

Государственное бюджетное профессиональное  
Образовательное учреждение Иркутской области  
«Иркутский техникум машиностроения им. Н.П. Трапезникова»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

к подготовке и выполнению самостоятельных работ по дисциплине

**"Основы безопасности жизнедеятельности"**

для студентов, обучающихся

***по профессии 230103.04 Наладчик аппаратного и программного обеспечения***

Рассмотрено на заседании ЦК  
\_\_\_\_\_ 2017 г.  
Председатель ЦК  
\_\_\_\_\_ Ю.А. Мирюков

Иркутск, 2017 г.

Основы безопасности жизнедеятельности: учебно-методические указания по подготовке и выполнению самостоятельных работ (для студентов, обучающихся *по профессии 230103.04 Наладчик аппаратного и программного обеспечения*) Иркутск, 2017.

Составитель:

Мирюков Ю.А., преподаватель-организатор ОБЖ

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка .....	4
2. Виды возможных самостоятельных работ при изучении предмета основы безопасности жизнедеятельности .....	5
3. Список самостоятельных работ по изучаемым темам предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» .....	6
4. Инструкции по выполнению самостоятельных работ .....	9
5. Перечень литературы, интернет сайтов используемых при подготовке и выполнению самостоятельных работ, а также к написанию методической разработки .....	12

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная работа содержит учебно-методические указания к подготовке и выполнению самостоятельных работ по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» и предназначена для студентов, обучающихся *по профессии 230103.04 Наладчик аппаратного и программного обеспечения*.

Цель разработки: направление и оказание помощи учащимся при выполнении самостоятельных работ по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

Выполнение самостоятельных работ является неотъемлемым этапом изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности». Самостоятельная работа учащегося выполняется без непосредственного участия учителя, но по его заданию в специально предоставленное для этого время. Выбор места для выполнения самостоятельной работы определяется самим учащимся в зависимости от имеющихся в первую очередь, домашних условий, или оснащённости читального зала или библиотеки учебного заведения.

Самостоятельная работа выполняется студентом в соответствии с перспективно-тематическим планом на основании нормативных документов, методических указаний, полученных теоретических знаний и опыта работы.

Вопросы самостоятельной работы по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» могут быть как теоретического плана (написание рефератов, конспектов и т.д.), так и сугубо практической направленности (отработка элементов одиночной строевой подготовки «Поворотов налево, направо» и т.п.). При этом, если в колонке нижеприведённой таблицы кроме вида и темы самостоятельной работы, указаны учебник, параграф и вопросы по изучаемому материалу, то рекомендуется сначала ответить на заданные вопросы, а уже затем приступить к непосредственному выполнению задания самостоятельной работы.

Объём задаваемого учебного материала на выполнение самостоятельных работ, соотносится по затраченной трудоёмкости в соответствии с нормативно-правовыми документам по организации учебного процесса по данной дисциплине.

Оценки по результатам выполнения самостоятельных работ заносятся преподавателем в журнал учета учебных занятий, в электронный журнал и являются одним из основных критериев при выставлении итоговой оценки учащемуся по дисциплине.

## **2. ВИДЫ ВОЗМОЖНЫХ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ ПРИ ИЗУЧЕНИИ ПРЕДМЕТА ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

По дисциплине **Основы безопасности жизнедеятельности** практикуются следующие виды и формы самостоятельной работы студентов: конспект в тетради, презентация, рисунок в тетради, ответы на вопросы преподавателя по пройденной теме, эссе (сообщение), конспект в тетради с рисунком, реферат, принести бинт медицинский и вату, ответы на контрольные вопросы по практическому занятию, Тест с ответами на вопросы из Дневник.ру, таблица-вопросник, ответы на вопросы из учебника БЖ, тренировка элементов строевой подготовки.

### **3. СПИСОК САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ ПО ИЗУЧАЕМЫМ ТЕМАМ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Наименование тем учебного материала	Самостоятельная работа
Введение. Цели и задачи дисциплины ОБЖ. Значение изучения дисциплины ОБЖ для будущего рабочего.	Проработка материалов занятия, записать в тетради определения «безопасность», «жизнедеятельность», «здоровье», «деятельность».
Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья	Проработка материалов занятия, подготовить реферат на одну из тем: «Здоровое питание и его влияние на жизнедеятельность человека», «Спорт и физкультура в 21 веке».
<b>Практическое занятие.</b> Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	Проработка материалов занятия, подготовить сообщение на тему: «Подростковый алкоголизм», «Алкоголизм и наследственность».
Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Курение и его влияние на состояние здоровья.	Проработка материалов занятия, подготовить сообщение на тему: «Электронная сигарета – что это такое и как она влияет на здоровье человека».
Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Правила и безопасность дорожного движения.	Проработка материалов занятия, ответить на вопросы 21-30 из электронного дневника
Модели поведения водителей транспортных средств. <b>Практическое занятие.</b> Модели поведения пешеходов, велосипедистов при организации дорожного движения.	Проработка материалов занятия, зарисовать в тетради и знать обозначение знаков безопасности дорожного движения для велосипедистов и пешеходов.
<b>Практическое занятие.</b> Изучение моделей поведения пассажиров и водителей при организации дорожного движения Социальная роль женщины в современном обществе.	Проработка материалов занятия, реферат на тему «Роль женщины в мусульманских государствах».
Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие. Правовые основы взаимоотношения полов.	Проработка материалов занятия, записать в тетради (выполнить презентацию) материал на тему: «Права и обязанности родителей».
<b>Контрольная работа по разделу 1 «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья»</b>	
Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Проработка материалов занятия, принести компас, записать в тетради (выполнить презентацию) материал на тему: «Правила поведения при снежных бурях, грозе и лесном пожаре».
<b>Практическое занятие.</b> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	Проработка материалов занятия, составить кроссворд с ответами на тему «Природные чрезвычайные ситуации».

<b>Практическое занятие.</b> Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	Проработка материалов занятия, составить кроссворд с ответами на тему «Техногенные и военные чрезвычайные ситуации».
<b>Практическое занятие.</b> Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.	Проработка материалов занятия, составить план эвакуации из квартиры (дома) при возникновении чрезвычайной ситуации.
Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Современные средства поражения и их поражающие факторы.	Проработка материалов занятия, реферат (презентация) на тему «Предупреждение и защита при чрезвычайных ситуациях».
Инженерная защита населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций <b>Практическое занятие.</b> Изучение первичных средств пожаротушения.	Проработка материалов занятия, оформление отчета по практическому занятию.
<b>Практическое занятие.</b> Средства индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС.	Проработка материалов занятия, оформление отчета по практическому занятию.
Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	Проработка материалов занятия, конспект в тетради на тему «Самостоятельная санитарная защита и обработка при ЧС и эпидемиях».
Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.	Проработка материалов занятия, подготовка сообщения на тему «Обеспечение безопасности населения при ведении военных действий».
Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Подготовка к контрольной работе
Контрольная работа по разделу 2 «Государственная система обеспечения безопасности населения»	
История создания Вооруженных Сил России Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации.	Проработка материалов занятия, подготовка сообщения на тему «Воздушно-космические силы России».
Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	Проработка материалов занятия, составить кроссворд с ответами на тему «Вооруженные силы Российской Федерации».
Воинская обязанность. <b>Практическое занятие.</b> Изучение методик проведения строевой подготовки.	Проработка материалов занятия, отработка элементов строевой подготовки «Повороты налево, направо, кругом».
<b>Практическое занятие.</b> Строевая подготовка. <b>Практическое занятие.</b> Огневая подготовка.	Проработка материалов занятия, отработка элементов строевой подготовки «Движения строевым шагом и поворотов в движении».

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Призыв на военную службу.	Проработка материалов занятия, конспект в тетради на тему «Распорядок дня военнослужащего срочной службы».
Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.	Проработка материалов занятия, подготовить реферат на тему: «Порядок прохождения службы по контракту».
<b>Практическое занятие.</b> Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Воинская дисциплина и ответственность.	Проработка материалов занятия, подготовить реферат на тему: «Уголовная ответственность военнослужащих».
Как стать офицером Российской армии? Боевые традиции Вооруженных Сил России	Проработка материалов занятия, подготовить реферат на тему: «Фундаментальные основы войскового товарищества».
Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	Проработка материалов занятия. Выполнить рисунок в тетради "Кости скелета человека" и запомнить название костей скелета.
Понятие первой помощи. <b>Практическое занятие.</b> Первая помощь при травмах.	Проработка материалов занятия, записать в тетради материал на тему: «Права и обязанности граждан в сфере охраны здоровья» из ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" от 21.11.2011 N 323-ФЗ
<b>Практическое занятие.</b> Первая помощь при травмах. <b>Практическое занятие.</b> Первая помощь при переломах.	Проработка материалов занятия, оформление отчета по практическому занятию.
Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. <b>Практическое занятие.</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	Проработка материалов занятия, оформление отчета по практическому занятию.
Первая помощь при ожогах	Проработка материалов занятия, оформление отчета по практическому занятию.
Первая помощь при воздействии низких температур. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути; при отравлениях Первая помощь при отсутствии сознания	Проработка материалов занятия, записать в тетради «Первая помощь при отсутствии сознания и первая помощь при инсульте».
Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	Проработка материалов занятия, подготовить реферат на тему «Основы планирования семьи и семейных отношений».
Основы ухода за младенцем	Проработка конспектов, подготовка к дифференцированному зачету
<b>Итоговое занятие</b> (Дифференцированный зачет)	

## ИНСТРУКЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ

## РАБОТЫ



## **Инструкция 1. Подготовка (написание) конспекта по материалам интернета**

Задание чаще всего даётся, когда отсутствуют учебники и учебные пособия по дисциплине, а также когда необходимо найти подборку материала от нескольких источников. Предусматривает умение работать с интернетом, выбирать нужную информацию.

### ***Оформление Интернет-информации***

Как и другие источники информации, сайты обязательно должны быть указаны в списке использованной литературы.

Согласно принятым стандартам оформляется Интернет-источник таким образом: ссылка на ресурс (не общая ссылка на портал, а именно на страницу с использованным текстом); фамилия и инициалы автора; заглавие статьи, эссе или книги.

### ***Основные требования к содержанию опорного конспекта***

1. Полнота - это значит, что в нем должно быть отображено все содержание вопроса.
2. Логически обоснованная последовательность изложения.
3. Своевременность.

### ***Основные требования к форме записи опорного конспекта***

1. Опорный конспект должен быть понятен не только вам, но и преподавателю.
2. По объему он должен составлять примерно два-три листа, в зависимости от объема содержания вопроса.
3. Должен содержать, если это необходимо, несколько отдельных пунктов, обозначенных номерами или пробелами.
4. Не должен содержать сплошного текста.
5. Должен быть аккуратно оформлен (иметь привлекательный вид).

### ***Методика составления опорного конспекта***

1. Разбить текст на отдельные смысловые пункты.
2. Выделить пункт, который будет главным содержанием ответа.
3. Придать плану законченный вид (в случае необходимости вставить дополнительные пункты, изменить последовательность расположения пунктов).
4. Записать получившийся план в тетради в виде опорного конспекта, вставив в него все то, что должно быть, написано - определения, формулы, выводы, формулировки, выводы формул, формулировки законов и т.д.

### ***Критерии оценки:***

- соответствие содержания теме - 1 балл;
- правильная структурированность информации - 3 балла;
- наличие логической связи изложенной информации - 4балла;
- соответствие оформления требованиям - 3 балла;
- аккуратность и грамотность изложения - 3 балла;
- работа сдана в срок - 1 балл.

Максимальное количество баллов - 15.

14-15 баллов соответствует оценке «5»

11-13 баллов - «4»

8-10 баллов-«3»

менее 8 баллов - «2».

## **Инструкция 2. Составление таблицы – вопросника**

Внимательно прочитать текст лекции или соответствующий параграф учебника. Продумать самостоятельно не менее 8 -10 вопросов на закрепление изученного материала. Дать ответы на каждый вопрос. Начертить таблицу и заполнить ее графы в таком порядке, чтобы на ваши вопросы надо было найти правильные ответы.

### ***Форма контроля и критерии оценки***

Задание должно быть выполнено в рабочей тетради, на отдельном листе формата А-4 и своевременно.

«Отлично» выставляется в случае, если таблица выполнена аккуратно, все вопросы составлены кратко и ясно, ответы имеют прямое значение к вопросу.

«Хорошо» выставляется в случае, если таблица содержит 1-2 неточности или недостаточно полно раскрыта тема.

«Удовлетворительно» - в случае, если таблица выполнена неаккуратно, примеры приведены с многочисленными неточностями.

«Неудовлетворительно» - таблица выполнена небрежно, примеры с ошибками, названия неполные или совсем не выполнена.

## **Инструкция 3. Подготовка презентации**

### ***Общие правила оформления презентации***

#### ***Дизайн***

Выберите готовый дизайн или создайте свой так, чтобы он соответствовал Вашей теме, не отвлекал слушателей.

#### ***Первый слайд (титульный лист)***

1. Название презентации.
2. Автор: ФИО, студента, место учебы, год (допускается парное выполнение презентации).
3. Логотип (по желанию).

***Второй слайд «Содержание»*** - список основных вопросов, рассматриваемых в содержании. Лучше оформить в виде гиперссылок (для интерактивности презентации).

#### ***Заголовки***

1. Все заголовки выполнены в едином стиле (цвет, шрифт, размер, начертание).
2. В конце точка НИКОГДА не ставится (наверное, можно сделать исключение только для учеников начальной школы).
3. Анимация, как правило, не применяется.

#### ***Текст***

1. Форматируется по ширине.
2. Размер и цвет шрифта подбираются так, чтобы было хорошо видно.
3. Подчеркивание НЕ используется, т.к. оно в документе указывает на гиперссылку.
4. Элементы списка отделяются точкой с запятой. В конце обязательно ставится точка.

Обратите внимание, что после двоеточия все элементы списка пишутся с маленькой буквы!

1. На схемах текст лучше форматировать по центру.
2. В таблицах - по усмотрению автора.
3. Обычный текст пишется без использования маркеров списка.

4. Выделяйте главное в тексте другим цветом (желательно все в едином стиле).

### ***Графика***

1. Используйте четкие изображения с хорошим качеством.
2. Лучше растровые изображения (в формате jpg) заранее обработать в любом графическом редакторе для уменьшения размера файла. Если такой возможности нет, используйте панель «Настройка изображения».

### ***Анимация***

Используйте только в том случае, когда это действительно необходимо. Лишняя анимация только отвлекает.

### ***Список литературы***

1. Сначала указывается фамилия (в алфавитном порядке) и инициалы.
2. Пишется название источника (без кавычек).
3. Ставится тире и указывается место издания.
4. Через двоеточие указывается издательство (без кавычек).
5. После запятой пишется год издания.

***Интернет-ресурсы:*** указывается полный адрес в виде гиперссылки, например:  
[http://iln.ni/board.aspx?cat\\_no=6361&tmpl=Thread&BoardId=6364&ThrcadId=9887&page==0](http://iln.ni/board.aspx?cat_no=6361&tmpl=Thread&BoardId=6364&ThrcadId=9887&page==0)

Для правильной работы презентации все вложенные файлы (документы, видео, звук и пр.) размещайте в ту же папку, что и презентацию.

### ***Общие требования к смыслу и оформлению***

#### ***1. Общий порядок слайдов:***

- титульный с указанием автора;
- план презентации (практика показывает, что 5-6 пунктов — это максимум, к которому не следует стремиться);
- основная часть;
- заключение (выводы);
- спасибо за внимание (подпись).

#### ***2. Требования к оформлению диаграмм:***

- у диаграммы должно быть название или таким названием может служить заголовок слайда;
- диаграмма должна занимать все место на слайде;
- линии и подписи должны быть хорошо видны.

#### ***3. Требования к оформлению таблиц:***

- название для таблицы;
- читаемость;
- отличие шапки от основных данных.

#### ***4. Последний слайд (любое из перечисленного):***

- спасибо за внимание;
- вопросы;
- подпись;
- контакты.

### ***Форма контроля и критерии оценки***

Презентацию необходимо предоставить преподавателю для проверки в электронном виде.

«Отлично» выставляется в случае, если презентация выполнена аккуратно, примеры проиллюстрированы, полностью освещены все обозначенные вопросы.

«Хорошо» выставляется в случае, если работа содержит небольшие неточности.

«Удовлетворительно» - в случае, если презентация выполнена неаккуратно, не полностью освещены заданные вопросы.

«Неудовлетворительно» - работа выполнена небрежно, не соблюдена структура, отсутствуют иллюстрации или не выполнена вообще.

#### **Инструкция 4. Подготовка сообщения**

**Подготовка информационного сообщения** - это вид внеаудиторной самостоятельной работы по подготовке небольшого по объему устного сообщения для озвучивания на следующем занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несет новизну, отражает современный взгляд по определенным проблемам.

Сообщение отличается от докладов и рефератов не только объемом информации, но и ее характером - сообщения дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, в тетради и может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию).

Регламент времени на озвучивание сообщения - до 3-5 мин.

#### ***Оформление сообщения***

##### ***1. Требования к структуре сообщения:***

- титульный лист;
- содержание;
- список источников информации.

##### ***2. Требования к оформлению сообщений***

1. Сообщения оформляют на листах формата А4 (210x297), текст печатается на одной стороне листа через полтора интервала или пишется от руки разборчивым почерком.

2. Параметры шрифта: гарнитура шрифта - Times New Roman, начертание - обычный, кегль шрифта - 14 пунктов, цвет текста - авто (черный).

3. Параметры абзаца: выравнивание текста - по ширине страницы, отступ первой строки - 12,5 мм, межстрочный интервал – полуторный.

4. Поля страницы для титульного листа: верхнее и нижнее поля - 20 мм; правое и левое поля - 15 мм.

5. Поля всех остальных страниц: верхнее и нижнее поля - 20 мм, размер левого поля 30 мм, правого - 15 мм.

6. Текст основной части разбивают на разделы, подразделы, пункты и подпункты.

7. Точка в конце заголовка не ставится.

8. Все заголовки выделяются жирным шрифтом. Заголовок первого уровня - 16 шрифт. Заголовок второго уровня - 14 шрифт. И заголовок третьего уровня - 14 шрифт, курсив.

9. Иллюстрации (рисунки, схемы, графики) и таблицы, которые размещаются на отдельных страницах, включают в общую нумерацию страниц.

10. Иллюстрации необходимо помещать непосредственно после первого упоминания о них в тексте или на следующей странице.

### **3. Титульный лист сообщения**

1. Все реквизиты титульного листа необходимо расположить по центру, только данные студента и преподавателя нужно выровнять по правому краю.

2. Вверху указывается полное наименование учебного заведения, без сокращений.

3. В среднем поле, на одинаковом расстоянии от верхнего и нижнего края страницы, указывается название темы сообщения без слова «тема» и кавычек. Тема работы должна выделяться на титульном листе, поэтому ее необходимо выделить жирным шрифтом, курсивом или набрать заглавными буквами.

4. Ниже по центру заголовка, указывается вид работы и учебный предмет (например, сообщение по электротехнике).

5. Далее - ближе к правому краю титульного листа, указывается ФИО студента и группу, еще ниже - ФИО преподавателя.

6. В нижнем поле указывается город в котором находится учебное заведение.

7. Год выполнения работы, набирается на следующей строке, это самый нижний реквизит на титульном листе.

### **4. Оглавление**

1. Оглавление размещается сразу после титульного листа.

2. В оглавлении приводятся все заголовки работы и указываются страницы, с которых они начинаются.

3. Заголовки оглавления должны точно повторять заголовки в тексте.

### **5. Оформление списка используемой литературы**

1. Список литературы должен быть свежим, источники 5-7 летней давности, редко можно использовать ранние труды, при условии их уникальности.

2. Список используемой в работе литературы располагается в алфавитном порядке.

#### **Критерии оценки:**

- актуальность темы - 1 балл;
- соответствие содержания теме - 1 балла;
- глубина проработки материала -1 балла;
- грамотность и полнота использования источников - 1 балл;
- своевременность - 1 балл.

Максимальное количество баллов - 5

Оценка выставляется по количеству набранных баллов.

## **Инструкция 5. Работа с учебником (книгой, журналом, справочником)**

#### **Варианты работы:**

- конспектирование учебного материала;
- ответы на поставленные в конце параграфа вопросы;
- поиск ответов на вопросы, поставленные преподавателем

Каждый студент должен уметь работать с книгой. Без этого навыка практически невозможно овладеть программным материалом, специальностью и успешно творчески работать после окончания учебы.

Умение работать с книгой складывается из умения быстро найти требуемый источник (книгу, журнал, справочник), а в нем — нужные материалы; из умения разобраться в нем, используя при этом различные способы чтения.

#### **Общепринятые правила чтения таковы:**

1. текст необходимо читать **внимательно** - т.е. возвращаться к непонятным местам;
2. текст необходимо читать **тщательно** - т.е. ничего не пропускать;
3. текст необходимо читать **сосредоточенно** - т.е. думать о том, что вы читаете;
4. текст необходимо читать **до логического конца** - абзаца, параграфа, раздела, главы и т.д.

## **Инструкция 6. Подготовка реферата**

**Написание реферата** - это сжатое изложение основной информации первоисточника на основе её смысловой переработки. Один из видов рефератов, является учебный, который пишется для того, чтобы глубоко изучить материал. Именно с этим типом реферативной работы наиболее часто выступают студенты на конференциях и учебных занятиях.

Реферат более объемный, чем сообщение, вид самостоятельной работы студента, содержащий информацию, дополняющую и развивающую основную тему, изучаемую на аудиторных занятиях (приложение 1). Ведущее место занимают темы, представляющие профессиональный интерес, несущие элемент новизны. Реферативные материалы должны представлять письменную модель первичного документа - научной работы, монографии, статьи. Реферат может включать обзор нескольких источников и служить основой для доклада на определенную тему на семинарах, конференциях.

Регламент озвучивания реферата - **7-8 мин.**

Затраты времени на подготовку материала зависят от трудности сбора информации, сложности материала по теме, индивидуальных особенностей студента и определяются преподавателем. Ориентировочное время на подготовку -4 ч.

### ***Порядок сдачи и защиты рефератов***

1. Реферат сдается на проверку преподавателю за I -2 недели до зачетного занятия
2. При оценке реферата преподаватель учитывает:
  - качество;
  - степень самостоятельности студента и проявленную инициативу;
  - связность, логичность и грамотность составления;
  - оформление в соответствии с требованиями ГОСТ.
3. Защита тематического реферата может проводиться на выделенном одном занятии в рамках часов учебной дисциплины или конференции или по одному реферату при изучении соответствующей темы, либо по договоренности с преподавателем.
4. Защита реферата студентом предусматривает:
  - доклад по реферату не более 5-7 минут;
  - ответы на вопросы оппонента.

Общая оценка за реферат выставляется с учетом оценок за работу, доклад, умение вести дискуссию и ответы на вопросы.

### ***Содержание и оформление разделов реферата***

**Титульный лист.** Является первой страницей реферата и заполняется по строго определенным правилам.

В верхнем поле указывается полное наименование учебного заведения.

В среднем поле дается заглавие реферата, которое проводится без слова " тема " и в кавычки не заключается.

Далее, ближе к правому краю титульного листа, указываются фамилия, инициалы студента, написавшего реферат, а также его курс и группа. Немного ниже или слева

указываются название кафедры, фамилия и инициалы преподавателя - руководителя работы.

В нижнем поле указывается год написания реферата.

**Оглавление.** Последовательно излагаются названия пунктов реферата с указанием страницы с которой начинается каждый раздел. Заголовки оглавления должны точно повторять заголовки в тексте. Сокращать их или давать в другой формулировке и последовательности нельзя.

Все заголовки начинаются с прописной буквы без точки на конце. Последнее слово каждого заголовка соединяют отточием (.....) с соответствующим ему номером страницы в правом столбце оглавления.

Заголовки одинаковых ступеней рубрикации необходимо располагать друг под другом. Заголовки каждой последующей ступени смещают на три - пять знаков вправо по отношению к заголовкам предыдущей ступени.

**Введение.** Определяется актуальность темы, цель и содержание реферата, указывается объект (предмет) рассмотрения, приводится характеристика источников для написания работы и краткий обзор имеющейся по данной теме литературы. Актуальность предполагает оценку своевременности и социальной значимости выбранной темы, обзор литературы по теме отражает знакомство автора реферата с имеющимися источниками, умение их систематизировать, критически рассматривать, выделять существенное, определять главное.

**Основная часть.** Содержание глав этой части должно точно соответствовать теме работы и полностью ее раскрывать. Эти главы должны показать умение исследователя сжато, логично и аргументировано излагать материал, обобщать, анализировать, делать логические выводы.

**Заключительная часть.** Подводятся итоги или даётся обобщённый вывод по теме реферата.

**Библиографический список** использованной литературы составляет одну из частей работы, отражающей самостоятельную творческую работу автора, позволяет судить о степени фундаментальности данного реферата.

В работах используются следующие способы построения библиографических списков: по алфавиту фамилий, авторов или заглавий; по тематике; по видам изданий; по характеру содержания; списки смешанного построения. Литература в списке указывается в алфавитном порядке (более распространенный вариант - фамилии авторов в алфавитном порядке), после указания фамилии и инициалов автора указывается название литературного источника, место издания (пишется сокращенно, например, Москва - М., Санкт - Петербург - СПб ит.д.), название издательства (например, Мир), год издания (например, 1996), можно указать страницы (например, с. 54-67). Страницы можно указывать прямо в тексте, после указания номера, под которым литературный источник находится в списке литературы (например, 7 (номер лит. источника), с. 67- 89). Номер литературного источника указывается после каждого нового отрывка текста из другого литературного источника.

**В приложении** помещают вспомогательные или дополнительные материалы, которые загромождают текст основной части работы (таблицы, карты, графики, неопубликованные документы, переписка и т.д.). Каждое приложение должно начинаться с нового листа (страницы) с указанием в правом верхнем углу слова " Приложение" и иметь тематический заголовок. При наличии в работе более одного приложения они нумеруются арабскими цифрами (без знака " № "), например, " Приложение 1". Нумерация страниц, на которых даются приложения, должна быть сквозной и продолжать общую нумерацию страниц основного текста. Связь основного текста с приложениями осуществляется через ссылки, которые употребляются со словом " смотри " (оно обычно сокращается и заключается вместе с шифром в круглые скобки - (см. прил. 1)).

**Критерии оценки реферата:**

- актуальность темы - 1 балл;
- соответствие содержания теме - 3 балла;
- глубина проработки материала - 3 балла;
- грамотность и полнота использования источников - 1 балл;
- соответствие оформления реферата требованиям - 2 балла;
- доклад - 4 балла;
- умение вести дискуссию и ответы на вопросы - 4 балла;
- своевременность представления реферата - 2 балла.

Максимальное количество баллов - 20.

19-20 баллов соответствует оценке «5»

15-18 баллов — «4»

10-14 баллов - «3»

менее 10 баллов – реферат не принимается к зачёту.

### **Инструкция 7. Решение тестовых задач**

Внимательно прочитайте вопросы к тестам, постарайтесь уловить смысл вопроса, читайте не поверхностно, а углублённо, т.к. тестовые вопросы нередко содержат в себе скрытый смысл или орфографическую направленность, которые меняют направление ответа. Задания по решению тестовых задач прикрепляются к домашнему заданию или к учебной группе файлом в электронном дневнике. Порядок работы такой же, как и с обычными тестовыми заданиями – из предложенных вариантов, найти правильный ответ. Критерии оценки зависят от количества указанных вопросов и прописываются в конце тестов.

### **Инструкция 8. Написание отчёта по практической работе**

Внимательно прочитайте текст работы и контрольные вопросы в конце методической разработки. Обращать особое внимание на имеющиеся выделения в тексте или рисунки (таблицы). Ответы на поставленные вопросы могут быть в отдельном предложении (абзаце), а также формироваться из нескольких предложений. Допускаются ответы на вопросы, которые озвучиваются устно преподавателем, показываются в презентации или коротком видео ролике перед в начальной части занятия. Все отчёты хранятся студентом, до итогового занятия по дисциплине.

#### ***Требования к оформлению отчёта:***

1. дата написания и название работы;
2. основные расчетные формулы (при необходимости);
3. таблицы с записью результатов эксперимента и расчетов (при необходимости);
4. ответы на контрольные вопросы должны быть краткими, но точными и отражающими суть поставленного вопроса. Ответы пишутся по всем правилам русского языка. Например: "Для чего необходимо создавать подпор воздуха в убежище?" Ответ: "Подпор воздуха необходим для предотвращения .....".

#### ***Критерии оценки по отчёту, как домашнему заданию***



"Отлично" выставляется в случае, если отчёт представлен к началу следующего занятия и выполнен по всем требованиям к написанию отчёта.

"Хорошо" выставляется в случае, если имеются 2 неточности при ответах на вопросы или один неправильный ответ.

"Удовлетворительно" – если нет ответа (ответ неправильный) на 2 вопроса и имеются 1-2 неточности.

"Неудовлетворительно" – если нет ответов (ответы неправильны) на половину и более поставленных вопросов.

## **Инструкция 9. Выполнение схемы или рисунка**

### ***Требования к выполнению задания***

Если в рисунке необходимо соблюдение цветовой гаммы, то оно должно выполняться. Схемы выполняются под линейку, с наличием необходимых обозначений и указаний.

### **Критерии оценки**

"Отлично" выставляется если схема или рисунок выполнены аккуратно в необходимой цветовой гамме, с полным количеством необходимой сопроводительной информацией. Схема выполнена с использованием чертёжного инструмента.

"Хорошо" – если выполнены критерии на оценку "отлично", но имеются 1-2 неточности при выполнении задания.

"Удовлетворительно" – схема или рисунок выполнены в одном цвете, неаккуратно, без линейки там, где это необходимо.

"Неудовлетворительно" – если нет схемы или рисунка.

## **Инструкция 10. Практическое изготовление какого-либо предмета**

Задание может заключаться в практическом изготовлении какого-либо предмета по выданной инструкции или подборке необходимого материала для выполнения этого предмета уже на уроке. Например: "Принести вату и перевязочный бинт, ножницы, для изготовления ватно-марлевой повязки".

### **Критерии оценки**

"Отлично" выставляется если работа выполнена аккуратно и в полном объёме.

"Хорошо" – если отсутствуют некоторые незначительные погрешности.

"Удовлетворительно" – если работа выполнена не до конца.

"Неудовлетворительно" – если работа не выполнена (ВМП не изготовлена).

## **5. Перечень литературы, интернет сайтов используемых при подготовке и выполнению самостоятельных работ, а также к написанию методической разработки.**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для НПО и СПО. - М.: 2014.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для НПО и СПО. - М.: 2010.
3. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Безопасность жизнедеятельности: Учебник для СПО. - М.: 2010.
4. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В., Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебник для учащихся 10-11 классов. – М.:2005.

5. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ) // СЗ РФ. - 2009. - N 4. - Ст. 445
6. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ).
7. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413. Зарегистрировано в Минюсте РФ 07.06.2012 N 24480.
8. Приказ Минобрнауки России от 29 декабря 2014 г. № 1645 « О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования».
9. О воинской обязанности и военной службе: федер. закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. – 1998. - № 13. – Ст. 1475
10. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: федер. закон от 21.12.1994 N 68-ФЗ (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. – 1994. – N 35. – Ст. 3648
11. Об альтернативной гражданской службе: федер. закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. – 2002. - № 30. – Ст. 3030
12. Об обороне: федер. закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. – 1996. - № 23. – Ст. 2750
13. Об охране окружающей среды: федер. закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. – 2002. - № 2. – Ст. 133.
14. О Военной доктрине Российской Федерации : указ Президента РФ от 05.02.2010 N 146 // СЗ РФ. – 2010. – N 7. – Ст. 724
15. О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций : постановление Правительства РФ от 30.12.2003 N 794 (ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. – 2004. – N2. – Ст. 121
16. Коваленко А.В. Ежедневник будущей матери. Беременность день за днем. – М.:2009.
17. Зиновьев А.С., Марахов С.Н. и др., Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. – М.: 2008.
18. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев., Основы военной службы: Учеб. пособие для студентов СПО. – М.: 2001.
19. Тупикин Е.И., Смирнов А.Т., Основы военной службы. Тестовые задания и рекомендации по контролю знаний. – Учеб. пособие для студ. СПО. – М.:2002.
20. Ген.армии Квашнин А.В., ген.-полковник Скородубов А.И. Курс стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков ВС РФ. – М.: 2003.
21. **Интернет – ресурсы**
22. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) – сайт МЧС РФ.
23. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) – сайт МВД РФ.
24. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) - сайт Минобороны.
25. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) – сайт ФСБ РФ.
26. [dic.academic.ru](http://dic.academic.ru) - Академик. Словари и энциклопедии.
27. [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) - Books Gid. Электронная библиотека.
28. [globalteka.ru/index.html](http://globalteka.ru/index.html) - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.

29. [window.edu.ru](http://window.edu.ru) - Единое окно доступа к образовательным ресурсам. 28  
[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)—Электронно-библиотечная система IPRbooks
30. [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) - Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность.
31. [ru/book](http://ru/book) - Электронная библиотечная система.
32. <http://www.pobediteli.ru> –Проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»
33. <http://www.monino.ru> –Музей Военно-Воздушных Сил
34. <http://simvolika.rsl.ru>– Государственные символы России. История и реальность
35. <http://militera.lib.ru> – Военная литература