Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Нестерова Людмила Викторовна
Должность: Директор филиала ИндИ (филиал) ФГБОУ ВО "ЮГУ"
Дата подписания: 31.05.2022 09:02:35
Уникальный программный ключ:
381fbe5f0c4ccc6e500e8bc981c25bb218288e83

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Индустриальный институт (филиал)
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Югорский государственный университет»
(ИндИ (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ»)

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по выполнению индивидуальных заданий

ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИДЕЯТЕЛЬНОСТИ

38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)»

Нефтеюганск
2021

РАССМОТРЕНО:
Предметной (цикловой)
комиссией МиЕНД
Протокол № 1 от 09.09.2021г.
Председатель ПЦК
_____ Ю.Г. Шумскис

СОГЛАСОВАНО:
заседанием Методсовета
протокол № 1 от 16.09.2021г.
Председатель методсовета
_____ Н.И. Савватеева

Методические указания по выполнению индивидуальных заданий по учебной дисциплине ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности разработаны в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины для специальности 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)».

Разработчик: Сагдатдинова О.С. – преподаватель ИндИ (филиала) ФГБОУ ВО «ЮГУ»

Содержание

Пояснительная записка……...4
1. Карта индивидуальных заданий обучающегося…….…6
2. Порядок выполнения индивидуальных заданий обучающимся……...8
   2.1. Инструкция по овладению навыками индивидуальных заданий……...8
   2.2. Инструкция по выполнению индивидуальных заданий……..…….18
Информационные источники……...24

Пояснительная записка

Методические указания по выполнению индивидуальных заданий по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» составлены в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для специальности 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)».

Целью методических указаний является обеспечение эффективности индивидуальных заданий, обучающихся на основе организации их выполнения.

Задачами методических указаний по выполнению индивидуальных заданий являются:

- активизация индивидуальных заданий, обучающихся;
- содействие развития творческого отношения к данной учебной дисциплине;
- выработка умений и навыков рациональной работы с литературой;
- управление познавательной деятельностью обучающихся.

Методические указания по выполнению индивидуальных заданий состоят из карты индивидуальных заданий обучающегося, порядка выполнения индивидуальных заданий обучающимся, инструкции по овладению навыками индивидуальных заданий, инструкции по овладению индивидуальных заданий, списка литературы.

В карте индивидуальных заданий обучающегося указаны наименования тем, которые вынесены на индивидуальное изучение, наименование индивидуальных заданий, количество часов, отведённых на выполнение индивидуальных заданий и формы контроля.

Для выполнения индивидуальных заданий необходимо пользоваться рекомендуемой литературой, а также можно пользоваться другими источниками информации по усмотрению обучающегося.

Выполненные работы позволяют приобрести не только знания, но и умения, навыки, а также выработать свою методику подготовки к занятиям, что очень важно в дальнейшем.

Контроль выполнения индивидуальных заданий проводится преподавателем в аудитории.

Предусмотрены следующие виды контроля:

-устный опрос;

- письменный опрос.

Результаты контроля выставляются преподавателем в журнал учебных занятий.

В данном методическом указании по выполнению индивидуальных заданий описаны обязательные и предоставленные по выбору формы индивидуальных заданий, обучающихся

при изучении учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», дан порядок их выполнения.

Методические указания по выполнению индивидуальных заданий содержат список литературы, необходимой для выполнения индивидуальных заданий обучающимися.

В дальнейшем методические указания по выполнению индивидуальных заданий могут перерабатываться при изменении рабочей программы учебной дисциплины.

Индивидуальные задания выполняются в рабочей тетради обучающегося, за исключением тех работ, которые требуют иного оформления.

1. Карта индивидуальных заданий обучающегося

№ рабо-ты	Наименование темы	Наименование индивидуальных заданий	Часы	Форма контроля
1	Факторы, способствующие укреплению здоровья	Подготовка реферата по теме: «Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы»	2	Письменный опрос
2	Факторы, способствующие укреплению здоровья	Подготовка доклада по теме: «Роль физической культуры в сохранении здоровья»	1	Устный опрос
3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	Подготовка реферата по теме: «Взаимодействие человека и среды обитания»	2	Письменный опрос
4	Вредные привычки и их профилактика	Обзор литературы по теме: «Алкоголь и курение. Их влияние на здоровье и поведение человека»	3	Письменный опрос
5	Вредные привычки и их профилактика	Обзор СМИ по теме: «Наркотики и их пагубное воздействие на организм»	3	Письменный опрос
6	Правила и безопасность дорожного движения	Составление памятки для пешеходов «Правила поведения на дороге»	3	Письменный опрос
7	Общие понятия и классификация ЧС природного и техногенного характера.	Заполнение таблицы «Классификация чрезвычайных ситуаций»	1	Письменный опрос
8	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	Составление схемы структуры гражданской обороны Российской Федерации	2	Письменный опрос
9	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Подготовка презентации по теме: «МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	Письменный опрос
10	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Заполнение таблицы по теме: «Государственные службы в области безопасности»	2	Письменный опрос
11	Воинская обязанность	Подготовка реферата по теме: «Основные понятия о воинской обязанности»	2	Устный опрос

12	Обязательная подготовка граждан к военной службе	Подготовка доклада по теме: «Добровольная подготовка граждан к военной службе».	1	Устный опрос
13	Как стать офицером Российской армии	Составление конспекта по теме: «Как стать офицером Российской армии»	3	Письменный опрос
14	Боевые традиции ВС РФ	Заполнение таблицы по теме: «Дни воинской славы России — дни славных побед».	1	Письменный опрос
15	Травмы и их виды. Первая помощь при травматических повреждениях	Подготовка презентации по теме: «Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией»	1	Письменный опрос
16	Кровотечения и их виды. Первая помощь при кровотечениях	Заполнение таблицы по теме: «Виды кровотечений»	1	Письменный опрос
17	Основные виды и степени ожогов. Первая помощь при ожогах	Подготовка доклада по теме: «Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека»	1	Устный опрос
18	Отморожения и их степени. Первая помощь при отморожениях	Заполнение таблицы по теме: «Степени отморожений»	1	Письменный опрос
19	Первая помощь при отсутствии сознания, остановке сердца	Составление конспекта по теме: «Правила поведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания »	2	Письменный опрос
20	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	Заполнение таблицы по теме: «Классификация инфекционных болезней»	1	Письменный опрос

2. Порядок выполнения индивидуальных заданий обучающимся

2.1 Инструкция по овладению навыками индивидуальных заданий

1. Подготовка реферата

Реферат (от латинского refero — докладываю, сообщаю) — краткое изложение содержания документа или его части, включающее основные фактические сведения и выводы, необходимые для первоначального ознакомления с документом и определения целесообразности обращения к нему. В учебном процессе реферат понимается в более широком смысле: это — краткое изложение в письменном виде или в форме публичного доклада содержания книги, учения, научной проблемы, результатов научного исследования и т.п.

Реферату должны быть присущи следующие категории:

- целостность (содержательно-тематическая, стилевая, языковая),
- связность (логическая и формально-языковая),
- структурная упорядоченность (наличие введения, основной части и заключения, их оптимальное соотношение),
- завершенность (смысловая и жанрово-композиционная).

В зависимости от количества реферируемых источников выделяют следующие виды рефератов: монографические (написанные на основе одного источника) и обзорные (созданные на основе нескольких исходных текстов, объединенных общей темой и сходными проблемами исследования).

По виду представленной информации и способу ее изложения рефераты делятся на: информативные, или рефераты–конспекты, достаточно полно излагающие все основные положения, доказательства и выводы исходного текста, и индикативные, или рефераты–резюме, которые перечисляют лишь главные положения и выводы по ним без изложения доказательств.

Реферат выполняется в соответствии с общими требованиями к подготовке и оформлению рефератов в НИК (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ».

Критерии оценки реферата:

Оценка «5» ставится, в случае если выполнены все требования к написанию и защите: 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, соблюдены требования к оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка «4» - 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; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка «3» - имеются существенные отступления от требований. В частности, тема оснащена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка «2» - тема не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

2. Подготовка доклада

Доклад – это словесное или письменное изложение сообщения на определенную тему. Способствует формированию навыков исследовательской, работы расширяет познавательные интересы, приучает практически мыслить. При написании доклада по заданной теме следует составить план, подобрать основные источники. Работая с источниками, следует систематизировать полученные сведения, сделать выводы и обобщения.

Составление доклада осуществляется по следующему алгоритму:

1. Подобрать литературу по данной теме, познакомиться с её содержанием.
2. Пользуясь закладками отметить наиболее существенные места или сделать выписки.
3. Составить план доклада.
4. Написать доклад, в заключении которого обязательно выразить своё мнение и отношение к излагаемой теме и её содержанию.
5. Прочитать текст и отредактировать его.
6. Оформить в соответствии в соответствии с общими требованиями к подготовке и оформлению рефератов в НИК (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ».

Критерии оценки доклада:

Оценка «5» ставится, в случае если выполнены все требования к написанию и защите: 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, соблюдены требования к оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка «4» - основные требования к докладу и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка «3» - имеются существенные отступления от требований. В частности, тема оснащена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка «2» - тема не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

3. Составление таблицы и её заполнение

Составление сводной (обобщающей) таблицы по теме – это вид самостоятельной работы обучающегося по систематизации объёмной информации, которая сводится (обобщается) в рамки таблицы. Формирование структуры таблицы отражает склонность обучающегося к систематизации материала и развивает его умения по структурированию информации. Краткость изложения информации характеризует способность к её свертыванию. В рамках таблицы наглядно отображаются как разделы одной темы (одноплановый материал), так и разделы разных тем (многоплановый материал). Такие таблицы создаются как помощь в изучении большого объема информации, желая придать ему оптимальную форму для запоминания. Задание чаще всего носит обязательный характер, а его качество оценивается по качеству знаний в процессе контроля. Оформляется письменно.

Критерии оценки заполнения таблицы:

Оценка «5» ставится, если таблица оформлена и заполнена в полном объёме; смысловые части выделены правильно.

Оценка «4» - таблица заполнена в полном объёме небрежно или допущена ошибка;

Оценка «3» - таблица заполнена не в полном объёме с более 3-х замечаний;

Оценка «2» ставится, если выполнено менее 2\3 работы или допущено больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки «3» и «4».

4. Обзор литературы

Обзор литературы (литобзор, ревю) — часть или полностью научное исследование, состоящее из изучения опубликованных работ по избранной теме.

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

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

Обзор литературы осуществляется по следующему алгоритму:

1. Самостоятельно просмотрите видеоролики, документальные фильмы на сайтах, рекомендуемых интернет - источников по данной теме.
2. Постарайтесь вникнуть в сюжет просматриваемых видео, после просмотра составьте план из числа наиболее важных на ваш взгляд проблем.
3. Проанализируйте каждый источник информации по отдельности.
4. Результаты работы оформите в письменном виде в тетради для самостоятельных работ.
5. При возникновении затруднений по выполнению данного вида работы, обратиться к преподавателю за консультацией.

Критерии оценки по выполнению обзора литературы:

Оценка «5» ставится, если обзор литературы выполнен правильно; раскрыта глубина содержания материала; если работа выполнена полностью, без ошибок; даны правильные ответы на заданные вопросы; сделаны необходимые выводы.

Оценка «4» ставится, если обзор литературы выполнен не совсем правильно, в ней допущены одна ошибка или не более двух недочетов; допущены ошибки при оформлении работы, работа выполнена небрежно; выводы сделаны недостаточно полно.

Оценка «3» ставится, если выполнено 2\3 всей работы или допущено не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка «2» ставится, если выполнено менее 2\3 работы или допущено больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки «3» и «4».

5. Обзор СМИ

Средства массовой информации (с фр. калька) – это система сообщения визуальной, словесной, звуковой информации по принципу широковещательного канала, которая охватывает массовую аудиторию и имеет периодическую форму распространения.

К видам СМИ относятся:

- Печатные издания (журналы и газеты);
- Электронные СМИ (интернет-издания, радио, телевидение);

Средства массовой информации (СМИ) – это способ, позволяющий донести разного рода информацию, используя принцип широковещательного канала. Они вещают для большой аудитории, их работа постоянная. СМИ доносят до народа различную информацию – словесную, звуковую, визуальную.

При обзоре СМИ следует руководствоваться следующими рекомендациями:

1. Изучить рекомендуемые источники СМИ, законспектировать в рабочей тетради, продумать план своего выступления на занятии. Продумывание материала в соответствии с поставленными в плане вопросами — главный этап самостоятельной работы и залог успешного выступления.

2. При возникновении затруднений по выполнению данного вида работы, обратиться к преподавателю за консультацией.

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если обзор СМИ полностью соответствует предложенной теме; наличие в тексте убедительных фактов и аргументов; сделаны правильно выводы и проработана логика изложения.

Оценка «4» ставится, если обзор СМИ выполнен недостаточно правильно, есть недочеты в изложенном материале; работа выполнена небрежно; выводы сделаны недостаточно полно.

Оценка «3» ставится, если выполнено 2\3 всей работы и обзор СМИ не полностью соответствует предложенной теме.

Оценка «2» ставится, если выполнено менее 2\3 работы или есть замечания и недочеты, обзор СМИ не соответствует предложенной теме.

6. **Составление памятки**

В современном понятии памятка – это средство вербальной и/или визуальной передачи информации, краткое изложение какого-либо вопроса или проблемы, а также самые важные сведения, которыми надо руководствоваться в определенных жизненных ситуациях или при выполнении определенной операции.

Виды памяток

По характеру содержания можно выделить следующие виды памяток:

- Памятка-алгоритм, в которой все предлагаемые действия жестко фиксированы, их последовательность обязательна (например, комплекс упражнений лечебной гимнастики, действия при появлении признаков инсульта, гипертонического криза и т.д.).
- Памятка-инструкция, в которой даются конкретные указания о необходимости конкретных действий, шагов (пример: техника измерения АД, подсчет индекса массы тела, количества хлебных единиц в продуктах и т.д.).
- Памятка-совет, рекомендация. В ней целевая группа получает рекомендации о том, при каких условиях то или иное действие (деятельность) осуществляется успешно (например, как сознательно ограничить употребление алкогольных напитков или снизить потребление соли, способы быстрого снятия стресса и т.д.).
- Памятка-разъяснение, в которой опровергаются устоявшиеся мнения и стереотипы и утверждаются другие, основанные на более современных научных исследованиях.
- Памятка-стимул, доминантой которой является стимулирование человека, раскрытие перспектив его деятельности и т.п. (например, сопоставление жизни с наркотиками и без них). Памятка «вопрос-ответ».

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если памятка составлена правильно; материал раскрыт полно, последовательно; памятка содержит иллюстрации по теме.

Оценка «4» ставится, если памятка составлена правильно; но не в полном объёме раскрыта глубина содержания предложенного материала; памятка содержит иллюстрации.

Оценка «3» ставится, если выполнено 2\3 всей работы, допущено не более одной грубой ошибки и двух недочетов при составлении и оформлении памятки.

Оценка «2» ставится, если выполнено менее 2\3 работы или есть замечания и недочеты по составлению и оформлению.

7. Подготовка презентации

Презентация (от англ. «presentation» — представление) — это набор картинок-слайдов на определенную тему, которые хранятся в файле специального формата. На каждом слайде можно содержать произвольную текстовую, графическую или видеоинформацию, анимацию, звук из подготовленного аудиофайла, а также и записанный с микрофона. Презентации легко создавать с помощью программы MS PowerPoint.

Критерии оценки презентации:

Оценка «5» ставится, в случае если выполнены все требования к оформлению и защите: обозначена тема, изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, соблюдены требования к оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка «4» - основные требования к презентации и её защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка «3» - имеются существенные отступления от требований. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка «2» - тема не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

8. Составление схемы

Составление схем – это более простой вид графического способа отображения информации. Задания по составлению схем удобны, особенно там, где представлен большой объём информации.

Схемы отражают точность и лаконичность ответов, формулировок, необходимых для точной визуализации задания.

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если схема составлена правильно и в полном объёме; смысловые части схемы выделены правильно.

Оценка «4» - схема составлена в полном объёме, но небрежно или допущена ошибка;

Оценка «3» - схема составлена не в полном объёме с более 2-х замечаний;

Оценка «2» ставится, если составлено менее 2\3 схемы, допущено больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки «3» и «4».

9. Составление конспекта

Конспект - это краткое, связное и последовательное изложение констатирующих и аргументирующих положений текста. В ходе выполнения работы обучающийся читает текст учебника и подразделяет его на основные смысловые части, выделяет главные мысли, понятия, взаимосвязи, делает выводы.

Составление конспекта осуществляется по следующему алгоритму:

1. В ходе выполнения работы обучающийся читает параграф и подразделяет его на основные смысловые части, выделяет главные мысли, понятия, взаимосвязи, делает выводы.
2. Как писать конспект:

- В ходе подготовки к составлению конспекта изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы.
- Прочитайте текст и выделите основные смысловые компоненты.
- Составьте план - основу конспекта.

  Основное содержание каждого смыслового компонента законспектируйте в тетради после наименования темы;
- Прочитайте еще раз текст и проверьте полноту выписанных идей;
- Наиболее существенные положения изучаемого материала (тезисы) последовательно и кратко излагайте своими словами или приводите в виде цитат;

В конспект включаются не только основные положения, но и обосновывающие их выводы, конкретные факты и примеры (без подробного описания);

- Составляя конспект, можно отдельные слова и целые предложения писать сокращенно, выписывать только ключевые слова, вместо цитирования делать лишь ссылки на страницы конспектируемой работы, применять условные обозначения;
- Для того чтобы форма конспекта как можно более наглядно отражала его содержание, располагайте абзацы «ступеньками» подобно пунктам и подпунктам плана, применяйте разнообразные способы подчеркивания, используйте карандаши и ручки разного цвета.
- Используйте реферативный способ изложения, например, «Автор считает…»
- Собственные комментарии, вопросы, раздумья располагайте на полях.

Своевременное и качественное выполнение самостоятельной работы базируется на соблюдении настоящих правил и изучении рекомендованной литературы.

Правила оформления конспекта:

- Конспект должен быть оформлен в рабочей тетради обучающегося;
- Конспект должен начинаться с наименования темы;
- Каждый новый смысловой компонент должен начинаться с нового абзаца;
- Определения, термины должны быть выделены (подчеркиванием, другим цветом);
- В конспекте необходимо оставить место (широкие поля) для дополнений, заметок, записи незнакомых терминов и имен, требующих разъяснений.

Критерии оценки конспекта:

Оценка «5» ставится, если конспект составлен правильно; тема раскрыта полностью, смысловые части выделены в соответствии;

Оценка «4» - работа выполнена с исправлениями; тема раскрыта полностью, смысловые части выделены правильно, конспект оформлен в соответствии с правилами оформления конспекта;

Оценка «3» - работа выполнена с исправлениями; тема раскрыта не полностью, смысловые части выделены правильно, конспект оформлен в соответствии с правилами оформления конспекта.

Оценка «2» - конспект не в полном объёме или не составлен вообще, обнаруживаются существенные ошибки.

10. Подготовка к устному опросу

Ответ нужно строить так, чтобы всё в нём было подчинено одной главной мысли. Готовясь к устному или письменному ответу, обдумайте, с какой целью вы будете говорить, какую мысль и как доказывать, в чём убеждать и к каким выводам подводить.

Подберите материал и составьте план ответа.

Определите стиль своего ответа и соответствующие ему выразительные средства.

Определите, как будете говорить: торжественно, спокойно, критически, громко, тихо, в каком темпе.

Проговорите свой ответ перед зеркалом или близким людям, другу или подруге, словами, жестами, мимикой.

Критерии оценки:

Оценка «5» обучающийся глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы.

Оценка «4» - обучающийся твёрдо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьёзных ошибок.

Оценка «3» - обучающийся знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно чётко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя.

Оценка «2» - обучающийся имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки.

3. 2.1 Инструкция по выполнению индивидуальных заданий

Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.

Индивидуальное задание № 1

Подготовка реферата по теме: «Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы».

Методические указания: *подготовить реферат в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья

Индивидуальное задание № 2

Подготовка доклада «Роль физической культуры в сохранении здоровья»

Методические указания: *подготовить доклад в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека

Индивидуальное задание № 3

Подготовка реферата по теме: «Взаимодействие человека и среды обитания»

Методические указания: *подготовить реферат в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 1.4 Вредные привычки и их профилактика

Индивидуальное задание № 4

Обзор литературы по теме: «Алкоголь и курение. Их влияние на здоровье и поведение человека»

Методические указания: *обзор литературы провести в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 1.4 Вредные привычки и их профилактика

Индивидуальное задание № 5

Обзор СМИ по теме: «Наркотики и их пагубное воздействие на организм человека»

Методические указания: *провести обзор СМИ в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1*

Тема 1.5 Правила и безопасность дорожного движения

Индивидуальное задание № 6

Составление памятки по ПДД «Правила поведения на дороге»

Методические указания: *составить памятку в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 2.1 Общие понятия и классификация ЧС природного и техногенного характера

Индивидуальное задание № 7

Заполнение таблицы по теме: «Классификация чрезвычайных ситуаций»

Методические указания: *заполнить таблицу в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Таблица «Классификация чрезвычайных ситуаций» оформляется и заполняется в рабочей тетради обучающегося по предложенной форме

Класс (уровень) ЧС	**Пострада ло, чел.**	**Нарушены условия жизни, чел.**	**Материальный ущерб, тыс.**	**Граница действия поражающих факторов в пределах**
Локальные				
Муниципальные				
Межмуниципальные				
Региональные				
Межрегиональные				
Федеральные				
Трансграничные				

Тема 2.4 Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций

Индивидуальное задание № 8

Составление схемы структуры гражданской обороны Российской Федерации

Методические указания: *составить схему в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 2.8 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан

Индивидуальное задание № 9

Подготовка доклада с презентацией по теме: «МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Методические указания: *подготовить доклад в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Индивидуальное задание № 10

Заполнение таблицы «Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан»

Методические указания: *заполнить таблицу в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Таблица «Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан» оформляется и заполняется в тетради для самостоятельной работы обучающегося по предложенной форме

Вид службы	Функции службы	Задачи служб

Тема 3.3 Воинская обязанность

Индивидуальное задание № 11

Подготовка реферата «Основные понятия о воинской обязанности»

Методические указания: *подготовить реферат в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 3.4 Обязательная подготовка граждан к военной службе

Индивидуальное задание № 12

Подготовка доклада «Добровольная подготовка граждан к военной службе»

Методические указания: *подготовить доклад в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 3.6 Как стать офицером Российской армии

Индивидуальное задание № 13

Составление конспекта «Как стать офицером Российской армии»

Методические указания: *составить конспект в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 3.7 Боевые традиции ВС РФ

Индивидуальное задание № 14

Заполнение таблицы «Дни воинской славы России — дни славных побед»

Методические указания: *заполнить таблицу в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Таблица «Дни воинской славы России — дни славных побед» оформляется и заполняется в тетради для самостоятельной работы обучающегося по предложенной форме

Дата	Событие

Тема 4.2 Травмы и их виды. Первая помощь при травматических повреждениях

Индивидуальное задание № 15

Подготовка презентации «Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией»

Методические указания: *подготовить презентацию в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 4.3 Кровотечения и их виды. Первая помощь при кровотечениях

Индивидуальное задание № 16

Заполнение таблицы «Виды кровотечений»

Методические указания: *заполнить таблицу в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Таблица «Виды кровотечений» оформляется и заполняется в рабочей тетради обучающегося по предложенной форме

Виды кровотечения	**Признаки кровотечений**	**Первая помощь при кровотечениях**

Тема 4.4 Основные виды и степени ожогов. Первая помощь при ожогах

Индивидуальное задание № 17

Подготовка доклада «Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека»

Методические указания: *подготовить доклад в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 4.5 Отморожения и их степени. Первая помощь при отморожениях

Индивидуальное задание № 18

Заполнение таблицы «Степени отморожений»

Методические указания: *заполнить таблицу в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1*

Таблица «Степени отморожений» оформляется и заполняется в рабочей тетради обучающегося по предложенной форме

Степени отморожений	**Признаки отморожений**	**Первая помощь при отморожениях**

Тема 4.7 Первая помощь при отсутствии сознания, остановке сердца

Индивидуальное задание № 19

Составление конспекта «Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания»

Методические указания: *составить конспект в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Тема 4.8 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика

Индивидуальное задание № 20

Заполнение таблицы «Классификация инфекционных заболеваний»

Методические указания: *заполнить таблицу в соответствии с порядком выполнения индивидуального задания п. 2.1*

Таблица «Классификация инфекционных заболеваний» оформляется и заполняется в рабочей тетради обучающегося по предложенной форме

Группа инфекционных заболеваний	**Краткая характеристика**	**Инфекции, входящие в группу**

Информационные источники:

Основные источники

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений СПО / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – 6-е изд., стер. - Москва: Академия, 2019. – 368 с.- ISBN 978-5-4468-7894-9. –Текст: непосредственный.
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: http://biblio-online.ru/bcode/450781 (дата обращения: 07.06.2021).
3. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: http://biblio-online.ru/bcode/450749 (дата обращения: 07.06.2021).
4. Сычев, Ю. Н. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Ю. Н. Сычев. — Москва: ИНФРА-М, 2019. - 204 с. - ISBN 978-5-16-015260-8. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1021141 (дата обращения: 07.06.2021).
5. Мельников, В. П. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.П. Мельников, А.И. Куприянов, А.В. Назаров; под ред. проф. В.П. Мельникова — М.: КУРС, НИЦ ИНФРА-М, 2020. — 368 с. - ISBN 978-5-906923-11-0. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1069174 (дата обращения: 07.06.2021).
6. Никифоров, Л.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Л.Л. Никифоров, В.В. Персиянов. — Москва: ИНФРА-М, 2019. — 297 с. - ISBN 978-5-16-014043-8 (print); ISBN 978-5-16-106878-6 (online). - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1017335 (дата обращения: 07.06.2021).

Дополнительные источники

1. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы: строевая, огневая и тактическая подготовка, военная топография: учебник / В.Ю. Микрюков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2020. — 384 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-00091-623-0. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1042611 (дата обращения: 07.06.2021). – Режим доступа: по подписке.
2. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях: учебник / В. А. Бондаренко, С. И. Евтушенко, В. А. Лепихова [и др.]. - 2-е изд. - Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2020. - 224 с. - ISBN 978-5-369-01784-5. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1064078 (дата обращения: 07.06.2021).

Интернет-ресурсы

1. МЧС РФ: официальный сайт. - URL: www.mchs.gov.ru - Текст: электронный.
2. МВД РФ: официальный сайт. - URL: www.mvd.ru - Текст: электронный
3. Министерство обороны РФ: официальный сайт. - URL: www.mil.ru - Текст: электронный
4. ФСБ РФ: официальный сайт. - URL: www.fsb.ru - Текст: электронный

5. Центральный музей Военно-Воздушных Сил РФ: официальный сайт. - URL: www.monino.ru - Текст: электронный.
6. Электронная библиотечная система Znanium: сайт.- URL: https://znanium.com/ Текст: электронный.
7. Электронная библиотечная система Юрайт: сайт. - URL: https://urait.ru - Текст: электронный.