недостатки в композиции.

Писать доклад можно в той последовательности, которая представляется автору наиболее рациональной. Вместе с тем, существует определенная логическая схема этой работы.

#### **Этапы подготовки доклада:**

1. Подготовка и планирование.
2. Выбор и осознание темы доклада.
3. Подбор источников и литературы.
4. Работа с выбранными источниками и литературой.
5. Систематизация и анализ материала.
6. Составление рабочего плана доклада.
7. Письменное изложение материала по параграфам.
8. Редактирование, переработка текста.
9. Оформление доклада.
10. Выступление с докладом.

*Примечание.* В докладе должна ясно прослеживаться цель его составления, а содержание должно быть непосредственно посвящено исследуемому предмету. Чтобы достичь желаемого эффекта автору следует излагать свои мысли образно и по возможности увлекательно.

Доклад выполняется на формате А4 в мягком переплете. Работа должна быть выполнена на компьютере. Работа пишется только на одной стороне страницы. Размер шрифта 14TimesNewRoman, обычный; интервал между строк 1,5. Поля: левое – 3см (30мм), правое -2,5см (25мм), верхнее – 2,5см (25мм), нижнее -2,5 см (25мм). Все страницы нумеруются, начиная с титульного листа. Цифру номера страницы ставят внизу справа, на титульном листе номер страницы не ставят. Каждый новый раздел начинают с новой страницы. Заголовок располагается посередине строки, точку в конце заголовка не ставят.

#### ***Структура доклада***

Объем исследовательской работы должен быть 5-8 печатных листов.

1. Титульный лист (*Приложение № 1*)
2. Оглавление (содержание)
3. Введение
4. Содержание (раскрытие темы доклада)
5. Заключение
6. Список используемой литературы

#### **Критерии оценивания доклада**

#### **Зачет ставится, если:**

– работа сдана в указанные сроки, содержание доклада соответствует заданной теме, выдержаны все требования к его составлению;

– работа сдана в указанные сроки, основные требования к составлению доклада соблюдены, но при этом допущены недочёты в раскрытии темы.

**Зачет не ставится, если:**

- содержание доклада не соответствуют заданной теме, обнаруживается существенное непонимание проблемы;
- доклад учащимся не представлен.

## **ПОРЯДОК ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**Номер и тема занятия:**

**№ 4 Тема «Рациональное питание».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** влияние различных витаминов на здоровье человека.

**Цель:** изучить основные виды витаминов и влияние их на здоровье человека.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, бумага формата А4, компьютер, принтер.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и подготовьте сообщение (доклад) по одной из предложенных тем:

«Витамины в нашей жизни»;

«История открытия витаминов»;

«Содержание витаминов в продуктах питания».

Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

**Форма отчетности:** оформление сообщения (доклада) в рукописном варианте или с помощью программы MicrosoftWord.

С лучшими работами, студентам рекомендовано выступить перед своей группой.

**Номер и тема занятия:**

**№ 5 Тема «Влияние и последствия вредных привычек на организм человека».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** Привычки. Влияние привычек на формирование характера человека. Влияние вредных привычек на здоровье человека. Социальные последствия вредных привычек.

**Цель:** познакомиться с полезными и вредными привычками. Изучить влияние вредных привычек на здоровье человека.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, бумага формата А4, компьютер, принтер.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу, напишите сочинение или подготовьте сообщение (доклад) по одной из предложенных тем:

«Привычки полезные и вредные»;

«Ещё раз о вреде курения»;

«Алкоголизм. Социальные последствия алкоголизма»;

«Молодежь против наркотиков».

Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями, указанными на страницах 26-28.

**Форма отчетности:** оформление сообщения (доклада) в рукописном варианте или с помощью программы MicrosoftWord; написание сочинения на одну из предложенных тем, выразив в нем своё отношение к данной проблеме.

С лучшими работами, студентам рекомендовано выступить перед своей группой.

**Номер и тема занятия:**

## **№ 6 Тема «Репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** репродуктивное здоровье, беременность и гигиена беременности, уход за младенцем, заболевания передающиеся половым путем.

**Цель:** дать понятие репродуктивного здоровья, рассмотреть факторы, влияющие на него, изучить основные заболевания передающиеся половым путем; рассмотреть вопросы гигиены беременности и ухода за младенцем (для девушек)

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, бумага формата А4, компьютер, принтер.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и подготовьте сообщение (доклад) по одной из предложенных тем:

«Репродуктивное здоровье»;

«Проблемы молодой семьи»;

«Заболевания передающиеся половым путем»;

«Беременность и уход за младенцем».

Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

**Форма отчетности:** оформление сообщения (доклада) в рукописном варианте или с помощью программы Microsoft Word.

С лучшими работами, студентам рекомендовано выступить перед своей группой.

**Номер и тема занятия:**

## **№ 8 Тема «Профилактика инфекционных заболеваний».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** основные виды инфекционных заболеваний.

Профилактика инфекционных заболеваний Иммунитет.

**Цель:** научиться работать со справочной литературой, ресурсами интернет, научиться составлять тесты.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, компьютер, программа Microsoft Word.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу разработайте и оформите тесты по теме: «Профилактика инфекционных заболеваний». Готовые тесты должны содержать не менее 10 вопросов, на каждый вопрос не менее 3 ответов.

Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

**Форма отчетности:** оформление теста в рукописном варианте или с помощью программы Microsoft Word на бумаге формата А4.

Лучшие тесты могут быть использованы в качестве заданий для студентов.

**Номер и тема занятия:**

## **№ 9 Тема «Первая медицинская помощь».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

**Цель:** изучить основные правила оказания первой медицинской помощи при различных травмах и поражениях; научиться составлять памятки-алгоритмы.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, лист бумаги формата А4- печатный (на компьютере) вариант или рукописный.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и оформите памятку-алгоритм по одной из предложенных тем:

«ПМП при тепловых и солнечных ударах»;

«ПМП при поражениях электрическим током »;  
«ПМП при кровотечениях и переломах»;  
«ПМП при ушибах и вывихах»;  
«ПМП при термических и химических ожогах»;  
«ПМП при отравлении угарным газом»;  
«Реанимационная помощь».

**Форма отчетности:** оформление памятки-алгоритма (ответ оформляется на листе бумаги формата А4). Подготовленные работы учащимся необходимо продемонстрировать перед своей группой, выявляются лучшие работы.

**Номер и тема занятия:**

**№ 11 Тема «Правила дорожного движения».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** правила дорожного движения.

**Цель:** изучить основные правила дорожного движения.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, лист бумаги формата А4 или А2 - печатный (на компьютере) вариант или рукописный.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и оформите плакат или буклет по теме «Правила дорожного движения». Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

В работе необходимо одну из предложенных тем:

1. Правила дорожного движения водителей.
2. Правила дорожного движения пассажиров.
3. Правила дорожного движения велосипедистов.
4. Правила дорожного движения пешеходов.
5. Основные знаки безопасности.

**Форма отчетности:** оформление плаката или буклета в рукописном варианте или с помощью программы Microsoft Publisher.

**Номер и тема занятия:**

**№ 11 Тема «Чрезвычайные ситуации природного характера».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** чрезвычайные ситуации природного характера. Правила поведения в условиях ЧС природного характера.

**Цель:** изучить основные правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера, характерных для данных мест проживания; научиться составлять памятки-алгоритмы.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, лист бумаги формата А4- печатный (на компьютере) вариант или рукописный.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и оформите памятку-алгоритм по теме «Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера. Правила безопасного поведения при стихийных бедствиях». Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

В работе необходимо раскрыть следующие вопросы:

1. Выберите чрезвычайную ситуацию, характерную для Оренбургской области.
2. Поэтапно распишите действия до чрезвычайной ситуации (при объявлении о приближающейся чрезвычайной ситуации).
3. Поэтапно распишите действия во время чрезвычайной ситуации.
4. Поэтапно распишите действия после чрезвычайной ситуации.

**Форма отчетности:** оформление памятки-алгоритма (ответ оформляется на листе бумаги формата А4). Подготовленные работы учащимся необходимо продемонстрировать перед своей группой, выявляются лучшие работы.

**Номер и тема занятия:**

**№ 15 Тема «Правила поведения при чрезвычайных ситуациях техногенного характера».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Правила поведения в условиях ЧС техногенного характера.

**Цель:** изучить основные правила поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера, характерных для данных мест проживания; научиться составлять памятки-алгоритмы.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, лист бумаги формата А4- печатный (на компьютере) вариант или рукописный.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и оформите памятку-алгоритм по теме «Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения». Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

В работе необходимо раскрыть следующие вопросы:

1. Выберите чрезвычайную ситуацию техногенного характера.
2. Поэтапно распишите действия до чрезвычайной ситуации (при объявлении о приближающейся чрезвычайной ситуации).
3. Поэтапно распишите действия во время чрезвычайной ситуации.
4. Поэтапно распишите действия после чрезвычайной ситуации.

**Форма отчетности:** оформление памятки-алгоритма (ответ оформляется на листе бумаги формата А4). Подготовленные работы учащимся необходимо продемонстрировать перед своей группой, выявляются лучшие работы.

**Номер и тема занятия:**

**№ 18 Тема «Тerrorизм – угроза обществу».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** Правила поведения при террористических актах. Правила поведения при захвате в заложники, при обнаружении взрывного устройства, при угрозах по телефону и др.

**Цель:** изучить основные правила поведения при террористических актах; научиться составлять памятки-алгоритмы.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, лист бумаги формата А4- печатный (на компьютере) вариант или рукописный.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и оформите памятку-алгоритм по теме «Правила безопасного поведения при террористических актах и захвате в заложники». Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

В работе необходимо выбрать одну из предложенных тем и составить памятку-алгоритм:

1. Правила поведения при угрозе террористического акта.
2. Правила поведения захвата в заложники.
3. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета.
4. Правила поведения при поступлении угрозы по телефону.

**Форма отчетности:** оформление памятки-алгоритма (ответ оформляется на листе бумаги формата А4). Подготовленные работы учащимся необходимо продемонстрировать перед своей группой, выявляются лучшие работы.

**Номер и тема занятия:**

**№ 19 Тема «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

**Цель:** расширить знания в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, подготовить сообщение (доклад).

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, компьютер, программа MicrosoftWord.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу разработайте и оформите сообщение по теме: «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)».

Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

**Форма отчетности:** оформление сообщения (доклада) в рукописном варианте или с помощью программы MicrosoftWord.

С лучшими работами, студентам рекомендовано выступить перед своей группой.

**Форма отчетности:** оформление теста в рукописном варианте или с помощью программы MicrosoftWord на бумаге формата А4.

Лучшие тесты могут быть использованы в качестве заданий для студентов.

**Номер и тема занятия:**

**№ 20 Тема «Гражданская оборона».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** Виды современных средств поражения, их поражающие факторы.

**Цель:** углубить знания в области гражданской обороны, ее предназначения и задач по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, лист бумаги формата А4- печатный (на компьютере) вариант или рукописный.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу разработайте и оформите тесты по теме: «Гражданская оборона». Готовые тесты должны содержать не менее 10 вопросов, на каждый вопрос не менее 3 ответов.

Готовые работы должны быть

сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

**Форма отчетности:** оформление теста в рукописном варианте или с помощью программы MicrosoftWord на бумаге формата А4.

Лучшие тесты могут быть использованы в качестве заданий для студентов.

**Номер и тема занятия:**

**№ 22 Тема «Современные средства поражения».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** Виды современных средств поражения, их поражающие факторы.

**Цель:** изучить основные термины, относящиеся к современным средствам поражения; научиться составлять кроссворд.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, лист бумаги формата А4- печатный (на компьютере) вариант или рукописный.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и составьте кроссворд из 10 слов (терминов) вместе с пояснениями.

Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

**Форма отчетности:** оформление кроссворда в рукописном варианте или пользуясь одним из программных средств: MicrosoftWord, MicrosoftExcel, MicrosoftPowerPoint.

Лучшие кроссворды могут быть использованы в качестве заданий для студентов.

**Номер и тема занятия:**

**№ 25 Тема «Средства индивидуальной защиты».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** средства индивидуальной защиты.

**Цель:** изучить основные виды и назначение индивидуальных средств защиты.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, компьютер, программа PowerPoint.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу создайте презентацию на тему: «Средства индивидуальной защиты». Объем презентации не более 10 слайдов. Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

В работе необходимо раскрыть следующие вопросы:

1. Назначение и средства индивидуальной защиты.
2. Средства индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и медицинские средства защиты.

**Форма отчетности:** создание презентации (ответ сдается на электронном носителе – диске или в распечатанном виде на бумажном носителе). С подготовленными таблицами и презентациями учащимся необходимо выступить перед своей группой, выявляются лучшие творческие работы.

**Номер и тема занятия:**

**№ 27 Тема «Средства коллективной защиты».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** средства коллективной защиты.

**Цель:** изучить основные виды и назначение коллективных средств защиты.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, компьютер, программа PowerPoint.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу создайте презентацию на тему: «Средства коллективной защиты». Объем презентации не более 10 слайдов. Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

В работе необходимо раскрыть следующие вопросы:

1. Назначение и средства коллективной защиты.
2. Коллективные средства защиты: убежища, противорадиационные укрытия, открытые и перекрытые щели.

**Форма отчетности:** создание презентации (ответ сдается на электронном носителе – диске или в распечатанном виде на бумажном носителе). С подготовленными таблицами и презентациями учащимся необходимо выступить перед своей группой, выявляются лучшие творческие работы.

**Номер и тема занятия:**

**№ 29 Тема «Защита Отечества – долг и обязанность граждан России».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** история создания Вооруженных Сил Российской Федерации; Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства;

**Цель:** познакомиться с историей создания Вооруженных Сил Российской Федерации; углубить знания в области законодательства РФ об обороне государства и воинской обязанности граждан.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, бумага формата А4, компьютер, принтер.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и подготовьте сообщение (доклад) по одной из предложенных тем:

«История создания Вооруженных Сил Российской Федерации»;

«Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны государства».

Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

**Форма отчетности:** оформление сообщения (доклада) в рукописном варианте или с помощью программы MicrosoftWord.

С лучшими работами, студентам рекомендовано выступить перед своей группой.

**Номер и тема занятия:**

**№ 31 Тема «Воинская обязанность и военная служба».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** Организация воинского учета и его предназначение. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.

**Цель:** научиться работать с нормативной и справочной литературой, научиться составлять тест.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, компьютер, программа MicrosoftWord.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу разработайте и оформите тесты по теме: «Воинская обязанность и военная служба». Готовый тест должны содержать не менее 10 вопросов, на каждый вопрос не менее 3 ответов.

Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

В работе необходимо раскрыть следующие вопросы:

1. Организация воинского учета и его предназначение.
2. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.
3. Призыв на военную службу.
4. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.
5. Прохождение военной службы по контракту.
6. Альтернативная гражданская служба.
7. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.

**Форма отчетности:** оформление теста в рукописном варианте или с помощью программы MicrosoftWord на бумаге формата А4.

Лучшие тесты могут быть использованы в качестве заданий для студентов.

**Номер и тема занятия:**

**№ 33 Тема «Символы воинской чести».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** Боевое знамя воинской части. Ордена и почетные награды.

**Цель:** изучить основные символы воинской чести.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, рабочая тетрадь.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и напишите конспект по теме «Символы воинской чести».

**Форма отчетности:** конспект оформляется в рукописном варианте или с помощью программы MicrosoftWord. Готовые работы должны быть сданы в указанный срок.

**Номер и тема занятия:**

**№ 34 Тема «Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил РФ».**

**Вопросы для самостоятельного изучения:** Патриотизм и верность своему долгу – качества защитника Отечества. Дни воинской славы России. Дружба, воинское товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

**Цель:** изучить боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил РФ.

**Оснащение:** данные методические указания, рекомендуемая литература, бумага формата А4, компьютер, принтер.

**Задание:** изучите рекомендуемую литературу и подготовьте сообщение (доклад) или презентацию по одной из предложенных тем:

1. Патриотизм и верность своему долгу – качества защитника Отечества.
2. Дни воинской славы России.
3. Дружба, воинское товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

Готовые работы должны быть сданы в указанный срок и выполнены в соответствии с методическими рекомендациями.

**Форма отчетности:** оформление сообщения (доклада) в рукописном варианте или с помощью программы MicrosoftWord.

С лучшими работами, студентам рекомендовано выступить перед своей группой.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.;учебник для общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов (идр.); под ред. Ю.Л. Воробьева. – Москва: АСТ, 2015. – 350с.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.;учебник для общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов (идр.); под ред. Ю.Л. Воробьева. – Москва: АСТ, 2015. – 286с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учебник. Базовый уровень. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ.ред. А.Т. Смирнова. Издательство: Просвещение. 2015 г. - 207 с.
4. Основы безопасности жизнедеятельности. 11класс. Учебник для общеобразовательных учреждений. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ.ред. А.Т. Смирнова. – Издательство: Просвещение. , 2013 г. – 226 с.
5. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. Для учащихся 10 кл. образовательных учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ.ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение , 2013г; -288с.

### Дополнительные источники

1. «Новейшие средства защиты органов дыхания и кожи»/ учебное пособие ООО «Редакция журнала «Военные знания», 2000 – 77 с.
2. Основы безопасности жизнедеятельности 10 кл.: 0-75 Учеб.для общеобразоват. учреждений/ А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. – 2-е изд., перераб. – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 380 с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности: 1о Кл.: Учеб.для общеобразоват. учреждений/ М. П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; Под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ» , 2004. – 382с.: ил.
4. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 классы: Пособие для преподавателей – организаторов курса «Основы безопасности жизнедеятельности» общеобразоват. учреждений. Е.И. Тупикич, А.Т. Смирнов; Под общ. Редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2002. – 192 с.: ил. 117 с.
5. Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях. Шаховец В.В.,

Виноградов А.В. ООО «Редакция журнала «Военные знания» 2000г. -56с.

6. Помощь пострадавшим.защитные меры Библиотечка «Военные знания» ООО «ИЦ-Редакция «Военные знания» 2000г. с.-80.

7. Семенов С.Н., Лысенко В.П. «Проведение занятий по гражданской обороне» : метод.пособие. – М: Высш. шк., 1990. – 96 с.: ил.

8. Стихийные бедствия, аварии, катастрофы. Правила поведения и действия населения. Библиотечка «Военные знания». ООО» ИЦ-Редакция «Военные знания». 2000 - 80.

9. Уголовный кодекс Российской Федерации. – М., «Издательство ЭЛИТ», 2003г. 152с.

10. Учебное пособие «Чрезвычайные ситуации. Краткая характеристика и классификация» ООО ИЦ – Редакция «Военные знания», 2000 г. – 80 с.

### Информационные ресурсы

№ п/п	Название сайта	Содержание	Адрес (Url)
1	Безопасность жизнедеятельности	Нормативные документы, методические рекомендации.	<a href="http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm">http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm</a>
2	Сайт учителя информатики, технологии и ОБЖ Разумова Виктора Николаевича.	Нормативные документы, методические материалы, Тематическое планирование, Презентации, Тесты.	<a href="informic.narod.ru/obg">informic.narod.ru/obg</a>
3	"Безопасность жизнедеятельности школы."автор сайта Кухта Станислав Геннадьевич.	Основы военной службы; Пожарная безопасность; Антитеррор; Охрана труда и др.	<a href="kuhta.clan.su">kuhta.clan.su</a>
4	Основы безопасности жизнедеятельности" журнал МЧС России.	Информационно-методическое издание для преподавателей.	<a href="school-obz.org">school-obz.org</a>

## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

*Приложение № 1*

Министерство образования Оренбургской области  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
«Бузулукский строительный колледж» г. Бузулука Оренбургской области  
*(по центру, шрифт 14)*

### **САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА №1**

#### **КРОССВОРД** (*по центру, шрифт 16, жирный*)

по учебной дисциплине: «**Основы безопасности жизнедеятельности**»

Тема: «**Основы здорового образа жизни**» (*по левому краю, шрифт 14*)

**Выполнил:** студент гр. №\_\_\_\_\_  
специальности «»  
Жиляева Я.В.

**Проверил:** преподаватель  
Беляева Е.Н.

*(шрифт 14, по правому краю)*

**2019** (*по центру, шрифт 14*)