МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ

ГАПОУ «Соль-Илецкий индустриально-технологический техникум»

Оренбургской области

Рассмотрено на Утверждаю заседании ПЦК зам.директора по УР

общеобразовательных дисциплин Шагартаева А.Т.\_\_\_\_\_\_\_\_ Протокол № от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_2016 г «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_2016г.

Председатель ПЦК

Курманова Ж.К\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы**

**по учебной дисциплине**

 **ОДБ. 14 «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Для технического профиля**

**по профессиям**

**35.01.14 Мастер по техническому обслуживанию и ремонту машинно – тракторного парка**

**15.01.05 «Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)»**

**По специальности:**

**23.02.03 «Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта»**

г. Соль-Илецк, 2016

**Содержание:**

1. Пояснительная записка………………………………………………………………..3
2. Краткий тематический план видов самостоятельной работы………………………4
3. Порядок выполнения самостоятельной работы студентом…………………………9
4. Критерии оценивания…………………………………………………………………26
5. Приложения……………………………………………………………………………30
6. Список рекомендуемой литературы………………………………………………….43

**Пояснительная записка**

Самостоятельная работа студентов является одной из важнейших форм изучения любой учебной дисциплины. Она позволяет систематизировать и углубить теоретические знания студента, закрепить умения и навыки при разрешении практических ситуаций, способствует развитию умения пользоваться научной и учебной литературой, нормативно-правовыми актами при исследовании той или иной проблемы, связанной с применением правовых норм. Познавательная деятельность в процессе самостоятельной работы требует от студента высокого уровня активности и самоорганизованности. Самостоятельная работа – это такой способ учебной работы, при котором: студентам предлагаются учебные задания и руководства для их выполнения; работа проводится без непосредственного участия преподавателя, но под его руководством; выполнение работы требует от студента умственного напряжения.

Своеобразной формой организации обучения является внеаудиторные самостоятельные работы студентов. Они представляют собой логическое продолжение аудиторных занятий, проводятся по заданию преподавателя, который инструктирует студентов и устанавливает сроки выполнения задания. Затраты времени на выполнение этой работы регламентируется рабочим учебным планом. Режим работы выбирает сам обучающийся в зависимости от своих способностей и конкретных условий. Дидактические цели самостоятельных внеаудиторных занятий: закрепление, углубление, расширение и систематизация занятий; формирование профессиональных умений и навыков;

формирование умений и навыков самостоятельного умственного труда;

мотивирование регулярной целенаправленной работы по освоению специальности;

развитие самостоятельности мышления; формирование уверенности в своих силах, волевых черт характера, способности к самоорганизации; овладение технологическим учебным инструментом.

Данные методические рекомендации предназначены для выполнения студентами специальности 19.02.10 «Технология продукции общественного питания»

внеаудиторной самостоятельной работ по учебной дисциплине ОДБ. 14 «Основы безопасности жизнедеятельности. Самостоятельная работа предусмотрена в объеме, определенным учебным планом в количестве 35 часов .

Самостоятельная работа включает в себя работу с конспектом лекции, изучение дополнительной литературы в соответствии с программой дисциплины, решение ситуационных задач, подготовка докладов, сообщений, рефератов.

Самостоятельная внеаудиторная работа выполняется студентами в свободное от основных занятий время в произвольном режиме.

В методических рекомендациях по учебной дисциплине ОДБ. 14 «Основы безопасности жизнедеятельности описан порядок выполнения каждой самостоятельной работы, указываются возможные источники информации, а также форма отчётности (контроля) и критерии оценки самостоятельной работы.

**Темы для внеаудиторной самостоятельной работы**

**по ОДБ 14. «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Профессия: 35.01.14 Мастер по техническому обслуживанию и ремонту машинно – тракторного парка**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№**урока* | *Вопросы для самостоятельного* *изучения*  | *Кол.-во часов* | *Формы и методы контроля* |
| 2 |  Здоровый образ жизни – индивидуальная система по поведения человека, направленная на . укрепление и сохранение здоровья | 1 | Проверка таблицы |
| 4 | . ЗОЖ - основа укрепления и сохранения личного . здоровья. | 1 | Проверка сообщения |
| 6 | Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем. | 1 | Проверка сообщения |
| 8 | Перевязочные материалы, дезинфицирующие средства.  | 1 | Проверка тестовых заданий |
| 10 | Виды повязок: сетчато – трубчатые, косыночная повязка. | 1 | Проверка тестовых заданий |
| 12 | Остановка дыхания. | 1 | Проверка таблицы |
| 14 | Причины дорожно- транспортных происшествий и их возможные последствия. | 1 | Проверка заполнения таблицы |
| 16 | Правила безопасного поведения на дороге пешеходов и пассажиров. | 1 | Проверка заполнения схемы. |
| 18 | Организация проведения эвакуационных мероприятий | 1 | Проверка схемы |
| 20 | Классификация ЧС техногенного характера | 1 | Проверка сообщения |
| 22 | Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России. | 1 | Проверка заполнения таблицы |
| 24 | Акклиматизация человека в различных природных условиях. | 1 | Устный опрос |
| 26 | Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. | 1 | Устный опрос |
| 28 | Правила безопасного поведения на дорогах во время ЧС. | 1 | Проверка решений ситуационных задач |
| 30 | Средства пожаротушения имеющиеся в моем доме, моей квартире. | 1 | Устный опрос |
| 32 | Основные принципы организации «ГО» и её предназначение. | 1 | Проверка сообщения |
| 34 | Эвакуация населения | 1 | Устный опрос |
| 36 | Система борьбы с терроризмом | 1 | Защита презентации |
| 38 | Простейшие средства защиты кожи. | 1 | Проверка заполнения таблицы |
| 40 | Общая характеристика современных средств поражения. | 1 | Проверка схемы |
| 42 | Организационная структура Вооруженных сил России | 1 | Проверка сообщения |
| 43 | Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в | 1 | Проверка сообщения |
| 45 | Военно –воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. | 1 | Устный опрос |
| 47 | Военно-Морской флот, история создания, предназначение. Дружба | 1 | Устный опрос |
| 49 | Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. | 1 | Устный опрос |
| 51 | Начальная военная подготовка в войсках. Ее предназначение и содержание | 1 | Проверка таблицы |
| 53 | Основные этапы подготовки молодежи к военной службе в РФ. | 1 | Проверка тестовых решений |
| 55 | Организация караульной службы.  | 1 | Устный опрос |
| 57 | Порядок приведения к военной присяге.  | 1 | Устный опрос |
| 59 | История создания Вооруженных сил. | 1 | Устный опрос |
| 61 | Основные причины возникновения неуставных взаимоотношений в воинских коллективах. | 1 | Устный опрос |
| 63 | Физическая подготовленность призывника | 1 | Устный опрос |
| 65 | Основные требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. | 1 | Проверка сообщения |
| 67 | Патриотизм – духовное и нравственное понятие | 1 | Устный опрос |
| 69 | «Основы качества, присущие российскому воину – защитнику Отечества» | 1 | Защита сообщения |
| Итого | 35 |  |

**Темы для внеаудиторной самостоятельной работы**

**по ОДБ 14. «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Профессии: 15.01.05 «Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки)»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№**урока* | *Вопросы для самостоятельного**изучения* | *Кол.-во часов* | *Формы и методы контроля* |
| 2 |  Здоровый образ жизни – индивидуальная система по поведения человека, направленная на . укрепление и сохранение здоровья | 2 | Проверка таблицы |
| 6 | Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем. | 2 | Проверка сообщения |
| 11 | Приёмы транспортной иммобилизации пострадавших. | 2 | Проверка заполнения таблицы |
| 14 | Причины дорожно- транспортных происшествий и их возможные последствия. | 2 | Проверка заполнения таблицы |
| 19 | Краткая характеристика ЧС природного характера Соль - Илецкого района. | 2 | Проверка сообщения |
| 24 | Классификация ЧС техногенного характера | 2 | Проверка сообщения |
| 28 | Правила безопасного поведения при авариях на транспорте. | 2 | Проверка решений ситуационных задач |
| 30 | Средства пожаротушения имеющиеся в моем доме, моей квартире. | 2 | Устный опрос |
| 33 | Эвакуация населения. | 2 | Устный опрос |
| 37 | Терроризм как основная социальная опасность современности. | 2 | Защита презентации |
| 43 | Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в | 2 | Проверка сообщения |
| 47 | Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. | 2 | Устный опрос |
| 51 | Обязанности граждан по воинскому учету. | 2 | Устный опрос |
| 55 | Права и льготы военнослужащих.  | 2 | Проверка сообщения |
| 59 | Организация караульной службы.  | 2 | Устный опрос |
| 61 | Требования безопасности, определяющие защищенность военнослужащих. | 2 | Защита доклада |
| 65 | Основные требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. | 1 | Проверка сообщения |
| 68 | Значение подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил РФ. | 2 | Устный опрос |
| Итого | 35 |  |

**Темы для внеаудиторной самостоятельной работы**

**по ОДБ 14. «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Специальность: 23.02.03 «Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№**урока* | *Вопросы для самостоятельного**изучения* | *Кол.-во часов* | *Формы и методы контроля* |
| 2 |  Здоровый образ жизни – индивидуальная система по поведения человека, направленная на . укрепление и сохранение здоровья | 1 | Проверка таблицы |
| 6 | Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем. | 1 | Проверка сообщения |
| 9 | Первая помощь при ожогах. Правила наложения повязок. | 1 | Проверка тестовых заданий |
| 11 | Приёмы транспортной иммобилизации пострадавших. | 1 | Проверка заполнения таблицы |
| 13 | Причины дорожно- транспортных происшествий и их возможные последствия. | 1 | Проверка заполнения таблицы |
| 15 | Правила безопасного поведения на дороге пешеходов и пассажиров. | 1 | Проверка заполнения схемы. |
| 17 | Поведение водителей транспортных средств, при организации дорожного движения. | 1 | Проверка сообщения |
| 20 | Краткая характеристика ЧС природного характера Соль - Илецкого района. | 1 | Проверка сообщения |
| 22 | Чрезвычайные ситуации социального характера. | 1 | Проверка сообщения |
| 24 | Классификация ЧС техногенного характера | 1 | Проверка сообщения |
| 25 | Правила безопасного поведения при авариях на транспорте. | 1 | Проверка решений ситуационных задач |
| 26 | Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. | 1 | Устный опрос |
| 27 | Добровольная и вынужденная автономия. | 1 | Устный опрос |
| 28 | Правила безопасного поведения на дорогах во время ЧС. | 1 | Проверка решений ситуационных задач |
| 29 | Правила безопасного поведения во время захвата самолета и при перестрелке.  | 1 | Проверка составления памятки |
| 31 | Средства пожаротушения имеющиеся в моем доме, моей квартире. | 1 | Устный опрос |
| 33 | Эвакуация населения. | 1 | Устный опрос |
| 36 | Терроризм как основная социальная опасность современности. | 1 | Защита презентации |
| 38 | Простейшие средства защиты кожи. | 1 | Проверка заполнения таблицы |
| 40 | Основные принципы организации «ГО» и её предназначение. | 1 | Проверка сообщения |
| 42 | Основы обороны государства. | 1 | Устный опрос |
| 43 | Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в | 1 | Проверка сообщения |
| 47 | Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. | 1 | Устный опрос |
| 49 | Основные этапы подготовки молодежи к военной службе в РФ. | 1 | Проверка решений тестовых заданий |
| 51 | Обязанности граждан по воинскому учету. | 1 | Устный опрос |
| 53 | Порядок прохождения воинской службы. | 1 | Проверка решений тестовых заданий |
| 55 | Права и льготы военнослужащих.  | 1 | Проверка сообщения |
| 57 | Военная присяга. | 1 | Устный опрос |
| 59 | Организация караульной службы.  | 1 | Устный опрос |
| 61 | Требования безопасности, определяющие защищенность военнослужащих. | 1 | Защита доклада |
| 63 | Уголовная ответственность за преступления против военной службы. | 1 | Устный опрос |
| 65 | Основные требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. | 1 | Проверка сообщения |
| 67 | История развития воинских традиций и ритуалов. | 1 | Устный опрос |
| 69 | Значение подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил РФ. | 1 | Устный опрос |
| 70 | Великие Российские Военноначальники. | 1 | Устный опрос |
| Итого | 35 |  |

**Порядок выполнения самостоятельной работы**

**Раздел 1.** **Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности.**

**Наименование темы:** Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья.

**Номер и тема урока:** №2 Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья.

**Цель:** Разобрать понятия: «потребность человека в здоровом образе жизни», «составляющие здорового образа жизни», «личная заинтересованность каждого человека в здоровом образе жизни». **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание:** Заполнить таблицу «Здоровый образ жизни» **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции или соответствующий параграф учебника. Познакомьтесь с понятиями . Проведите сравнительный анализ понятий и заполните таблицу.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Потребность человека в здоровом образе жизни | Составляющие здорового образа жизни» | Личная заинтересованность каждого человека в здоровом образе жизни». |
|  |  |  |

**Вопросы для самоконтроля**:

1. Что включает в себя понятие здоровье человека?
2. Какие факторы оказывают благоприятное и неблагоприятное влияние на здоровье человека?
3. Почему здоровый образ жизни следует считать индивидуальной системой поведения человека?
4. Что является основой укрепления здорового образа жизни.

**Форма отчётности:**

Задание должно быть выполнено в рабочей тетради.

**Рекомендуемая литература:**

1.Академический школьный учебник А.Т Смирнов, Б.О Хренников – издательство просвещение 2013г. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы**: Профилактика вредных привычек.

**Номер и тема урока:** № 4 Факторы, разрушающие здоровье. **Цель:** узнать о факторах разрушающих здоровье. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Подготовить презентацию. **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника, используйте информационные ресурсы сети Интернет, просмотрите дополнительную литературу и соблюдая требования к оформлению подготовьте презентацию в программе Microsoft Pover Point. **Вопросы для самоконтроля**: 1. Какие факторы могут оказать отрицательное влияние на рождение здорового ребёнка? 2. Какие меры принимаются в государстве для профилактики от вредных привычек. 3. В чем пагубность вредных привычек для каждого человека?

**Рекомендуемая литература:**

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Беременность и гигиена беременности

**Номер и тема урока:** №6 Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. **Цель:** формирование правильного взаимоотношения полов. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание:** Подготовить сообщение. **Порядок выполнения:** Опираясь на необходимую информацию, информационные ресурсы сети Интернет подготовьте сообщение. Выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты. Составьте план сообщения и напишите текст.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Что является причиной распада молодой семьи?
2. Факторы, оказывающие отрицательное влияние на прочность молодой семьи?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4 .

**Рекомендуемая литература:** Интернет ресурсы. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Здоровье родителей - здоровье будущего ребенка.

**Номер и тема урока:** №8 Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены.

**Цель:** Значение заботы об укреплении здоровья, во все периоды жизни.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения

**Задание:** Подготовить сообщение.

**Порядок выполнения:**

Опираясь на необходимую информацию, информационные ресурсы сети Интернет подготовьте сообщение. Выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты. Составьте план сообщения и напишите текст.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Основы гигиены взрослых и детей?

2. Почему так важно знать о группе крови вашего будущего супруга перед вступлением с ним в брак? 3.  Какие меры принимаются в государстве для снижения факторов риска рождения ребёнка с врождёнными отклонениями в здоровье?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4 .

**Рекомендуемая литература:** Интернет ресурсы. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Первая помощь при ожогах.

**Номер и тема урока:** №10 Первая медицинская помощь при поражениях электрическим током. **Цель:** Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при ожогах. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Ответить на вопросы. **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, ознакомьтесь с памяткой «Первая помощь при ожогах». Выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты. Подобрав информацию, письменно ответьте на следующие вопросы:

1. Ожоги.
2. Виды ожогов.
3. Первая помощь при ожогах.

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в рабочей тетради.

**Рекомендуемая литература:**

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование

**Наименование темы:** Правила наложения повязок.

**Номер и тема урока:** №13 Практическое занятие № 2. Оказание первой помощи при кровотечениях. **Цель:** Значение наложения повязок при оказании первой медицинской помощи в случаях ранения и травм. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Ответить на вопросы теста. **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте вопросы и дайте правильный ответ. **Тест «Правила использования бинта при накладывании повязки» (**приложение 2**)** **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в рабочей тетради. **Рекомендуемая литература:** 1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Варианты косыночных повязок.

**Номер и тема урока:** №23 Практическое занятие № 3.Правила наложения повязок различных типов. **Цель:** формирование умений и навыков косыночных повязок. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Разобрать памятки, составить схему, отработать приемы косыночных повязок. **Порядок выполнения**: Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника или дополнительную литературу. Рассмотрите виды косыночных повязок. **Вопросы для самоконтроля:**

1.Какие виды ран вам известны?

2.Какие правила следует соблюдать при наложении повязки?

3. Какие правила следует соблюдать при наложении повязки? 4. Назовите основные типы повязок. 5. Объясните технологию наложения косыночной повязки. **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в рабочей тетради. **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы**: Иммобилизация. **Номер и тема урока:** № 17 Практическое занятие № 4. Оказание первой помощи при переломах. **Цель:** учиться работать с текстом, анализировать информацию, выделять главное, делать выводы. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения. **Задание.** Устное сообщение. **Порядок выполнения работы:** Опираясь на необходимую информацию, информационные ресурсы сети Интернет выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты и подготовьте устное сообщение по теме «Основные правила иммобилизации и переноски пострадавшего». **Вопросы для самоконтроля:** 1. Назовите основные правила иммобилизации и переноски пострадавшего. 2. Что такое иммобилизация поврежденной конечности? 3. В чем заключается первая помощь при переломах конечностей? 4. Как осуществляется транспортировка пострадавшего с черепно- мозговой травмой? **Форма отчетности:** устное сообщение **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование). Предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций. Учебное пособие для органов управления РСЧС. –М.: Студия «Крук-Престиж», 2002. <http://www.studfiles.ru/>

**Наименование темы:** Первая помощь при воздействии низких температур. **Номер и тема урока:** № 12 Практическое занятие. № 6 Основные способы искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. **Цель:** выяснить механизм дыхательных движений - вдоха и выдоха, как осуществляется регуляция дыхания. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Для понятий из столбца 1 подберите определения из столбца 2 или продолжите фразу. (приложение 3) **Порядок выполнения:** При выполнении данного задания необходимо использовать теоретический материал к заданию.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Ваши действия при обморожении отдельного участка кожи.
2. Последовательность оказания ПМП при обморожении.

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено рабочей тетради.

**Рекомендуемая литература:**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Поведение пешеходов и велосипедистов, при организации дорожного движения.

**Номер и тема урока:** № 22 Правила и безопасность дорожного движения

**Цель:** узнать причины возникновения дорожно-транспортных происшествий и правила поведения при ДТП.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения.

**Задание**: заполнить таблицу « Пути решения опасности на дорогах» (Приложение 4)

**Порядок выполнения:**

Внимательно прочитайте задание и заполните таблицу. Разберите ситуационную задачу в столбце №1 и опишите пути её решения в столбце №2.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Каковы основные причины дорожно-транспортных происшествий по вине водителей транспортных средств?

2. Каковы основные причины дорожно-транспортных происшествий по вине пешеходов?

3. Каковы основные причины дорожно-транспортных происшествий по вине пассажиров?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в рабочей тетради.

**Рекомендуемая литература:** 1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Поведение пассажиров транспортных средств, при организации дорожного движения.

**Номер и тема урока:** №24 **Практическое занятие № 7.** Модели поведения участников дорожного движения. **Цель:** формирование навыков безопасных действий при переходе проезжей части. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Разобрать ситуации и составить схему (приложение 4) **Порядок выполнения**: Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника или дополнительную литературу. Рассмотрите виды ситуаций и формы их разрешения.

**Вопросы для самоконтроля:**

1.Почему считается, что любое транспортное средство источник повышенной опасности?

2.Каковы основные причины дорожно –транспортных происшествий?

3.Как необходимо двигаться пешеходам в населённых пунктах?

4.Как необходимо пересекать проезжую часть пешеходам?

5.Как необходимо пересекать пешеходам проезжую часть при отсутствии перехода или перекрестка?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в рабочей тетради.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы**: Поведение водителей транспортных, при организации дорожного движения. **Номер и тема урока:** № 25 Практическое занятие № 7**.** Модели поведения участников дорожного движения. **Цель:** формирование четкого представления о дисциплине пешеходов, пассажиров, водителей и велосипедистов. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения. **Задание.** Устное сообщение. **Порядок выполнения работы:** Опираясь на необходимую информацию, информационные ресурсы сети Интернет выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты и подготовьте устное сообщение по теме «Поведение водителей транспортных, при организации дорожного движения». **Вопросы для самоконтроля:** 1. Какую ответственность несут лица нарушившие правила дорожного движения? **Форма отчетности:** устное сообщение **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование). Предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций. Учебное пособие для органов управления РСЧС. –М.: Студия «Крук-Престиж», 2002. <http://www.studfiles.ru/>

**Наименование темы**: Причины ДТП и их возможные последствия. **Номер и тема урока:** № 26 Контрольная работа по разделу «Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности».  **Цель:** учиться работать с текстом, анализировать информацию, выделять главное, делать выводы. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения. **Задание.** Устное сообщение. **Порядок выполнения работы:** Опираясь на необходимую информацию, информационные ресурсы сети Интернет выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты и подготовьте устное сообщение по теме «Причины ДТП и их возможные последствия». **Вопросы для самоконтроля:** 1. Какое влияние оказывает социальная система, личностные особенности, стрессовые ситуации на поведение человека за рулем. **Форма отчетности:** устное сообщение **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование). Предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций. Учебное пособие для органов управления РСЧС. –М.: Студия «Крук-Престиж», 2002. <http://www.studfiles.ru/>

**Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.**

**Наименование темы:** Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России.

**Номер и тема урока:** № 27 Основные положения концепции национальной безопасности РФ. **Цель:** формирование убеждения в том, что обеспечение воинской обязанности РФ в настоящее время стало важнейшим направлением деятельности государства. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Заполнить таблицу «Внешние и внутренние угрозы».

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте задание и заполните таблицу

|  |  |
| --- | --- |
| **К основным внешним угрозам относятся:** | **К основным внутренним угрозам относятся:** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Вопросы для самоконтроля:** 1. Дать определение национальной безопасности. 2. Назвать виды внешних и внутренних угроз национальной безопасности. 3. Назвать стратегические национальные приоритеты Российской Федерации. **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в рабочей тетради. **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Краткая характеристика ЧС природного характера Соль - Илецкого района. **Номер и тема урока:** № 28 Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера. **Цель:** познакомиться с причинами и последствиями ЧС природного характера Соль – Илецкого района. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Подготовить сообщение **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника или дополнительную литературу. Познакомьтесь с материалами СМИ по данному вопросу. Выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты. Подготовьте сообщение.

**Вопросы для самоконтроля:**

1.Какими факторами обусловлена опасность возникновения ЧС природного характера для населения и окружающей среды?

2.К каким последствиям могут привести ЧС природного характера?

3.Каковы основные причины возникновения ЧС природного характера Соль-Илецкого района?

5.В чём заключается отрицательное влияние человеческого фактора на возникновение ЧС?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4

 **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** ЧС техногенного характера.

**Номер и тема урока:** № 29 Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера. **Цель:** познакомиться с причинами и последствиями ЧС техногенного характера. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Подготовить сообщение **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника или дополнительную литературу. Познакомьтесь с материалами СМИ по данному вопросу. Выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты. Подготовьте сообщение. **Вопросы для самоконтроля:** 1.Какими факторами обусловлена опасность техносферы для населения и окружающей среды? 2.К каким последствиям могут привести аварии в техносфере для безопасности жизнедеятельности человека? 3.Что является источниками возникновения техногенных опасностей? 4.Каковы основные причины возникновения аварий и катастроф в техносфере? 5.В чём заключается отрицательное влияние человеческого фактора на обеспечение безопасности в техносфере? **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4 **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** История создания РСЧС. **Номер и тема урока:** № 31 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС). **Цель:** познакомиться с историей создания системы РСЧС. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Подготовить сообщение **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника или дополнительную литературу. Познакомьтесь с материалами СМИ по данному вопросу. Выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты. Подготовьте сообщение. **Вопросы для самоконтроля:** 1. Какова основная цель создания единой Российской государственной системы защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС)? 2. Перечислите основные задачи РСЧС. 3. На какой орган возложено руководство всей системой РСЧС и какие задачи он решает? 4. Дайте характеристику режимов действия РСЧС. 5. Что относится к силам и средствам наблюдения и контроля РСЧС? **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4 **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Крупнейшие транспортные аварии и их последствия. **Номер и тема урока:** № 33 Практическое занятие № 8. Действия при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера **Цель:** Формирование представления о возможных последствиях ЧС на транспорте для здоровья и жизни человека; **Оснащение**: методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание:** Подготовить сообщение **Порядок выполнения**: Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника или дополнительную литературу. Познакомьтесь с материалами СМИ по данному вопросу. Выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты. Подготовьте сообщение. **Вопросы для самоконтроля:** 1. В какое время чаще всего происходят аварии? 2. Действия при попадании в ДТП? 3. Ваши действия, если вдруг оказались свидетелем ДТП? **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4 **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы**: Правила безопасного поведения при авариях на транспорте..

**Номер и тема урока:** № 36 Практическое занятие № 10. Модели поведения в ЧС на транспорте. **Цель:** Формирование представления о возможных последствиях опасных ситуаций на дорогах для здоровья и жизни человека; **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Решить ситуационные задачи. (приложение 6) **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Рассмотрите дополнительную литературу и решите ситуационные задачи. **Вопросы для самоконтроля:** 1.Что запрещено пассажиру 2. Правила поведения в салоне транспортных средств 3.Чем опасен для пешехода стоящий транспорт? **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в рабочей тетради по дисциплине. **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы**: Средства пожаротушения, имеющиеся в моем доме, моей квартире.

**Номер и тема урока:** № 38 Практическое занятие № 11.Первичные средства пожаротушения.

**Цель:** Узнать о средствах пожаротушения.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения

**Задание**: Подготовить сообщение по теме «Средства пожаротушения, имеющиеся в моем доме, моей квартире».

**Порядок выполнения:**

Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и подготовьте сообщение.

**Вопросы для самоконтроля:**

1.Какими системами обеспечивается пожарная безопасность объекта?

2.Может ли происходить горение без кислорода воздуха?

3.Одинаковы ли понятия прекращения горения и потухания пламени?

4.Что понимают под огнетушащим веществом (средством)?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в текстовом процессоре Microsoft.Word и распечатано на листах формата А4 .

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Эвакуация населения.

**Номер и тема урока:** №40 Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

**Цель:** Научиться рассматривать различные виды ситуаций.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения

**Задание**: Рассмотреть различные виды ситуаций и ответить на заданные вопросы.

**Порядок выполнения:**

Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника или дополнительную литературу. Рассмотрите ситуации и ответьте на вопросы: (приложение 7)

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Что такое защита населения от чрезвычайных ситуаций и каков основной объект этой защиты?

2. Какие виды защиты населения от чрезвычайных ситуаций вы знаете?

3. Сформулируйте сущность мероприятий инженерной защиты при чрезвычайных ситуациях.

4. Назовите основные меры инженерной защиты от землетрясений и наводнений.

5. Что понимается под радиационной и химической защитой населения?

6. Перечислите основные мероприятия, обеспечивающие радиационную и химическую защиту вовремя радиационных и химических аварий.

7. Назовите цели медицинской защиты населения при чрезвычайных ситуациях.

8. Для чего проводится эвакуация населения при чрезвычайных ситуациях?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в тетради для самостоятельных работ.

**Рекомендуемая литература:**

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы**: Терроризмом как основная социальная опасность современности.

**Номер и тема урока:** № 41 Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.

**Цель:** Рассмотреть правила безопасного поведения при захвате. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Прочитав текст о терроризме, сделайте выводы и составьте памятку личной безопасности. (приложение 8) **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу. **Вопросы для самоконтроля:**

1. Что представляет собой терроризм?
2. Какие существуют виды терроризма?
3. Насколько, по Вашему мнению, велика вероятность террористического акта на техногенно- опасных объектах?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в рабочей тетради по дисциплине.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы**: МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения. **Номер и тема урока:** № 44 Практическое занятие № 12**.** Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. **Цель:** Сформировать понятие о МЧС России как государственной структуре, обеспечивающей защиту населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание**: Подготовить сообщение по теме «МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения». **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и подготовьте сообщение. **Вопросы для самоконтроля:**  1. Организационная структура МЧС России. 2. Задачи МЧС России. 3. Структуры МЧС в системе органов управления. 4. Режимы функционирования РСЧС и масштабы распространения ЧС. **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в текстовом процессоре Microsoft.Word и распечатано на листах формата А4 . **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Простейшие средства защиты кожи.

Номер и тема урока: №47 Практическое занятие № 13.Средства индивидуальной защиты. **Цель:** ознакомиться с СИЗ. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание:** Заполните таблицу «Простейшие и специальные средства защиты кожи» Подготовить рассказ о действиях людей, которые пережили ситуацию, требовавшую использования средств индивидуальной защиты ( попали в зону химического заражения, радиоактивного загрязнения), (приложение 9) **Порядок выполнения:** Внимательно рассмотрите предложенные картинки и определите, где простейшие средства защиты кожи, а где специальные и заполните таблицу. Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и соблюдая требования к оформлению подготовьте рассказ. **Вопросы для самоконтроля:** 1.Простейшие средства защиты кожи. 2.Легкий защитный костюм Л-1. З. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК). **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в тетради для самостоятельных работ. **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Раздел 3**. **Основы обороны государства и воинская обязанность.**

**Наименование темы:** Основы обороны государства.

**Номер и тема урока**: №49 Защита Отечества - долг и обязанность граждан России.

**Цель:** Ознакомиться с историей создания ВС РФ.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения

**Задание:** Подготовить реферат на тему «История создания ВСРФ»

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и подготовьте реферат.

**Вопросы для самоконтроля:**

Что включает в себя оборона государства?

Каково назначение Вооружённых сил РФ?

Перечислите рода войск в Вооружённых силах РФ.

Обязанность граждан России?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в на листах формата А4.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века.

**Номер и тема урока**: №51 История создания вооруженных сил.

**Цель:** ознакомиться с историей создания ВС РФ.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения

**Задание:** Подготовить сообщение на тему «Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века»

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и подготовьте сообщение.

**Вопросы для самоконтроля:**

1.Предпосылки становления реформ.

2. Зарождение военного флота.

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в на листах формата А4.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Обязанности граждан по воинскому учету.

**Номер и тема урока**: №53 Обязательная подготовка к военной службе

**Цель:** Формирование активной гражданской позиции и готовности к служению Родине.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения.

**Задание:** Заполнить таблицу о содержании подготовки граждан к военной службе.(приложение 10)

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и заполните таблицу.

**Вопросы для самоконтроля:**

1.Как организуется начальная военная подготовка в войсках?

2. Ее предназначение и содержание.

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в тетради для самостоятельных работ.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Порядок прохождения воинской службы. **Номер и тема урока**: №55 Первоначальная постановка на учёт, медицинское освидетельствование.

**Цель:** Ознакомиться с основными этапами подготовки молодежи к военной службе.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения

**Задание:** Ответьте на вопросы теста.

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и ответьте на вопросы теста. (приложение 11)

**Вопросы для самоконтроля:**

Какой возраст считается призывным?

Как следует готовить себя к военной службе?

Перечислите наиболее массовые военно-прикладные виды спорта, культивируемые в Вооруженных силах Российской Федерации?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено в тетради для самостоятельных работ.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Права и льготы военнослужащих.

**Номер и тема урока**: №57 Общие обязанности и права военнослужащих.

**Цель:** Ознакомиться с правами и льготами военнослужащих.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения

**Задание:** Подготовить сообщение на тему «Права и льготы военнослужащих».

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и подготовьте сообщение.

**Вопросы для самоконтроля:** 1. В чем состоят особенности пенсии за выслугу лет военнослужащим и прирав­ненным к ним категориям? 2. Как исчисляется размер пенсии за выслугу лет военнослужащим и прирав­ненным к ним категориям? 3. Под чьей защитой находятся военнослужащие?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Прохождение военной службы по контракту.

**Номер и тема урока**: №59 Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту.

**Цель:** Ознакомиться с Положением о порядке приведения к Военной присяге.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения

**Задание:** Выучить наизусть текст Военной присяги.

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника и выучите текст военной присяги.

**Вопросы для самоконтроля:**

1.Что такое Военная присяга?

2.Что отражают содержание военной присяги и ритуалы при ее принятии?

3. Кто из граждан приводится к военной присяге, а кто приносит обязательство?

4. Каким документом определена процедура приведения к военной присяге?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено устно.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Требования безопасности, определяющие защищенность военнослужащих.

**Номер и тема урока**: №61 Практическое занятие № 14. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. **Цель:** Ознакомиться с видами безопасности военной службы и основными направлениями её обеспечения. **Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения **Задание:** Подготовить сообщение на тему «Виды безопасности военной службы, основные направления её обеспечения». **Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и подготовьте сообщение. **Вопросы для самоконтроля:** 1. Что является общими условиями обеспечения безопасности военной службы? 2. Виды безопасности военной службы. **Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4. **Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Основные требования, предъявляемые к гражданам альтернативной гражданской службы.

**Номер и тема урока**: №64 Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения.

**Цель:** Ознакомиться с порядком прохождения альтернативной гражданской службы.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения

**Задание:** Подготовить сообщение на тему «Порядок прохождения альтернативной гражданской службы».

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника. Просмотрите дополнительную литературу и подготовьте устное сообщение.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Что такое альтернативная гражданская служба?

2. Кто имеет право на замену военной службой альтернативной?

3. Порядок прохождения альтернативной гражданской службы?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** История развития воинских традиций и ритуалов.

**Номер и тема урока**: № 66 Традиции и ритуалы ВСРФ.

**Цель:** формирование общего понимания об основных качествах, которыми должен обладать военнослужащий ВС РФ – защитник Отечества.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения.

**Задание:** Объяснить смысл известного выражения: «Герои не умирают»

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника и объясните смысл известного выражения: «Герои не умирают»

**Вопросы для самоконтроля:**

1.Какие обязанности возлагаются на защитника Отечества?

2.Как вы понимаете, что такое «Патриотизм», «Воинский долг», «Родина»

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено устно

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Значение подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил РФ.

**Номер и тема урока**: № 67 Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных силах РФ.

**Цель:** Определить основные качества и обязанности офицера, как защитника Отечества.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения.

**Задание:** Подготовить сообщение на тему "Основные качества, присущие офицеру — защитнику Отечества».

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника и подготовьте сообщение.

**Вопросы для самоконтроля:**

1.Как стать офицером Российской Армии? 2. Назовите основные понятия и определения патриотизма российского гражданина и воина?

3. В чем выражается воинский долг военнослужащих ВС РФ? 4. Что такое Воинская дисциплина?

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Наименование темы:** Великие Российские военноначальники.

**Номер и тема урока**: № 69Контрольная работа по разделу «Основы обороны государства и воинская обязанность». **Цель:** Ознакомиться сВеликими Российскими военноначальниками.

**Оснащение:** методические рекомендации, рекомендуемая литература, информационные ресурсы сети Интернет, приложения.

**Задание:** Подготовить сообщение на тему "Великие Российские военноначальники».

**Порядок выполнения:** Внимательно прочитайте текст лекции, соответствующий параграф учебника, использую интернет - ресурсы подготовьте сообщение.

**Форма отчётности:** Задание должно быть выполнено на листах формата А4.

**Рекомендуемая литература:** Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности практикум: учебное пособие для нач. проф. Образования.- М.:2013. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

**Критерии оценивания.**

**Сообщение.**

1. Четкость постановки цели (max 2 балла):

1.1. нет цели;

1.2. цель нечеткая;

1.3. цель четко обозначена.

2. Качество сообщения (max 3 баллов):

2.1. сообщение имеет четкий план изложения;

2.2. сообщение сопровождается иллюстративным материалом;

2.3. сообщение производит хорошее впечатление.

3. Четкость выводов(max 2 балла):

3.1. выводы имеются, но они не доказаны;

3.2. выводы не четкие;

3.3. выводы полностью характеризуют работу.

ОЦЕНКА: «5»- 6-7 баллов

 «4» - 4-6 баллов

 «3» – 3 балла

**Таблица.**

«Отлично» выставляется в случае, если таблица выполнена аккуратно, все отличительные особенности химических веществ клетки указаны верно, биологические термины записаны понятно и правильно.

«Хорошо» выставляется в случае, если таблица содержит 1-2 неточности в ответах или недостаточно полно раскрыт ответ.

«Удовлетворительно» - в случае, если таблица выполнена неаккуратно, ответы представлены с многочисленными неточностями.

«Неудовлетворительно» - таблица выполнена небрежно, ответы представлены с грубейшими ошибками.

**Устный опрос.**

«Отлично» выставляется в случае, если задание выполнено в полном объёме, выводы и рассуждения логичны и корректны.

«Хорошо» выставляется в случае, если задание выполнено в полном объёме и содержит 1-2 неточности.

«Удовлетворительно» - выставляется в случае, если задание выполнено не в полном объёме, имеются ошибочные или недостаточные сведения.

«Неудовлетворительно» - работа выполнена небрежно, информация не соответствует теме.

**Реферат.**

«Отлично» ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

«Хорошо» – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

«Удовлетворительно» – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

«Неудовлетворительно» – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

**Схема**

«Отлично» - схема выполнена верно, наглядно, все символы обозначены.

«Хорошо» - схема выполнена верно, наглядно, все символы обозначены, но допущены некоторые неточности.

«Удовлетворительно» - схема выполнена некорректно, некоторые символы не обозначены, допущены неточности.

«Неудовлетворительно» - схема выполнена некорректно, символы не обозначены, допущены ошибки.

**Требования к оформлению реферата**

Содержание реферата

Реферат, как правило, должен содержать следующие структурные элементы:

1. титульный лист;
2. содержание;
3. введение;
4. основная часть;
5. заключение;
6. список использованных источников;
7. приложения (при необходимости).

Примерный объем в машинописных страницах составляющих реферата представлен в таблице.

*Рекомендуемый объем структурных элементов реферата*

Наименование частей реферата

Количество страниц

Титульный лист

1

Содержание (с указанием страниц)

1

Введение

2

Основная часть

15-20

Заключение

1-2

Список использованных источников

1-2

Приложения

Без ограничений

***В содержании*** приводятся наименования структурных частей реферата, глав и параграфов его основной части с указанием номера страницы, с которой начинается соответствующая часть, глава, параграф.

***Во введении*** дается общая характеристика реферата:

- обосновывается актуальность выбранной темы;

- определяется цель работы и задачи, подлежащие решению для её достижения;

- описываются объект и предмет исследования, информационная база исследования;

- краткая характеристика структуры реферата по главам.

***Основная часть*** должна содержать материал, необходимый для достижения поставленной цели и задач, решаемых в процессе выполнения реферата. Она включает 2-3 главы, каждая из которых, в свою очередь, делится на 2-3 параграфа. Содержание основной части должно точно соответствовать теме проекта и полностью её раскрывать. Главы и параграфы реферата должны раскрывать описание решения поставленных во введении задач. Поэтому заголовки глав и параграфов, как правило, должны соответствовать по своей сути формулировкам задач реферата. Заголовка "ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ" в содержании реферата быть не должно.

Главы основной части реферата могут носить теоретический, методологический и аналитический характер.

Обязательным для реферата является логическая связь между главами и последовательное развитие основной темы на протяжении всей работы, самостоятельное изложение материала, аргументированность выводов. Также обязательным является наличие в основной части реферата ссылок на использованные источники.

Изложение необходимо вести от третьего лица («Автор полагает...») либо использовать безличные конструкции и неопределенно-личные предложения («На втором этапе исследуются следующие подходы…», «Проведенное исследование позволило доказать...» и т.п.).

В заключении логически последовательно излагаются выводы, к которым пришел студент в результате выполнения реферата. Заключение должно кратко характеризовать решение всех поставленных во введении задач и достижение цели реферата.

***Список использованных источников*** является составной частью работы и отражает степень изученности рассматриваемой проблемы. Количество источников в списке определяется студентом самостоятельно, для реферата их рекомендуемое количество от 10 до 20. При этом в списке обязательно должны присутствовать источники, изданные в последние 3 года, а также ныне действующие нормативно-правовые акты, регулирующие отношения, рассматриваемые в реферате. Список источников оформляется в соответствии с требованиями ПРИЛОЖЕНИЕ:

- ГОСТ 7.1 – 2003 Библиографическая запись. Библиографическое описание.

- ГОСТ 7.82-2001 Библиографическая запись. Библиографическое описание электронных ресурсов. Общие требования и правила составления.

- ГОСТ 7.0.5-2008 Библиографическая ссылка. Общие требования и правила составления

***В приложение*** следует относить вспомогательный материал, который при включении в основную часть работы загромождает текст (таблицы вспомогательных данных, инструкции, методики, формы документов и т.п.).

Приложения следует оформлять как продолжение реферата на его последующих страницах.

Каждое приложение должно начинаться с новой страницы. Вверху страницы справа указывается слово "Приложение" и его номер. Приложение должно иметь заголовок, который располагается по центру листа отдельной строкой и печатается прописными буквами.

Приложения следует нумеровать порядковой нумерацией арабскими цифрами.

На все приложения в тексте работы должны быть ссылки. Располагать приложения следует в порядке появления ссылок на них в тексте.

*Требования к оформлению*

При выполнении внеаудиторной самостоятельной работы в виде реферата необходимо соблюдать следующие требования:

* печать на одной стороне листа белой бумаги формата А-4
* размер шрифта-14; Times New Roman, цвет - черный
* междустрочный интервал - одинарный
* поля на странице – размер левого поля – 2,5 см, правого- 1,5 см, верхнего-1,5 см, нижнего-2см.
* отформатировано по ширине листа.

**Приложение 1**

Оформление титульного листа

ГАПОУ «Соль – Илецкий индустриально – технологический техникум»

Оренбургской области

**Реферат**

Тема:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Выполнил: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_,

 Студент\_\_\_\_\_\_\_группы

 Проверил:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 г. Соль-Илецк, 2016 г.

**Приложение 2**

**Как правильно накладывать повязку при использовании бинта?**

\*Справа налево

\*Слева направо

\*Всё равно

**Как называется повязка, когда при бинтовании последующий виток бинта закрывает предыдущий тур полностью?**

\*Спиральная

\*Круговая

\*Восьмиобразная

**Как называется повязка, которая накладывается на выступающие части тела (подбородок, нос, затылок)?**

\*Спиральная

\*Восьмиобразная

\* Пращевидная

\* Косыночная

**Как называется повязка, которая используется при резко изменённых размерах толщины рук и ног?**

\*Восьмиобразная

\*Пращевидная

\*Колосовидная

\* Косыночная

 **Как называется повязка, которая накладывается на суставы?**

\* Пращевидная

\* Колосовидная

\* Косыночная

\* Восьмиобразная

**В какую руку берут бинт при начале бинтования?**

\*В левую

\* В правую

\* Всё равно

**Какой рукой берут за конец бинта при начале бинтования?**

\*Левой

\* Правой

\* Всё равно

 **После окончания бинтования повязка завершается следующими действиями?**

\*Оставляют свободный конец бинта без закрепления.

\*Разрывают или разрезают на две полосы конец бинта и завязывают узлом.

\* Закалывают конец бинта булавкой.

\*Закрепляют другим бинтом конец бинта.

 **После окончания бинтования повязку закрепляют:**

\* На уровне раны

\*Выше раны

\*Ниже раны

\*На противоположной стороне раны

**При бинтовании образуется большой уклон бинта. Как его убирают?**

\*Продолжают бинтовать

\*Делают перегиб

\*Подтягивают бинт

 **Какая повязка накладывается на затылок?**

\*Крестообразная или пращевидная

\* Спиральная

\* Колосовидная

**Какая повязка накладывается при повреждении лба?**

\*Спиральная

\* Колосовидная

\* Круговая

\* Пращевидная

**Какая повязка накладывается на голеностопный сустав при его повреждении?**

\*Круговая

\* Колосовидная

\* Восьмиобразная

**Как правильно перекрывать в повязке каждый следующий тур бинта?**

\*На половину предыдущего тура

\* Не перекрывают предыдущий тур

**Приложение 3**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п |  1 | № п/п |  2 |
| 1 | Терминальное состояние – это | 1 | Манипуляции, искусственно воспроизводящие дыхательный акт в случае отсутствия или резкого нарушения самостоятельного дыхания |
| 2 | История искусственного дыхания насчитывает | 2 | При отсутствии у пострадавшего пульса |
| 3 | Реанимация-это | 3 | Физиологический процесс, при котором происходит обмен газов между организмом и внешней средой. Организм получает кислород, необходимый всем его клеткам и тканям, и выделяет углекислоту, накопившуюся в результате их жизнедеятельности. |
| 4 | Сердечно легочная реанимация является | 4 | Состояние, пограничное между жизнью и смертью |
| 5 | Реанимационные мероприятия могут быть прекращены | 5 | От 3 до 5 тыс.лет |
| 6 | Дыхание – это | 6 | При надетом на пострадавшего противогаз |
| 7 | К органам дыхания относятся | 7 | Отсутствует естественное дыхание; естественное дыхание резко нарушено; дыхание с большими перерывами  |
| 8 | Искусственное дыхание –это | 8 | Комплекс мер, направленных на поддержание жизнедеятельности человека |
| 9 | В условиях ведения боевых действий, если а атмосфере содержится отравляющие или радиоактивные вещества, искусственное дыхание нужно проводить | 9 | Воздухоносные пути (полость носа, гортань, трахея, бронхи) и легкие. |
| 10 | Необходимо проводить искусственное дыхание независимо от причины, вызвавшей нарушение дыхательной деятельности если: | 10 | Экстренным мероприятиям, проводимым при внезапно развившейся остановке или дыхания. |

**Приложение 4**

|  |  |
| --- | --- |
| **Дорожно – транспортное происшествие** | **Опасность и пути решения** |
| В Санкт-Петербурге в 1994 г. в воскресенье отец и сын-первоклассник вышли на прогулку. На подходе к переходу отец встретил знакомого и остановился с ним поговорить. Сын перебежал на другую сторону улицы и, постояв там, решил вернуться обратно. Мальчик не смог соразмерить скорость своего бега со скоростью автомашины и был сбит. |  |
| За машиной, перед которой пешеход перебегает улицу, может следовать параллельным курсом другая, немного отстающая от первой. При этом водитель второго автомобиля не сможет своевременно затормозить при появлении пешехода в непосредственной близости. Да и сам выбежавший пешеход не успеет остановиться перед автомобилем. |  |
| В Москве на Ленинградском шоссе Лена В. была застигнута на проезжей части потоком автомобилей и остановилась между двумя рядами транспорта. Пальто на ней не было застегнуто, и его пола потоком воздуха движущегося транспорта была прижата к автомобилю, едущему по смежному ряду. Петля полы пальто зацепилась за выступающую деталь автомобиля, и упавшую девочку отбросило к задним колесам машины. Лена находилась с противоположной стороны от места водителя, и он, не видя что произошло, продолжал движение. Упавшая девочка большое расстояние была протащена волоком, а затем попала под колеса автомобиля и погибла |  |
| Водитель «Жигулей» следовал по неширокой улице в дневное время, встречных автомобилей было немного. Еще издали он увидел, как с края проезжей части сошла пожилая женщина, которая стала спокойно переходить дорогу. Она прошла полосу, по ко­торой следовал автомобиль, и уже находилась на осе­вой линии улицы, когда неожиданно повернулась и стала быстро возвращаться назад. До приближающегося автомобиля оставалось всего 20 метров. Избегая наезда, водитель резко затормозил, но предотвратить происшествия уже не смог. |  |

**Приложение 5**

 Чем опасна стоящая на дороге машина.

Какая машина опаснее: которая стоит или которая едет?

Какая из стоящих машин опаснее других?

Ситуация **«Обзор закрыт»** - Это ситуации, когда опасность скрыта от пешехода за кустами, деревьями, стоящими или движущимися машинами, другими пешеходами

Машина, которая стоит в ожидании «стрелки» для поворота направо, тоже очень опасна.

Машины, стоящие у светофора, представляют собой определенную опасность.

 **Приложение 6**

Задача 1. Вам предстоит пройти пешком из одной части города в другую. Ваши действия при движении по улице и дороге. Задача 2. Вы едете в общественном транспорте (автобусе, троллейбусе, трамвае), в транспорте возник пожар. Ваши действия. Задача 3. Вы находитесь в легковом автомобиле, возник пожар. Ваши действия. Задача 4. Вам предстоит поездка на автомобиле. Вспомните основные правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при следовании на легковом и грузовом автомобиле. Задача 5. Вы попали в дорожно-транспортное происшествие. Ваши действия с целью уменьшения факторов риска для жизни и здоровья. Задача 6. Автомобиль, в котором вы едете неожиданно заглох на железнодорожном переезде. Ваши действия. Задача 7. Вы находитесь в салоне транспортного средства. Какие основные правила поведения вы должны соблюдать? Задача 8. Вы двигаетесь на велосипеде (мопеде). Ваши действия при маневрировании. Задача 9. Грузовой и легковой автомобили едут с одинаковой скоростью. Который из них остановится после торможения раньше и почему? Задача 10. Вы оказались очевидцем дорожно-транспортного происшествия. Ваши действия и их последовательность.

**Приложение 7**

1. В подвальном помещении объекта экономики после подачи сигнала «Химическая тревога» укрылись сотрудники ближайшего цеха. Спустя несколько минут после закрывания негерметизированного помещения произошло возгорание электропроводки и сильное задымление. Площадь возгорания до 6 кв. м., материалы горения – пластиковое покрытие, линолеум, древесина ненесущих стен.

Вопрос: Какой тип противогаза более предпочтителен к применению, и почему?

2. В подвальном помещении объекта экономики после подачи сигнала «Химическая тревога» укрылись сотрудники ближайшего цеха. Спустя несколько минут после закрывания негерметизированного помещения произошло возгорание электропроводки и сильное задымление. Площадь возгорания до 6 кв. м., материалы горения – пластиковое покрытие, линолеум, древесина ненесущих стен.

Вопрос: В каком случае допускается использование фильтрующего противогаза в данной ситуации на время выхода из помещения?

3. Для организации эвакуации населения района создаётся сборный эвакуационный пункт.

Вопрос: Какая характеристика отражает его функциональную полноценность?

4. Для проведения химической разведки на местности в летнее время в очаг предполагаемого применения противником химического оружия направлена группа химической разведки. Температура воздуха около 28 градусов Цельсия выше нуля. Группа оснащена СИЗК изолирующего действия и СИЗ ОД фильтрующего действия.

Вопрос: Ваши предложения по улучшению экипировки, при отсутствии возможности по улучшению оснащения – внести предложения по сохранению жизни и здоровья участников группы.

5. При отправке санитарной дружины в очаг ядерного поражения для оказания первой медицинской помощи личному составу выданы индивидуальные аптечки гражданской обороны. Уровень радиоактивного заражения местности в пределах отведённой для работы СД территории – 2,8 Р/час.

Вопрос: Дайте практические рекомендации санитарным дружинникам по снижению степени поражения ионизирующим излучением перед началом работы.

6. В ходе организации эвакуации населения ВУЗа пешим порядком за пределы зоны разрушений скомплектовано 8 колонн примерно по 500 – 520 человек в каждой.

Вопрос: Проведите необходимые расчёты для обеспечения оказания студентам ВУЗа первой медицинской помощи в ходе эвакуации пешим порядком.

7. По территории категорированного города противник применил ядерное оружие тактического назначения. Эпицентр находится в административном центре города согласно приоритету поражаемых целей (административные здания руководящих органов субъектов РФ).

Вопрос: Какой тип эвакуации по охвату и срокам проведения может быть применим органами управления Гражданской обороны города, при условии продолжения производственной деятельности объектами экономики жизненно важных отраслей?

8. После применения противником химического оружия часть территории города заражена стойкими отравляющими веществами.

Вопрос: В каком порядке следует организовать эвакуацию населения заражённой части территории города?.

**Приложение 8**

В настоящее время серьёзную угрозу национальной безопасности России представляет терроризм. Терроризм - это опаснейшее преступление против человечества, крайняя форма проявления насилия и жестокости в отношении человека, любой террористический акт является преступлением.

Для противодействия терроризму должна быть создана такая же многообразная по формам и сферам приложения усилий система мер, предупреждающих террористические акты и снижающих их последствия. Одним из направлений в этой работе на индивидуальном уровне является подготовка каждого человека к соблюдению мер антитеррористической безопасности в повседневной жизни и умение снизить риск стать жертвой террористического акта.

Необходимо знать и соблюдать рекомендации по правилам безопасного поведения при угрозе теракта.

Необходимо соблюдать ряд общих правил личной безопасности в повседневной жизни, которые позволят вам снизить последствия террористического акта.

Признаки, которые могут указывать на наличие взрывных устройств: \* неизвестная деталь в машине, подъезде, во дворе дома и т. д. (взрывное устройство может быть замаскировано в пивной банке, пачке сигарет, игрушке, бутылке, обрезке трубы, молочном пакете, любом свёртке или ящике); \* натянутая проволока, шнур; \* свисающие из-под машины провода или изоляционная лента; \* свежие царапины и грязь на стёклах, дверях и других предметах; \* выделяющиеся участки свежевырытой или высохшей земли, которых раньше не было; \* у вашей квартиры следы свежих ремонтных работ (краска, штукатурка и др.), о проведении которых вам ничего не известно; \* чужая сумка, портфель, коробка или другой предмет, оказавшиеся поблизости с вашим автомобилем, домом, квартирой.

**Если произошёл взрыв** \* Постарайтесь успокоиться и уточнить обстановку. \* Продвигайтесь осторожно, не прикасайтесь к повреждённым конструкциям и проводам. \* В разрушенном или повреждённом помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов нельзя пользоваться открытым пламенем (спичками, зажигалками, свечами, факелами и т. п.), а также нельзя включать электрический свет, так как может произойти возгорание повреждённых проводов. \* При задымлении защитите органы дыхания смоченным водой платком (лоскутом ткани, полотенцем). \* Включите локальную (квартирную) систему оповещения и проверьте возможность взаимного общения (с помощью теле-, радио-, телефонной связи, голоса). \* В случае вынужденной эвакуации возьмите необходимые носильные вещи, деньги, ценности. Изолируйте квартиру (закройте все двери и окна), немедленно сообщите о случившемся по телефону в соответствующие органы правопорядка. Оповестите соседей об эвакуации. Помогите престарелым и инвалидам покинуть помещение. Возьмите на учёт лиц, оставшихся в помещении. Входную дверь плотно прикройте, не закрывая на замок. \* При невозможности эвакуации необходимо принять меры, чтобы о вас знали. Выйдите на балкон или откройте окно и громко зовите на помощь. \* Выходя из дома, отойдите на безопасное расстояние от него и не предпринимайте самостоятельных решений об отъезде к родственникам и знакомым. \* Действуйте в строгом соответствии с указаниями должностных лиц.

**Правила поведения в случаях захвата вас в заложники** \* Не подвергайте себя излишнему риску, старайтесь ограничить контакты с преступниками, не вызывайте у них агрессии своими действиями или словами, особенно если они находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. \* Старайтесь по возможности смягчить враждебность преступников, оставаясь покладистым, спокойным и миролюбивым. \* Не прибегайте к крайним мерам для того, чтобы освободиться самостоятельно, если непосредственно при захвате вам не удалось вырваться и бежать. \* С момента захвата контролируйте свои действия, старайтесь фиксировать все действия преступников. \* Оцените своё месторасположение и не поддавайтесь панике, старайтесь оставаться спокойным, даже если преступники угрожают вам физической расправой, а также пытаются ограничить вашу подвижность, создают тяжёлые бытовые условия, например, ограничивают в пище, воде. \* Используйте любую возможность для передачи информации о своём местонахождении, приметах преступников, об особенностях их поведения своим родственникам или правоохранительным органам. \* Не реагируйте на провокационные действия террористов, не задавайте им вопросов и старайтесь не смотреть им в глаза: это может вызвать по отношению к вам дополнительную агрессию. Выполняйте требования террористов и спрашивайте у них разрешение на любые ваши действия. \* В захваченном террористом транспортном средстве оставайтесь на своём месте, не перемещайтесь по салону, старайтесь меньше привлекать к себе внимание преступников. \* Избегайте необдуманных действий, которые могут угрожать вашей жизни и жизни других пассажиров, особенно при захвате террористами воздушных судов. \* В случае силового освобождения заложников (при штурме спецподразделения) попытайтесь укрыться за предметами (кресло, стол и другие предметы мебели), прикрыть своё тело от пуль подручными средствами, всем тем, что может ослабить пробивное действие пуль. \* Отойти от входных дверей, окон, иллюминаторов, люков и занять горизонтальное положение, оставаясь в нём до поступления от командира штурмовой группы команды на выход из помещения. В дальнейшем беспрекословно выполняйте все его команды. \* В момент штурма не берите в руки оружие преступников, так как вас могут принять за бандитов и открыть огонь на поражение. \* Старайтесь по возможности не позволить бандитам занять место среди заложников.

**Запомните!** **От вашей выдержки и умения ориентироваться в сложной обстановке зависит успех вашего освобождения.**

**Обеспечение личной безопасности при перестрелке** Человек может оказаться под градом пуль по самым разным причинам: криминальным, политическим, военным. В последнее время такая ситуация стала довольно частой. Как вести себя в этой ситуации мирному жителю?

**Правила поведения при перестрелке** \* Нельзя находиться в помещении рядом с окнами. Это опасно: ведь пуля, залетев в комнату, может срикошетить от стен и потолка, особенно в бетонных домах. \* Необходимо немедленно отойти от окон. Если есть ванная комната, то желательно укрыться там, лечь на пол или в ванну. \* Находясь в своём укрытии, нужно следить за появлением дыма и огня. Каждая 3-5-я пуля – трассирующая, поэтому риск пожара высок. \* Если пожар начался, а стрельба не прекратилась, необходимо ползком покинуть горящую комнату (квартиру), прикрыв за собой двери. В подъезде лучше всего спрятаться подальше от окон, например, в нише. \* Опасно подходить к окнам и выходить на балкон даже в том случае, если стреляют далеко от вашего дома. \* Находясь на улице, необходимо найти укрытие. Это могут быть выступ здания, каменные ступени, памятник, фонтан, бетонный столб, кирпичный забор или бордюрный камень. К укрытию пробираться ползком. Бежать опасно: могут принять за противника. \* Если вы спрятались за автомобилем, то учтите, что его металл тонкий, а в баке – горючее, но в любом случае даже такое укрытие лучше, чем никакое. \* В таких случаях нет однозначных советов, решение необходимо принимать на месте, учитывая обстановку.

**Выводы.**

1. В настоящее время серьёзную угрозу национальной безопасности России представляет терроризм. Терроризм – это опаснейшее преступление против человечества, крайняя форма проявления насилия и жестокости в отношении человека, любой террористический акт является преступлением.
2. Для противодействия терроризму должна быть создана такая же многообразная по формам и сферам приложения усилий система мер, предупреждающих террористические акты и снижающих их последствия. Одним из направлений в этой работе на индивидуальном уровне является подготовка каждого человека к соблюдению мер антитеррористической безопасности в повседневной жизни и умение снизить риск стать жертвой террористического акта.
3. Необходимо знать и соблюдать рекомендации по правилам безопасного поведения при угрозе теракта.
4. Необходимо соблюдать ряд общих правил личной безопасности в повседневной жизни, которые позволят вам снизить последствия террористического акта.

**Приложение 9**

|  |  |
| --- | --- |
| Специальные средства защиты кожи | Простейшие средства защиты кожи. |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Приложение 10**

|  |  |
| --- | --- |
| Вид подготовки | Содержание подготовки |
|  |  |
|  |  |

**Приложение 11**

1.Дополните фразу: «\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ - система политических, экономических, военных, социальных и правовых

мер по обеспечению готовности государства к защите от вооружённого нападения, а также защите

населения, территории и суверенитета РФ».

2.Дополните фразу: «В целях обороны государства создаются \_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_и устанавливается \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

обязанность граждан».

3.Назовите наиболее активную форму реализации воинской обязанности.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4.Назовите составные части воинской обязанности граждан РФ. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Под воинской обязанностью понимается:

а) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности;

б) прохождение военной службы в мирное и военное время, самостоятельная подготовка к службе в Вооруженных Силах;

в) долг граждан нести службу в ВС в период военного положения и в военное время.

6. Персональный воинский учет ведется:

а) районными (городскими) военными комиссариатами;

б) управлениями (отделами) кадров военных округов;

в) специально уполномоченным сотрудником органа управления образованием района (города).

7. Комиссия по постановке граждан на воинский учет утверждается главой органа местного самоуправления (местной администрации) в следующем составе:

а) военный комиссар района (города) либо заместитель военного комиссара, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты;

б) представитель командования военного округа, представитель органа местного самоуправления,

врачи-специалисты;

в) военный комиссар района (города), руководитель (заместитель руководителя) органа внутренних дел, секретарь комиссии, врачи (хирург, терапевт, невропатолог).

8. Медико-юридический акт, осуществляемый врачебной комиссией или отдельным врачом-

специалистом в целях определения степени годности призываемых граждан по состоянию

здоровья и физическому развитию к военной службе, правильности распределения их по родам

войск и военным специальностям, годности к поступлению в военно-учебные заведения,

выявления необходимости лечения, возможности прохождения службы в отдельных

климатических районах и других, — это:

а) медицинское освидетельствование;

б) военно-медицинская экспертиза;

в) предварительное медицинское заключение о состоянии здоровья гражданина.

9. Заключение по результатам освидетельствования категории «Г» означает:

а) временно не годен к военной службе';

б) не годен к военной службе;

в) годен к военной службе с незначительными ограничениями.

10. Из приведённых ниже ответов определите, кто освобождается от призыва на военную службу:

а) отбывающим наказание в виде обязательных или исправительных работ, находящимся под арестом или осужденным, находящимся в местах лишения свободы, имеющим неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления, в отношении которых ведётся следствие или уголовное дело передано в суд;

б) временно негодным к военной службе по состоянию здоровья, постоянно работающим в сельской местности врачами – на время этой работы, получающим послевузовское образование и постоянно работающим на педагогических должностях в сельской местности – на время этой работы;

в) прошедшим альтернативную службу в РФ, имеющим детей в возрасте от 3 до 18 лет, проходящим государственную службу в органах местного самоуправления.

**Список рекомендуемой литературы**

1. Безопасность жизнедеятельности: Программы для общеобразовательных учреждений среднего профессионального образования / Р.Л. Палтиевич, А.Т. Смирнов. - М.: Дрофа, 2006.

2.Бочаров Е.А. Ступени обучения выживанию: Программно-методическое пособие для педагогов. - М.: ВЛАДОС, 2008. - 204 с.

3. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 416 с. - (Среднее профессиональное образование).

4.Евлахов В.М. Методика проведения занятий в общеобразовательных учреждениях: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2009. - 272 с. - (Библиотека учителя).

5.Мастрюков Б.С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях: Учебник для студентов вузов. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Изд. центр «Академия», 2006. - 336 с.

6.Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: Поурочные планы по учебнику А.Т. Смирнова, Б.И. Мишина, В.А. Васнева / Авт.-сост. В.А. Шкенев. - 2-е изд., стереотип. - Волгоград: Учитель, 2008. - 238 с.

7.Основы безопасности жизнедеятельности. Патриотическое воспитание и военно-профессиональная ориентация учащихся. 10-11 классы: Методическое пособие / Волокитин А.А., Грачев Н.И., Жильцов В.А. и др. - 3-е изд., стер. - М.: Дрофа, 2009. - 254 с. - (Библиотека учителя).

8. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник для учащихся / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев и др.; под ред. А.Т. Смирнова; Российская академия наук, Издательство «Просвещение». - М.: Просвещение, 2007. - 224 с.

**Интернет ресурсы.**

http://www.edu.rin.ru/ - Образование - RIN.RU.

http://fcior.edu.ru/ - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов

http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm-ОБЖ - билеты, ответы, уроки.

http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm-Книги, пособия по ОБЖ

http://satinoschool.narod.ru/test1/p1aa1.html-методическое пособие для учителей ОБЖ

http://severskijkadet.ru/voennoe\_delo/обж/уроки-обж-ссылки.html-уроки ОБЖ

Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

 http://window.edu.ru/ единое окно доступа к образовательным ресурсам (информация о подготовке к урокам, стандарты образования, информация о новых учебниках и учебных пособиях).

 http://www.obzh.info информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).

 http://www.1september.ru веб-сайт «Объединение педагогических изданий «Первое сентября» (статьи по ОБЖ в свободном доступе, имеется также архив статей).

 http://www.school-obz.org/ - информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности

http://www.informic.narod.ru/obg.html Сайт учителя информатики, технологии и ОБЖ Разумова Виктора Николаевича

 http://sverdlovsk-school8.nm.ru/docobgd.htm Для учителя ОБЖД

http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1583/index.htm Первые шаги граждан в чрезвычайных ситуациях (памятка о правилах поведения граждан в ЧС)

http://kombat.com.ua/stat.html Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях

http://www.ssga.ru/AllMetodMaterial/metod\_mat\_for\_ioot/metodichki/bgd/oglavlenie\_1.html Электронный учебник по безопасности жизнедеятельности (можно использовать при изучении отдельных тем в старших классах)

 info@russmag.ru Журнал ОБЖ. Основы безопасности жизни

 vps@mail.ru Журнал ОБЖ. Каталог вебресурсов по обеспечению безопасности.

 http://mukobg.jimdo.com/ Сайт преподавателя ОБЖ Идрисова Раниса Анваровича.