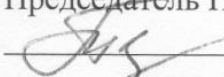


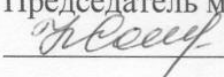
НЕФТЕЮГАНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ
(филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего
образования «Югорский государственный университет»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
по выполнению самостоятельных работ
по учебной дисциплине
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
для специальностей

08.02.01, 08.02.09, 15.02.01, 21.02.01, 21.02.02, 38.02.01

Нефтеюганск
2016

ОДОБРЕНА:
Предметной (цикловой)
комиссией
Протокол №1 от 15.09.16
Председатель П(Ц)К
 Т.А. Кунаикова

Утверждена:
заседанием методсовета
Протокол № 1 от 22.09.16
Председатель методсовета
 Н.И. Савватеева

Методические указания по выполнению самостоятельных работ по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» разработаны для реализации среднего общего образования.

Организация – разработчик: Нефтеюганский индустриальный колледж (филиал) федерального бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Югорский государственный университет».

Разработчик: Сагдатдинова О.С. – преподаватель НИК (филиала) федерального бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Югорский государственный университет».

Содержание

Пояснительная записка.....	4
1. Карта самостоятельной работы обучающегося.....	6
2. Порядок выполнения самостоятельной работы обучающегося.....	7
2.1 Инструкция по овладению навыками самостоятельной учебной работы.....	7
2.2 Инструкция по выполнению самостоятельной учебной работы.....	16
Список литературы.....	23

Пояснительная записка

Методические указания по выполнению самостоятельных работ по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» составлены в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» для всех специальностей.

Целью методических указаний является обеспечение эффективности самостоятельной работы обучающихся на основе организации их выполнения.

Задачами методических указаний по выполнению самостоятельных работ являются:

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

Методические указания по выполнению самостоятельных работ состоят из карты самостоятельной работы обучающегося, порядка выполнения самостоятельной работы обучающимся, инструкции по овладению навыками самостоятельной учебной работы, инструкции по овладению самостоятельной учебной работы, списка литературы.

В карте самостоятельной работы указаны наименования тем, которые вынесены на самостоятельное изучение, наименование самостоятельных работ, количество часов, отведённых на выполнение самостоятельной работы, обязательные формы самостоятельной работы и формы контроля.

Для выполнения самостоятельной работы необходимо пользоваться рекомендованной литературой, интернет-источниками и другими источниками 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 самостоятельной работы проводится преподавателем в аудитории.

Предусмотрены следующие виды контроля:

- устный опрос;
- письменный опрос.

Результаты контроля выставляются преподавателем в журнал учебных занятий.

В данном методическом указании описаны обязательные и предоставленные по выбору формы самостоятельной работы обучающихся при изучении дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», дан порядок их выполнения.

Методические указания содержат список литературы, необходимой для выполнения самостоятельной работы обучающихся.

В дальнейшем методические указания могут перерабатываться при изменении рабочей программы учебной дисциплины.

Самостоятельная работа обучающегося выполняется в рабочей тетради для выполнения самостоятельных работ, за исключением тех работ, которые требуют иного оформления.

1. Карта самостоятельной работы обучающегося

№ п/п	Тема практической работы	Часы	Форма контроля
1	Самостоятельная работа №1. Заполнение таблицы «Классификация ЧС».	2	Письменный опрос
2	Самостоятельная работа №2. Подготовка доклада по теме: «ЧС природного характера характерные для территории ХМАО, действия в них».	2	Устный опрос
3	Самостоятельная работа №3. Подготовка презентации по теме «Средства индивидуальной защиты».	2	Письменный опрос
4	Самостоятельная работа №4. Подготовка ответов на контрольные вопросы.	2	Письменный опрос
5	Самостоятельная работа №5. Подготовка презентации по теме: «Пожароопасные и взрывоопасные объекты»	2	Письменный опрос
6	Самостоятельная работа №6. Составить конспект по теме: «Экологическая безопасность в России».	2	Письменный опрос
7	Самостоятельная работа №7. Подготовка презентации по теме: «Влияние сотовой связи на организм человека»	2	Письменный опрос
8	Самостоятельная работа №8. Подготовка презентации по теме: «Мероприятия по обеспечению личной безопасности»	2	Письменный опрос
9	Самостоятельная работа №9. Подготовка ответов на контрольные вопросы.	2	Письменный опрос
10	Самостоятельная работа №10. Заполнение таблицы «Виды ран».	2	Письменный опрос
11	Самостоятельная работа №11. Подготовка ответов на устные вопросы.	2	Устный опрос
12	Самостоятельная работа №12. Составление схемы «Структура Вооружённых Сил Российской Федерации».	2	Письменный опрос
13	Самостоятельная работа №13. Обзор СМИ по теме: «Возможные войны или конфликты против России».	2	Письменный опрос
14	Самостоятельная работа №14. Подготовка сообщения по теме: «Правила приёма в военные образовательные учреждения гражданской молодёжи».	2	Устный опрос
15	Самостоятельная работа №15. Заполнение таблицы «Уставы ВС РФ»	2	Письменный опрос
16	Самостоятельная работа №16. Подготовка ответов на устные вопросы.	2	Устный опрос
17	Самостоятельная работа №17. Подготовка к зачёту.	2	Устный опрос
Итого:		34	

2. Порядок выполнения самостоятельной работы обучающимся

2.1 Инструкция по овладению навыками самостоятельной учебной работы

1. Подготовка сообщения

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

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

Регламент времени на озвучивание сообщения – до 5 мин.

Для подготовки сообщения нужно:

1. собрать и изучить литературу по теме;
2. составить план или графическую структуру сообщения;
3. выделить основные понятия;
4. ввести в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения;
5. оформить текст письменно;
6. сдать на контроль преподавателю и озвучить в установленный срок.

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

Критерии оценки сообщения:

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 сообщению 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 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 объеме; смысловые части выделены правильно.

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

Оценка «3» - таблица заполнена не в полном объеме 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 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 широкоэмитательного 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.

5. 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 видеoinформацию, анимацию, звук из подготовленного аудиофайла, а так же 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.

6. 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».

7. 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 тетради;
- 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.

8. 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.

9. Подготовка ответов на контрольные вопросы

Подготовка ответов на контрольные вопросы - один из методов активизации творческого процесса.

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.

10. Подготовка к зачёту является

Основной формой учета (контроля) успеваемости и знаний обучающихся являются зачеты.

Обучающиеся заранее должны подготовиться к устному зачёту по вопросам.

Устный зачет проводится в форме устной беседы без предоставления времени на обдумывание вопросов, т.е. собеседование по предложенному обучающемуся вопросу производится без подготовки к ответу по изученным разделам курса или его частям. Во время зачёта обучающиеся должны продемонстрировать и знания, и умения вести полемику и отстаивать свою точку зрения.

2.2 Инструкция по выполнению самостоятельной учебной работы

Тема 1.1 Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера Самостоятельная работа №1.

Заполнение таблицы «Классификация ЧС».

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

Таблица «ЧС природного, техногенного и военного характера» оформляется и заполняется в тетради для самостоятельной работы обучающегося по предложенной форме

Наименование ЧС	Пределы распространения	Кем осуществляется ликвидация
Локальная ЧС	Зона ЧС не выходит за пределы субъекта РФ	силами и средствами органов исполнительной власти субъекта РФ.
Местная ЧС		
Территориальная ЧС		
Региональная ЧС		<i>Ликвидация региональной и федеральной ЧС осуществляется силами и средствами органов исполнительной власти субъектов РФ, оказавшихся в зоне ЧС.</i>
Федеральная ЧС		
Глобальная ЧС		
<i>При недостаточности собственных сил и средств для ликвидации локальной, местной,</i>		за помощью к

территориальной, региональной и федеральной ЧС соответствующие комиссии по чрезвычайным ситуациям (КЧС) могут обращаться ... ■▶	вышестоящим КЧС.
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------

Тема 1.2 Организационные основы по защите населения от ЧС мирного и военного времени

Самостоятельная работа №2.

Подготовка доклада по теме: «ЧС природного характера характерные для территории ХМАО, действия в них».

Методические указания: подготовить доклад в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Тема 1.3 Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций (ЧС) мирного и военного времени

Самостоятельная работа №3.

Подготовка презентации по теме «Средства индивидуальной защиты».

Методические указания: подготовить презентацию в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Тема 1.4 Защита населения при авариях (катастрофах) на транспорте

Самостоятельная работа №4.

Подготовка ответов на контрольные вопросы.

Методические указания: подготовить ответы на контрольные вопросы в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Контрольные вопросы:

1. Какие существуют рекомендации по обеспечению безопасности во время аварии на автотранспорте?
2. Что следует делать при возникновении пожара в общественном транспорте?
3. Как обезопасить себя при аварийной посадке самолёта?
4. Как обезопасить себя при экстренном торможении поезда?
5. Какие аварийные ситуации могут произойти на борту самолёта во время полёта?

Тема 1.5 Защита населения при авариях (катастрофах) на производственных объектах-

Самостоятельная работа №5.

Подготовка презентации по теме: «Пожароопасные и взрывоопасные объекты»

Методические указания: подготовить презентацию в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Тема 1.6 Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке

Самостоятельная работа №6.

Составить конспект по теме: «Экологическая безопасность в России».

Используя, интернет ресурсы составьте конспект по теме: «Экологическая безопасность в России».

Методические указания: составить конспект в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Тема 1.7 Вредные и опасные производственные факторы (ВОПФ)

Самостоятельная работа №7.

Подготовка презентации по теме: «Влияние сотовой связи на организм человека»

Методические указания: подготовить презентацию в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Тема 1.8 Защита населения от террористических воздействий

Самостоятельная работа №8.

Подготовка презентации по теме: «Мероприятия по обеспечению личной безопасности»

Методические указания: подготовить презентацию в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Тема 1.9 Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики

Самостоятельная работа №9.

Подготовка ответов на контрольные вопросы.

Методические указания: подготовить ответы на контрольные вопросы в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Контрольные вопросы:

1. Что понимается под устойчивостью объекта?
2. Охарактеризуйте условия устойчивого функционирования объекта.
3. Каков порядок проведения исследования устойчивости объекта?
4. Перечислите основные мероприятия по повышению устойчивости объекта.

Тема 2.1. Основные правила оказания первой медицинской помощи (ПМП)

Самостоятельная работа №10.

Заполнение таблицы «Виды ран»

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

Таблица «Виды ран» оформляется и заполняется в тетради для самостоятельной работы обучающегося по предложенной форме

Вид ранения	Характерные признаки	Первая помощь

Тема 2.1. Основные правила оказания первой медицинской помощи (ПМП)

Самостоятельная работа №11.

Подготовка ответов на устные вопросы.

Методические указания: подготовить ответы на вопросы для устного ответа в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Вопросы:

1. Что такое рана, и какими признаками она характеризуется?
2. Какие различают виды ран? Чем они характеризуются?

3. Какие могут быть опасные осложнения ран?
4. Какие используют меры профилактики осложнений ран?
5. В чём заключается первая помощь при ранении?

Тема 3.1 Основы обороны государства

Самостоятельная работа №12.

Составление схемы «Структура Вооружённых Сил Российской Федерации».

Методические указания: составить схему в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Тема 3.2 Военная служба – особый вид федеральной государственной службы

Самостоятельная работа №13.

Обзор СМИ по теме: «Возможные войны или конфликты против России».

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

Тема 3.2 Военная служба – особый вид федеральной государственной службы

Самостоятельная работа №14.

Подготовка сообщения по теме: «Правила приёма в военные образовательные учреждения гражданской молодёжи».

Методические указания: подготовить сообщение в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Тема 3.3 Уставы Вооружённых Сил Российской Федерации

Самостоятельная работа №15.

Заполнение таблицы «Уставы ВС РФ»

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

Таблица «Уставы ВС РФ» оформляется и заполняется в тетради для самостоятельной работы обучающегося по предложенной форме

№ п/п	Название устава	Что определяет устав	Кто руководствуется уставом	На кого распространяется действие устава
1	Устав внутренней службы ВС РФ			
2	Дисциплинарный устав ВС РФ			
3	Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ			
4	Строевой устав ВС РФ			

Тема 3.3 Основы военной службы в воинских частях

Самостоятельная работа №16.

Подготовка ответов на устные вопросы.

Методические указания: подготовить ответы на вопросы для устного ответа в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Вопросы:

1. Что означает понятие «воинская обязанность»?
2. Что предусматривает воинская обязанность?
3. С какого момента гражданин приобретает статус военнослужащего?
4. Что такое внутренняя служба?
5. Каков порядок прохождения военной службы по призыву?

Самостоятельная работа №17.

Подготовка к зачёту

Методические указания: подготовиться к зачёту в соответствии с порядком выполнения самостоятельной работы п. 2.1

Теоретические вопросы:

1. Классификация чрезвычайных ситуаций.
2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, наиболее вероятных для ХМАО-Югры.
3. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.
4. Инженерные защитные сооружения.
5. Защита населения при авариях на производственных объектах.
6. Вредные и опасные производственные факторы.
7. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в качестве заложника.
8. Оповещение и информирование населения об опасности.
9. Основы обороны государства.
10. Порядок прохождения воинской службы.
11. Общевоинские уставы.
12. Правила безопасного поведения при пожарах.
13. Первичные средства пожаротушения.
14. Правила и приёмы остановки кровотечений.
15. Порядок и правила проведения реанимационных мероприятий.
16. Гигиенические основы рационального питания.

Список литературы

1. Бондин, В.И., Семехин, Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности [Текст]: учебное пособие. – Москва: ИНФРА-М: Академцентр, 2014. – 349 с.
2. Косолапова, Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – 3-е изд., стер. – Москва: Издательский центр «Академия», 2012. – 320 с.
3. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности [Текст]: учебник / В.Ю. Микрюков. – Москва: КНОРУС, 2014. – 288 с.
4. Микрюков, В.Ю. Основы военной службы [Текст]: учебник / В.Ю. Микрюков. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: ИНФРА-М, 2016. – 384 с.

Интернет-источники

1. <http://www.mchs.gov.ru>
2. <http://www.mon.gov.ru>