

Департамент образования, культуры и спорта Ненецкого автономного округа  
государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Ненецкого автономного округа  
«Ненецкий аграрно-экономический техникум имени В.Г. Волкова»  
(ГБПОУ НАО «Ненецкий аграрно-экономический техникум имени В.Г. Волкова»)

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**  
по организации и выполнению самостоятельной работы  
по дисциплине ОП.11. Безопасность жизнедеятельности  
для обучающихся очной формы обучения  
специальности 42.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях

Нарьян-Мар  
2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина ОП.11. Безопасность жизнедеятельности входит в профессиональный цикл обязательной части образовательной программы. Изучение дисциплины ОП.11. Безопасность жизнедеятельности в программе специальности 42.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях предусматривает не только теоретическое и практическое осмысление ее разделов и тем на учебных занятиях, но и выполнение самостоятельных работ, связанных с развитием мышления будущего профессионала.

В результате освоения дисциплины студент должен уметь:

1. организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
2. предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасности различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
3. использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
4. применять первичные средства пожаротушения;
5. ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
6. применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
7. владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
8. оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

1. принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
2. основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
3. основы военной службы и обороны государства;
4. задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
5. способы защиты населения от оружия массового поражения;
6. меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
7. организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
8. основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
9. область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
10. порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих общих компетенций в соответствии с ФГОС СПО и ППСЗ по данному направлению подготовки:

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

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

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

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

ОК 7. Брать ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки студента 102 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки студента 68 часов,

- самостоятельной работы студента 34 часа.

Задания для аудиторной самостоятельной работы разработаны по каждому разделу дисциплины Безопасность жизнедеятельности с учетом предусмотренного рабочей программой и календарно-тематическим планом количества часов и содержат основное задание, рекомендованное программой и дополнительные задания.

## ТЕМАТИКА САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ

Наименование разделов и тем	Вид самостоятельной деятельности и тема работы	Количество часов
Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации мирного времени	Составление алгоритма поведения при пожаре.	4
	Составление алгоритма поведения при наводнении.	4
Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации военного времени.	Составление алгоритма поведения при радиоактивном заражении местности, воздуха и воды	4
	Составление алгоритма поведения при применении бактериологического оружия	2
	Составление алгоритма поведения при применении при применении химического оружия	2
Тема 2.4. Основы военной службы	Подготовить презентации по темам: - современные средства Вооруженных сил РФ; - полномочия и функции органов государственной власти РФ в области обороны; - история Вооруженных сил РФ.	2
	Конспект по теме «Права, обязанности и ответственность военнослужащих»	2
	Конспект по теме «Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности»	2
	Конспект по теме «Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в экстремальных условиях военной службы»	2
	Конспект по теме «Требования к уровню физической подготовки призывников»	2
Тема 3.1. Основы медицинских знаний	Отработка алгоритмов наложения бинтовых и косыночных повязок.	4
	Отработка алгоритмов наложения жгута при кровотечении;	2
	Отработка алгоритмов искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.	2
Всего		34

## СТРУКТУРА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Раздел 2. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях

Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации мирного времени (8 часов)

Задание. Составить алгоритмы поведения:

- при пожаре;
- при наводнении.

Составить план эвакуации (на примере ОУ)

Регламент выступления – 5 минут.

Метод контроля: оценка устного публичного выступления с презентацией.

Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации военного времени. (8 часов)

Задание. Составить алгоритмы поведения:

- при радиоактивном заражении местности, воздуха и воды;
- при применении бактериологического оружия
- при применении химического оружия

Метод контроля: проверка выполненной работы.

Тема 2.4. Основы военной службы (12 часов)

Задание: Подготовить презентации по темам:

- современные средства Вооруженных сил РФ;
- полномочия и функции органов государственной власти РФ в области обороны;
- история Вооруженных сил РФ.

Регламент выступления – 5 минут.

Метод контроля: оценка устного публичного выступления с презентацией.

Задание. Законспектировать:

- права, обязанности и ответственность военнослужащих
- способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности
- способы бесконфликтного общения и саморегуляции в экстремальных условиях военной службы
- требования к уровню физической подготовки призывников

Метод контроля: проверка выполненной работы.

Тема 3.1. Основы медицинских знаний (8 часов)

Задание. Отработать алгоритмы наложения бинтовых и косыночных повязок.

Регламент выступления – 5 минут.

Метод контроля: оценка устного публичного выступления с презентацией.

Задание. Отработать алгоритм наложения жгута при кровотечении;

Регламент выступления – 5 минут.

Метод контроля: оценка устного публичного выступления с презентацией.

Задание. Отработать алгоритм искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Регламент выступления – 5 минут.

Метод контроля: оценка устного публичного выступления с презентацией.

Рекомендуемая литература и Интернет-ресурсы по теме:

1. «Безопасность жизнедеятельности». Учебное пособие для студентов учреждений СПО под общей редакцией С.В. Белова. - М.: Высшая школа, 2016г.

2. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 10-11 - го класса общеобразовательных учреждений под редакцией Ю.Л. Воробьева. - М.: ООО «Издательство АСТ», 2018г.

3. «Охрана безопасности жизнедеятельности». Учебное пособие под редакцией А.В. Наследухова. - М.: АСТ - Пресс 2017г.

### **Критерии оценки конспекта:**

Критерии оценки:

1) содержательность конспекта, соответствие плану - максимально 10 баллов;

2) отражение основных положений, результатов работы - 10 баллов; автора, выводов;

3) ясность, лаконичность изложения мыслей студента - 10 баллов;

4) наличие схем, графическое выделение особо значимой информации - 10 баллов

5) соответствие оформления требованиям- 10 баллов;

6) грамотность изложения - 10 баллов;

7) конспект сдан в срок - 5 баллов

ИТОГО: максимально 65 баллов.

### **Нормы оценивания конспекта:**

65-55 баллов - оценка «отлично»

54-45 баллов - оценка «хорошо»

44-35 баллов - оценка «удовлетворительно»

ниже 34 баллов - конспект требует доработки.

### **Критерии оценки конспекта в виде таблицы:**

Критерии оценки:

1) соответствие содержания теме - максимально 5 баллов;

2) логичность структуры таблицы - 5 баллов;

3) правильный отбор информации - 5 баллов;

4) наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации - 10 баллов;

5) соответствие оформления требованиям - 5 баллов;

6) работа сдана в срок - 5 баллов.

Итого: максимально 35 баллов.

### **Нормы оценивания конспекта в виде таблицы:**

35-30 баллов - оценка «отлично»

29-20 баллов - оценка «хорошо»

19-15 баллов - оценка «удовлетворительно»

менее 15 баллов - работа требует доработки.

### **Критерии оценки мультимедийной презентации**

Критерии оценки:

1) наличие хорошо продуманной анимации, не мешающей восприятию материала - максимально 10 баллов;

2) правильный подбор цветовой гаммы, контрастности - 10 баллов;

3) соблюдение масштаба, подбор размера и вида шрифта - 10 баллов;

4) соответствие названия выбранной теме - 10 баллов;

- 5) указание целей, хода работы, авторов - 10 баллов;
- 6) отсутствие грамматических, орфографических, логических ошибок - 10 баллов;
- 7) текст хорошо написан и сформированные идеи ясно изложены и структурированы - 10 баллов;
- 8) слайды представлены в логической последовательности - 10 баллов;
- 9) красивое оформление презентации - 10 баллов.
- 10) информация об источниках собрана и представлена в правильном формате - 10 баллов.

**ИТОГО:** максимально 100 баллов

**Нормы оценивания презентации:**

100-81 балл - оценка «отлично»

80-71 балл - оценка «хорошо»

70-51 балл - оценка «удовлетворительно»

менее 50 баллов - презентация требует доработки.

**Критерии оценки письменной работы**

Письменные работы подразделяют на текущие (проверочные) и итоговые (контрольные) работы; по времени они могут занимать все занятие или его часть.

К методам письменной проверки результатов обучения относятся письменная контрольная работа на 45 мин, проверочные работы на 10-15 мин (например, решение расчетных задач), письменные домашние задания, письменный учет знаний отдельных обучающихся по карточкам, химические диктанты, задания тестового типа и т.п.

Содержание контрольной работы охватывает весь наиболее важный материал контролируемой темы. В такой большой контрольной работе задания должны быть едиными для учащихся всех уровней развития. В контрольную работу рекомендуется включать разнообразные задания: обобщающие вопросы, качественные и расчетные химические задачи, цепочки превращений, тестовые, графические задания и т.д. Необходимо использовать наибольшее число вариантов.

При оценивании ответа обучающихся необходимо учитывать качество выполнения работы по заданиям. Контрольная работа оценивается в целом.

**Отметка «5»:**

- дан полный ответ на основе изученных теорий, возможна несущественная ошибка.

**Отметка «4»:**

- допустима некоторая неполнота ответа, может быть не более двух несущественных ошибок.

**Отметка «3»:**

- работа выполнена неполно (но не менее чем на треть), имеются не более одной существенной ошибки и 2-3 несущественные.

**Отметка «2»:**

- работа выполнена меньше чем на треть,
- имеется несколько существенных ошибок.

# СПОСОБЫ ВЫПОЛНЕНИЯ РАБОТ

## Конспектирование

Конспект (от лат. *conspectus* – обзор) является письменным текстом, в котором кратко и последовательно изложено содержание основного источника информации. Конспектировать – значит приводить к некоему порядку сведения, почерпнутые из оригинала. В основе процесса лежит систематизация прочитанного или услышанного. Записи могут делаться как в виде точных выдержек, цитат, так и в форме свободной подачи смысла. Манера написания конспекта, как правило, близка к стилю первоисточника. Если конспект составлен правильно, он должен отражать логику и смысловую связь записываемой информации. Им запросто можно воспользоваться через некоторое количество времени, а также предоставить для применения кому-то еще, поскольку прочтение грамотно зафиксированных данных никогда не вызовет затруднений. Используя законспектированные сведения, легче создавать значимые творческие или научные работы, различные рефераты и статьи.

Если вы хотите извлечь максимальную пользу при работе с книгами и учебными пособиями, необходимо учесть следующие моменты.

Предварительно просмотрите материал. Так вы сумеете выявить особенности текста, его характер, понять, сложен ли он, содержит ли незнакомые вам термины. При беглом знакомстве с литературой вы сумеете выбрать подходящую разновидность конспектирования.

Снова прочтите текст и тщательно проанализируйте его. Такая работа с материалом даст вам возможность отделить главное от второстепенного, разделить информацию на составляющие части, расположить ее в нужном порядке. Используйте закладки – это отменное подспорье.

Обозначьте основные мысли текста, они называются тезисами. Их можно записывать как угодно – цитатами (в случае, если нужно передать авторскую мысль) либо своим собственным способом. Однако помните: изобиловать цитатами можно тогда, когда вы используете текстуальные конспекты. Кроме того, дословную выдержку из текста всегда заключайте в скобки и помечайте ссылкой на источник и автора.

Презентация (от лат. *praesento* — представление) – документ или комплект документов, предназначенный для представления чего-либо (организации, проекта, продукта и т.п.).

Цель презентации – донести до целевой аудитории полноценную информацию об объекте презентации в удобной форме. Презентация является одним из маркетинговых и PR инструментов.

Презентация может представлять собой сочетание текста, гипертекстовых ссылок, компьютерной анимации, графики, видео, музыки и звукового ряда (но не обязательно всё вместе), которые организованы в единую среду. Кроме того, презентация имеет сюжет, сценарий и структуру, организованную для удобного восприятия информации. Отличительной особенностью презентации является её интерактивность, то есть создаваемая для пользователя возможность взаимодействия через элементы управления.

В зависимости от места использования презентации различаются определенными особенностями.

Презентация, созданная для самостоятельного изучения, может содержать все присущие ей элементы, иметь разветвленную структуру и рассматривать объект презентации со всех сторон. Реализуется, как правило, с использованием элементов гипертекста.

Презентация, созданная для поддержки какого-либо мероприятия или события, отличается большей минималистичностью и простотой в плане наличия мультимедиа и элементов дистанционного управления, обычно не содержит текста, так как текст проговаривается ведущим, и служит для наглядной визуализации его слов.

Презентация, созданная для видеодемонстрации, не содержит интерактивных элементов, включает в себя видеоролик об объекте презентации, может содержать также текст и аудиодорожку. Разновидностью такой презентации является рекламный ролик.

Презентация, созданная для электронной рекламной рассылки, создается с минимальным применением инструментов мультимедиа в целях уменьшения объема письма.

Презентация в формате приложения для мобильных телефонов и смартфонов создается с учетом просмотра на портативных устройствах (небольшой размер экрана, ограничения по объему памяти и т. п.) и может рассылаться посредством MMS-сообщений или по каналу bluetooth.

Есть и другие типы презентаций. Но вне зависимости от исполнения каждая самостоятельная презентация должна четко выполнять поставленную цель: помочь донести требуемую информацию об объекте презентации.

Конструкторы мультимедийных презентаций

Microsoft PowerPoint

OpenOffice.org Impress

Keynote

SoftMaker Presentations

KPresenter

Multimedia Builder

Типы презентаций

Деловая (четко сформулированный текст, разбитый на слайды, связанные между собой смысловым содержанием).

Творческая (различные фото и видео материалы, раскрывающие суть темы презентации с минимумом разъясняющего текста).

Творческо-деловая (оптимизация соединения делового и творческого подхода: краткий систематизированный текст, подкрепленный фото и видео материалами по теме).

Требования к презентациям

Выбор темы осуществляется из списка специально разработанных тем, утвержденных преподавателем.

На титульном листе (1 слайде) должна быть указана:

- тема презентации;

- группа и фамилия (инициалы) студента, сделавшего презентацию;
- предмет, по которому выполнена презентация;
- год выполнения презентации.

Должен быть выбран один из трех типов презентаций, и презентация должна быть выполнена в едином стиле.

Объем одной презентации не должен быть менее 15 слайдов и не превышать 30 слайдов.

Тема презентации должна быть раскрыта в полном объеме. Возможно использование дополнительных материалов и приложений.

## ЛИТЕРАТУРА

### Основные источники:

1. Конституция РФ 12.12.93г.
2. «Основы военной службы». Учебное пособие для студентов учреждений СПО под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Высшая школа, 2017г.
3. «Безопасность жизнедеятельности». Учебное пособие для студентов учреждений СПО под общей редакцией С.В. Белова. - М.: Высшая школа, 2016г.
4. «Гражданская оборона». Учебное пособие под общей редакцией Е.П. Шубина. - М.: Просвещение, 2018г.
5. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 10-11 - го класса общеобразовательных учреждений под редакцией Ю.Л. Воробьева. - М.: ООО «Издательство АСТ», 2018г.
6. «Охрана безопасности жизнедеятельности». Учебное пособие под редакцией А.В. Наследухова. - М.: АСТ - Пресс 2017г.

### Дополнительные источники:

1. ФЗ РФ «Об обороне» 31.05.96г.
2. ФЗ РФ «О воинской обязанности и военной службе» 28.03.98г.
3. ФЗ РФ «О статусе военнослужащих» 27.05.98г.
4. Общевоинские уставы ВС РФ. - М.: Воениздат, 1994г.
5. «Безопасность жизнедеятельности. Производственная безопасность и охрана труда». Учебное пособие для студентов учреждений СПО под общей редакцией П.П. Кукина. - М.: Высшая школа, 2001г.
6. «Основы безопасности жизнедеятельности». Информационно - методическое издание для преподавателей. - М., 2001г.
7. «Основы безопасности жизнедеятельности». Информационно - методическое издание для преподавателей. - М., 2000г.
8. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. гл. 4, стр. 8-24.
9. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. тема 5, стр. 41-56.
10. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. гл. 2-6, стр. 6-71.
11. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. тема 6, стр. 3-24.
12. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. гл. 2-4, стр. 3-6; 11-13.

### Интернет-ресурсы

1. <http://prezentacii.com/obzli/>
2. <http://bjd-online.rii/>
3. [http://armyrus.rti/index.php?option=com\\_content&task=view&id=30&Itemid](http://armyrus.rti/index.php?option=com_content&task=view&id=30&Itemid)
4. [http://vk.bstLi.ru/book\\_1\\_I/list.htm](http://vk.bstLi.ru/book_1_I/list.htm)
5. <http://www.sigmamsk.ru/catalog/1/42.html>
6. <http://festival.1september.ru/articles/415115/>
7. [http://vts.hudson.cc/index.php?option=com\\_content&task=view&id=428&Itemid](http://vts.hudson.cc/index.php?option=com_content&task=view&id=428&Itemid)