

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Добрянский гуманитарно-технологический техникум им. П.И. Сюзева»

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
для специальности

46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение

г. Добрянка , 2021г.

Рассмотрено
на заседании П(Ц)К общеобразовательных,
гуманитарных и естественнонаучных дисциплин

«к» 05 2021 г.

Председатель П(Ц)К общеобразовательных,
гуманитарных и естественнонаучных дисциплин

 Г.П. Трушникова

ОДОБРЕНО методическим
советом ГБПОУ ДГТТ им. П.И. Сюзева

Протокол № 5 от «14» 05 2021 г.
Заведующий структурного подразделения

 М.К. Рябкова

Составитель: Кованова Т.Г. ., преподаватель ГБПОУ «Добрянский гуманитарно–технологический техникум им. П. И. Сюзева»

Рецензенты:

Внешние:

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	4
Практическая работа №1-2	7
Практическая работа №3	7
Практическая работа №4	8
Практическая работа №5	9
Практическая работа №6	10
Практическая работа №7	11
Практическая работа №8	11
Практическая работа №9	13
Практическая работа №10	14
Практическая работа №11	15
Практическая работа №12	15
Практическая работа №13	16
Практическая работа №14	17
Практическая работа №15	18
Практическая работа №16	18
Практическая работа №17-18	19
Литература	20

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ), изучается студентами на первом и втором курсах. Методические рекомендации по выполнению практических работ обеспечивают реализацию рабочей программы по ОБЖ, согласно новому Федеральному государственному образовательному стандарту, для профессий среднего профессионального образования подготовки квалифицированных рабочих, служащих естественнонаучного профиля.

Реализация программы обеспечит компетентность будущих специалистов в области безопасности жизнедеятельности как неотъемлемой части их профессионализма в период вступления в самостоятельную жизнь.

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование практических умений, необходимых в последующей учебной деятельности и жизни.

В соответствии с ведущей дидактической целью и содержанием практических занятий рассматривается решение разного рода задач, в том числе профессиональных, анализ проблемных ситуаций, решение ситуационных задач, средствами индивидуальной защиты, работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях.

Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих **результатов:**

личностных:

1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

(в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.06.2017 N 613)

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

метапредметных:

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

(в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1645)

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

предметных:

1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

Данная дисциплина базируется на знаниях умениях и навыках, полученных студентами при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общетехнических дисциплин и в процессе изучения прослеживается теснейшая ее связь с этими дисциплинами.

Данная дисциплина базируется на знаниях умениях и навыках, полученных студентами при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общетехнических дисциплин и в процессе изучения прослеживается теснейшая ее связь с этими дисциплинами.

Обучающийся должен прийти на практическое занятие подготовленным к выполнению практической работы.

Условия выполнения практических работ:

Каждый обучающийся после проведения работы должен представить отчет о проделанной работе с расчетом полученных результатов и ответами на контрольные вопросы.

Таблицы, рисунки должны выполняться с помощью чертежных инструментов (линейки, циркуля) карандашом.

Расчеты проводить под обозначением пункта выполняемой работы.

Выполненные расчеты проводятся на листах отчета.

Если обучающийся не выполнил практическую работу или часть работы, то он может выполнить ее во внеурочное время, согласованное с преподавателем.

Критерии оценок:

оценка «5» ставится: практическая работа выполнена в полном объеме, в соответствии с заданием, с соблюдением последовательности выполнения, расчеты выполнены без ошибок, самостоятельно; работа оформлена аккуратно.

оценка «4» ставится: практическая работа выполнена в полном объеме, в соответствии с заданием, с соблюдением последовательности выполнения, частично с помощью преподавателя, присутствуют незначительные ошибки при расчетах; работа оформлена аккуратно.

оценка «3» ставится: практическая работа выполнена в полном объеме, в соответствии с заданием, частично с помощью преподавателя, присутствуют ошибки при расчетах; по оформлению работы имеются замечания.

оценка «2» ставится: если обучающийся не подготовился к практической работе, при расчетах допустил грубые ошибки, по оформлению работы имеются множественные замечания.

Практическая работа №1-2

Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Цель: Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий

Время выполнения – 4 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Провести сравнительный анализ, используя СМИ, по количеству курящего населения России в сравнении с другими странами. (составить таблицу)

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Ввести в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения.
5. Оформить ответ в виде таблицы.
6. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Что происходит в результате вредных привычек?
2. В чем заключается социальная опасность вредных привычек?
3. Чем определяется общечеловеческое, глобальное значение проблемы вредных привычек?

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №3

Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Цель: закрепление теоретических знаний и приобретение практических навыков по теме.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Подготовить доклад: Анализ ДТП за год. Причины. Последствия. Модели поведения пешеходов, велосипедистов.

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Оформить ответ в виде таблицы.
6. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Рассказать об общих правилах поведения участников дорожного движения.
2. Движение пешехода по улице в сильный гололед.
3. Рассказать о безопасности пешехода на дороге. Переход проезжей части дороги.
4. Безопасность пассажира находящегося в транспорте (общественном транспорте, автомобиле)

Привести примеры.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №4

Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Цель: составить суточный рацион питания человека и рассчитать его калорийность в соответствии с потребностями организма в питательных веществах.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Составьте суточный пищевой рацион подростка 15-16 лет.

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Составьте суточный пищевой рацион подростка 15-16 лет.

Рассчитать калорийность суточного пищевого рациона подростка 15-16 лет.

3. Результат расчетов занесите в таблицу.

4. Сделайте выводы: - об оптимальности пищевого рациона, о выполнении суточных норм в потреблении питательных веществ.

Теоретическая часть:

Состав и калорийность суточного пищевого рациона

Режим питания	Название блюда	Продукты необходимые для его приготовления	Масса, г	Содержание во взятом количестве продукта, г			Калорийность, ккал.	
				Белки	Жиры	Углеводы	100 гр продуктов	всего
1-й завтрак								
2-й завтрак								
Обед								
Полдник								
Ужин								
ВСЕГО калорий								

Вывод:

Состав пищевых продуктов и их калорийность

Название продукта	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность на 100г. продукта, ккал.
Гречневая крупа	12,5	2,5	67,4	351,5
Манная крупа	11,2	0,8	73,3	354,6
Рис	7,	1,0	75,8	352,0
Макаронны	11,0	0,9	74,2	358,4
Фасоль	23,2	2,1	53,8	355,7
Хлеб ржаной	6,9	0,9	42,9	222,6
Хлеб пшеничный	8,1	0,9	47,0	234,6
Картофель	2,0	-	20,0	90,2
Морковь	1,3	-	8,7	41,0
Свекла	1,5	-	10,4	48,6
Капуста свежая	1,8	-	5,3	29,1
Капуста квашеная	1,0	-	2,1	12,6

Лук зеленый	1,3	-	4,4	23,3
Арбузы	0,6	-	9,0	39,37
Дыни	0,7	-	11,3	49,8
Огурцы свежие	1,0	-	2,4	13,8
Огурцы соленые	0,5	-	1,2	6,92
Помидоры	1,0	-	3,8	19,5
Апельсины	0,9	-	9,1	41,05
Виноград	0,7	-	16,2	69,4
Лимоны	0,6	-	10,3	44,6
Мандарины	0,9	-	10,0	44,6
Яблоки	0,5	-	11,2	47,9
Сахар-рафинад	-	-	99,9	41,7
Шоколад	6,3	37,2	53,2	59,7
Какао	23,6	20,2	40,2	450,3
Масло подсолнечное	-	99,8	-	930,3
Масло сливочное	0,5	83,5	0,5	782,3
Кефир	3,5	3,5	4,3	64,4
Сметана	3,0	30,0	2,5	302,1
Творожная масса	12,5	16,0	15,0	262,05
Творог жирный	15,0	18,0	1,0	233,4
Мороженое сливочное	4,0	10,0	17,0	179,4
Сыр	22,5	25,0	3,5	339,8
Мясо говяжье	20,0	10,7	-	181,8
Мясо баранье	19,0	5,9	-	132,9
Мясо, свинина нежирная	23,5	10,0	-	189,7
Гусь	16,5	29,0	-	338,1
Курица	20,0	5,0	-	128,6
Колбаса любительская	13,7	27,9	-	316,2
Сосиски	12,4	19,4	0,4	233,4
Яйца	12,5	12,0	0,5	165,1
Сало	2,0	91,0	-	856,3
Лещ	16,8	7,6	1,0	139,8
Судак	19,0	0,8	1,3	85,4
Треска	17,6	0,4	1,2	75,8
Икра красная	31,6	13,8	7,7	258,4
Сельдь	19,7	24,5	12,4	308,8
Икра баклажанная	1,7	13,0	7,5	158,9

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №5

Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Цель: Ознакомиться с экстремальными факторами выживания. Изучить основные правила поведения в условиях вынужденной автономии. Привить чувство взаимовыручки, товарищества.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Составить общие рекомендации безопасного поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Оформить ответ в тетради.
6. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Ориентирование на местности?
2. Как правильно организовать ночлег?
3. Правила добычи воды и пищи в условиях автономного пребывания?
4. Как оказать помощь себе и предотвратить возможные заболевания?
5. Как подать сигнал бедствия?
6. Как преодолеть панику и страх?

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №6

Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Цель: закрепить знания алгоритма действий при авариях на транспорте.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Как вы будете действовать, если:

Вы едете в поезде. Вам сообщили, что в соседнем вагоне очаг возгорания. Ваши действия.....

Вы летите в самолете. Объявили непредвиденную экстренную посадку. Ваши действия.

Каждый день вы отправляетесь на учебу на автобусе. Назовите правила безопасного поведения в городском транспорте.

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Оформить ответ в тетради.
6. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Назовите возможные причины возникновения ЧС на транспорте?
2. Какие существуют общие правила безопасного поведения на транспорте.
3. Какие качества личности помогут выйти из сложной ЧС.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №7

Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Цель: развивать умения применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Подготовьте сообщение на тему «Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении» в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «О гражданской обороне».

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме и ФЗ «О гражданской обороне».
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Оформить ответ в тетради.
6. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Защита учащихся и постоянного состава от воздействия современных средств поражения.
2. Обучение учащихся и постоянного состава способам защиты от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.
3. Создание системы оповещения учащихся и постоянного состава.
4. Эвакуация персонала, членов их семей и материальных ценностей в безопасные районы.
5. Организация управления и взаимодействия с соседними организациями, территориальными органами управления и силами гражданской обороны.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №8

Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Цель: развивать умения применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз.

1. Ответить на вопросы:

1. Когда и с какой целью в Российской Федерации была создана Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)?
2. Какие задачи возложены на РСЧС в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций?
3. Какова структура РСЧС?
4. В каких режимах могут работать органы управления и силы РСЧС?
5. С какой целью и в каком составе на объекте экономики создается комиссия по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности?

6. Сформулируйте основные задачи, которые могут быть возложены на комиссию по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности объекта экономики.

2. Решить тест:

1. Создание в стране условий для предотвращения или максимального снижения потерь и ущерба, сохранение объектов, необходимых для устойчивого функционирования экономики и выживания населения в военное время является

- а) целью государственной политики в области ГО
- б) функцией министерства по чрезвычайным ситуациям
- в) задачей министерства обороны в военное время

2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) предназначена

а) для защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и иного характера,

б) обеспечения в мирное время защиты населения, территорий и окружающей среды, материальных и культурных ценностей государства.

в) для обучения населения мерам защиты от воздействия вредных факторов

3. Основная цель функционирования РСЧС:

а) обеспечение гарантированной безопасности и условий нормальной жизнедеятельности человека, общества, государства при любых угрозах и воздействиях техногенного и природного характера

б) обеспечить безопасные условия труда,

в) гарантировать безопасность человека на отдыхе.

4. Создание ГО России и ее структурных подразделений:

а) 1951 г.;

б) 1961 г.;

в) 1971 г.

5. Год формирования Международной организации гражданской обороны-МОГО:

а) 1958 г.;

б) 1971 г.;

в) 1972 г.

6. Решение о проведении эвакуационных мероприятий в чрезвычайных ситуациях федерального уровня принимают:

а) органы государственной власти;

б) органы местного самоуправления;

в) правительство Российской Федерации.

7. Принятие решения о привлечении вооруженных сил для ликвидации чрезвычайной ситуации принимают:

а) Президент России;

б) министерство по чрезвычайным ситуациям;

в) министерство вооруженных сил.

8. Общественные объединения участвуют при ликвидации чрезвычайной ситуации:

а) под руководством службы по чрезвычайным ситуациям;

б) самостоятельно;

в) под руководством местного самоуправления.

9. Время создания Местной противовоздушной обороны (МПВО) СССР, положивший начало ГО России:

а) 24 февраля 1929 г.;

б) 4 октября 1932 г.;

в) 30 мая 1945 г.

10. Обучение работников организаций по действию в чрезвычайных ситуациях обязаны проводить:

- а) органы местного самоуправления;
- б) организации;
- в) служба по чрезвычайным ситуациям.

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Выделить основные понятия.
3. Решить тест.
4. Оформить ответ в тетради.
5. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Какие документы затрагивают вопросы обучения населения в области безопасности жизнедеятельности в России?
2. Перечислите основные задачи обучения населения по защите от чрезвычайных ситуаций.
3. Назовите группы лиц, подлежащие обучению в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №9

Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Цель: закрепить знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Изготовить в домашних условиях средство индивидуальной защиты органов дыхания и инструкцию по его применению.

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Изготовить из подручных материалов СИЗ и написать к нему инструкцию по применению.
3. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Для чего предназначены средства индивидуальной защиты?
2. Что из ваших вещей можно использовать в качестве простейших средств защиты кожи при радиационной опасности?
3. Какие средства индивидуальной защиты можно попробовать использовать в домашних условиях в случае радиоактивного загрязнения местности?
4. Для чего предназначена аптечка индивидуальная (АИ-2)?
5. Для чего предназначены инженерные защитные сооружения?
6. Назовите основные виды защитных сооружений.
7. Каким требованиям должны соответствовать современные убежища?
8. Расскажите об основных и вспомогательных помещениях убежищ?
9. Какими техническими системами жизнеобеспечения должны быть оборудованы убежища?
10. Каковы нормы воздуха и воды, подаваемые в убежища?
11. Особенности противорадиационных укрытий.
12. Каковы назначение и технические характеристики простейших укрытий?

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №10

Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Цель: ознакомить студентов со структурой видов и родов ВС РФ и сформировать представление о составе и предназначении видов Вооружённых Сил РФ.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Составить структуру Вооружённых Сил Российской Федерации.

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Оформить ответ в тетради.
6. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Цели и задачи ВС.
2. ВМФ России и его значение.
3. Виды Вооружённых Сил РФ.
4. Сформулируйте основные задачи и определите структуру ВВС.
5. Рода Вооружённых Сил РФ.
6. Руководитель Вооружёнными Силами РФ.
7. Предназначение Сухопутных войск РФ.
8. Ракетные войска.
9. Войска спец. назначения.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №11

Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Цель: познакомиться с историей создания ВС

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Установить хронологическую последовательность создания ВС России.

1. Пользуясь видео презентацией <http://my.mail.ru/mail/valeriy-vevel/video/6/34.html> заполните таблицу:

Реформы русской армии

Год проведения реформы	Руководитель проводимых реформ	Основное содержание реформы

2. Пользуясь Интернетом, составьте глоссарий

- Служивый.
- Ополчение.
- Рекрут.
- Стрельцы.
- Драгун.
- Устав.
- Единоначалие.
- Централизация.

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Оформить ответ в тетради.
6. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Основные цели проводимой реформы Вооруженных Сил России.
2. Основные этапы реформы ВС РФ.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №12

Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Цель: Знать об основных направлениях добровольной подготовки граждан к военной службе. Использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

Задания 1. Используя раздел «Дополнительные материалы», подготовьте сообщение «Порядок подготовки офицеров для прохождения службы по контракту на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования».

Задания 2. Подготовьте доклад о значении занятий прикладными видами спорта для подготовки к военной службе.

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Оформить ответ в тетради.
6. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта.

2. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.

3. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа №13

Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Цель: Ознакомление обучающихся с основными требованиями к психическим и морально-этическим качествам призывника.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Подготовить и защитить презентация на тему «Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника».

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Подготовить презентацию (не менее 15 слайдов).
5. Подготовиться к защите презентации.

Контрольные вопросы:

1. Требования которые предъявляются к призывнику, готовящемуся к выполнению обязанностей по той или иной военной специальности.

2. Требования к индивидуально-психологическим качествам специалистов по сходным воинским должностям.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа № 14

Тема 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Цель: Ознакомиться с основными видами травм и приемами оказания первой помощи при ранениях

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа уроке.

Задание: Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах.

Методические рекомендации:

1. Просмотреть учебный фильм.

2. Практическая часть . разделиться на звенья по 2 человека. Произвести правильное наложение не менее 8 восьми видов повязок на оценку.

После оценивания преподавателем, бинты аккуратно скрутить и произвести смену. Второй обучающийся также производит наложение не менее восьми видов повязок. После оценивания выполненной работы, использованные бинты аккуратно скрутить и сдать преподавателю.

3. Изучите виды ран и правила оказания первой помощи при различных видах ранений, ответьте на контрольные вопросы.

Контрольные вопросы

1. Что такое рана?
- 2, Какие факторы приводят к ранениям?
3. Каковы основные этапы первой помощи при ранениях?
5. Какие виды повязок вы знаете?
6. Бинты каких размеров используются для выполнения повязок?
7. Расскажите о правилах бинтования.
8. Приведите примеры бинтовых повязок. Какие из них самые распространенные?
9. Как выполняется циркулярная бинтовая повязка?
10. Как выполняется спиральная бинтовая повязка?
11. Что такое крестообразная повязка? При каких ранениях она применяется?
12. Приведите примеры не бинтовых повязок.
13. В каком случае применяется косыночное бинтование?
14. Как выполняется бинтовая повязка «чепец»?
15. Как выполнить повязку на глаз?

5. Практическая часть . Наложение не менее шести видов повязок своему напарнику и предоставить преподавателю для оцениванию выполненной работы. Затем смена ролей статиста и накладывающего повязки.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа № 15

Тема 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Цель. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при ранениях, профилактики осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа на уроке.

Задание: Первая помощь при поражении электрическим током. Отработка ситуаций оказания первой медицинской помощи при поражении током.

Ответить в тетради на вопросы:

1. Назовите этапы оказания первой доврачебной помощи человеку пострадавшему от воздействия электрическим током
2. Как производится освобождение пострадавшего от действия тока?
3. Правила оказания первой доврачебной медицинской помощи пострадавшему от действия тока.
4. Следует ли оказывать помощь пострадавшему, у которого остановилось дыхание и сердцебиение?
5. Правила выполнения искусственного дыхания
6. Правила выполнения непрямого массажа сердца

Методические рекомендации по выполнению работы:

1. Изучить литературу по теме.
2. Составить план или графическую структуру ответа.
3. Выделить основные понятия.
4. Оформить ответ в тетради.
6. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Как производится освобождение пострадавшего от действия тока?
2. Правила оказания первой доврачебной медицинской помощи пострадавшему от действия тока.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа № 16

Тема 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Цель. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при ранениях, профилактики осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок.

Время выполнения – 2 часа.

Место выполнения – работа на уроке.

Задание: Первая помощь при кровотечениях.

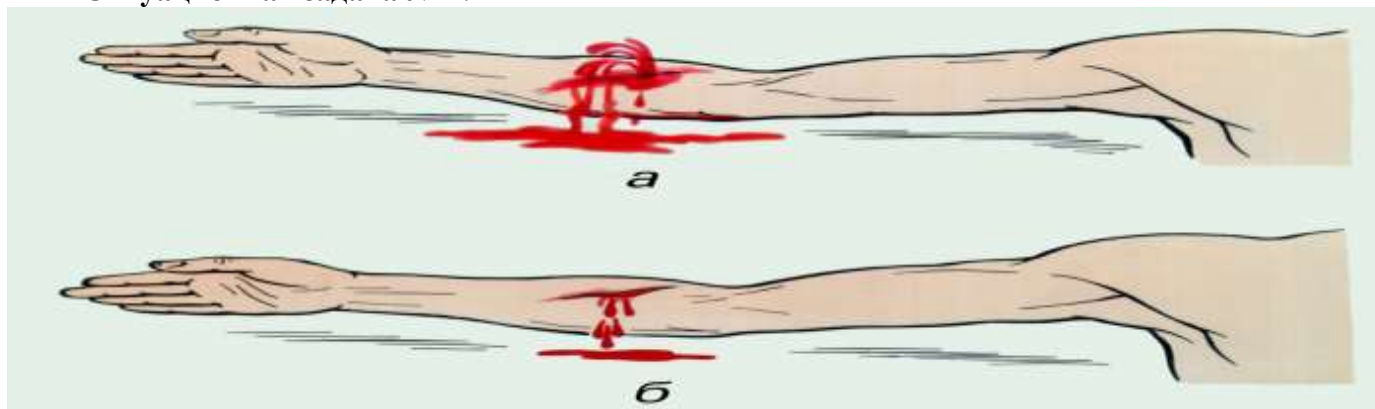
Ситуационная задача №1.

В результате ножевого ранения возникло сильное кровотечение в области подколенной ямки. Кровь ярко-красного цвета, фонтанирует. Никаких инструментов и перевязочных материалов нет, кроме собственной одежды.

Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.

1. Какое кровотечение у пострадавшего?
2. По каким признакам вы определили вид кровотечения?
3. Какова последовательность оказания первой помощи?
4. Какие существуют способы временной остановки данного кровотечения?
5. Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?

Ситуационная задача № 2.



По рисунку определить вид кровотечения. Окажите помощь из имеющихся подручных средств.

1. Какое кровотечение у пострадавшего?
2. По каким признакам вы определили вид кровотечения?
3. Какова последовательность оказания первой помощи?
4. Какие существуют способы временной остановки данного кровотечения?

5. Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

Практическая работа № 17-18

Тема 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Цель. Ознакомиться с основными инфекционными заболеваниями и их профилактикой.

Время выполнения – 3 часа.

Место выполнения – работа на уроке.

Задание: Подготовить письменный ответ «Инфекционные заболевания и их профилактика».

Методические рекомендации:

1. Изучить определение инфекционных заболеваний.
2. Изучить виды профилактики инфекционных заболеваний.
3. Изучить группы мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний.
4. Изучить краткую характеристику групп инфекционных заболеваний.
5. Изучить механизмы передачи инфекционных заболеваний.
6. Оформить ответ в тетради.
7. Сдать на контроль преподавателю.

Контрольные вопросы:

1. Дать определение инфекционных заболеваний.
2. Назвать особенность инфекционных заболеваний.
3. Виды профилактики инфекционных заболеваний.
4. Группы мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний.
5. Профилактические меры.
6. Дать краткую характеристику группам инфекционных заболеваний.
7. Дать определение иммунитета.
8. Виды иммунитета.
9. Звенья процесса распространения инфекционных заболеваний.
10. Механизмы передачи инфекционных заболеваний.

Критерии оценки:

Отметка «5» по практическому вопросу ставится при получении требуемого ответа на основе применения соответствующих умений и теоретических знаний.

Отметка «4» ставится, если при выполнении задания допущены незначительные ошибки.

Отметка «3» ставится, если в ответе допущены значительные ошибки, или в нем не раскрыты некоторые существенные аспекты содержания, или обучаемый не смог показать необходимые умения.

Отметка «2» ставится, если обучаемый совсем не справился с заданием.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бочарова, Н. И. Педагогика дополнительного образования. Обучение выживанию: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 174 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08521-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454510>

2. Константинов, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности. Ориентирование : учебное пособие для среднего профессионального образования / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 329 с. — (Профессиональное образование). —

ISBN 978-5-534-08075-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453735> 3. Петров, С. В. Обеспечение безопасности образовательного учреждения : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. В. Петров, П. А. Кисляков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 179 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09774-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452983>

4. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13550-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/465937>

5. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие для среднего профессионального образования / Я. Д. Вишняков [и др.] ; под общей редакцией Я. Д. Вишнякова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 249 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-01577-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/43460>

6. 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: <https://urait.ru/bcode/45078>

7. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 212 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09079-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452850>

Интернет-ресурсы

www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).

www.mvd.ru (сайт МВД РФ).

www.mil.ru (сайт Минобороны).

www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).

www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).

www.booksgid.com (BooksGid. Электронная библиотека).

www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

www.ru/book (Электронная библиотечная система).

www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).

www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).

www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность).

www.militera.lib.ru (Военная литература).