Частное профессиональное образовательное учреждение
«Светлоградский многопрофильный колледж»
(ЧПОУ «СМК»)

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании
Педагогического совета

Протокол № 1
от 29.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ЧПОУ «СМК»

_____Е.А.Татаринцева

Приказ № 85 от 30.08.2022 г.

Подписано цифровой подписью:
Татаринцева Елена Александровна
DN: cn=Татаринцева Елена Александровна,
o=ЧПОУ "СМК", ou=Директор, email=sv-
mk16@mail.ru, c=RU
Дата: 2022.11.27 12:59:43 +03'00'

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

по учебной дисциплине

ОП.11 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по специальности среднего профессионального образования

34.02.01 Сестринское дело

для очной, очно-заочной формы обучения

Светлоград, 2022

ВВЕДЕНИЕ

УВАЖАЕМЫЕ СТУДЕНТЫ!

Методические указания по выполнению внеаудиторных самостоятельных работ (далее - ВСР) по учебной дисциплине ОП.11 Безопасность жизнедеятельности, созданы Вам в помощь для работы во внеурочное время.

Приступая к выполнению самостоятельной работы, Вы должны внимательно прочитать цель, задачи ВСР. Задания необходимо выполнять в соответствии с инструкцией.

Каждая самостоятельная работа оценивается преподавателем в соответствии с представленными в указаниях критериями. Также оценивается полнота раскрытия темы, грамотность и логичность изложения материала, оформление, творческий подход к работе, а также своевременность сдачи работы.

Наличие положительной оценки (отметки о выполнении) каждого вида самостоятельной работы необходимо для получения допуска к экзамену по общепрофессиональной учебной дисциплине ОП.11 Безопасность жизнедеятельности. В случае невыполнения работы по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за самостоятельную работу Вы должны найти время для ее выполнения или пересдачи.

Внимание! Если в процессе выполнения заданий для самостоятельной работы возникают вопросы, разрешить которые Вам не удается, необходимо обратиться к преподавателю для получения консультаций.

1. Виды самостоятельной работы и формы отчетности и контроля (очная форма обучения)

ОП.11. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

<table>
<tr><th>Раздел/тема</th><th>Содержание самостоятельной работы</th><th>Кол-во часов</th><th>Форма отчетности и контроля</th></tr>
<tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr>
<tr><td colspan="2">Раздел 2. Основные виды потенциальных опасностей, их последствия, принципы снижения вероятности их реализации</td><td>4</td><td></td></tr>
<tr><td>Тема 2.1. Понятие, классификация чрезвычайных ситуаций как потенциальных опасностей.</td><td>Самостоятельная работа обучающихся № 1.
1. Изучить Постановление Правительства РФ от 21.05.2007 № 304 (ред. от 20.12.2019) «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
2. Составить опорно-логические схемы:
1.Виды чрезвычайных ситуаций природного происхождения.
2. Виды чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения.
3. Выполнить тестовые задания.
1. Закончите предложение.
Чрезвычайная ситуация (ЧС) – это …
2. Приведите примеры чрезвычайных ситуаций природного характера (не двух).
3. Закончите предложение.
Катастрофа – это …
4. Дополните предложение.
_____ - это опасное техногенное происшествие, создающее на объекте, определенной территории угрозу жизни и здоровью людей, приводящее к разрушению зданий, сооружений, оборудования, транспортных средств и нарушению производственного или транспортного процесса, а также наносящее ущерб здоровью людей и окружающей среде.
5. Закончите предложение.
Стихийное бедствие – это …
6. Установите соответствие.
<table><tr><td>Виды чрезвычайных ситуаций (ЧС)</td><td>Критерии классификации</td></tr></table></td><td>2</td><td>Демонстрация конспектов, устный фронтальный опрос/ письменный опрос</td></tr>
</table>

1.	Локальная	А.	Поражающие факторы ЧС выходят за пределы РФ, либо ЧС произошла за рубежом, но затрагивает и территорию РФ.
2.	Местная	Б.	Пострадало свыше 500 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности свыше 1000 человек, либо материальный ущерб составляет свыше 5 млн минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС выходит за пределы более чем двух субъектов РФ.
3.	Территориальная	В.	Пострадало свыше 50, но не более 500 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности свыше 300, но не более 500 человек, либо материальный ущерб составляет свыше 5 тыс., но не более 0,5 млн минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС не выходит за пределы субъекта РФ.
4.	Региональная	Г.	Пострадало не более 10 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности не более 100 человек, либо материальный ущерб составляет не более 1 тыс. минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС не выходит за пределы объекта производственного или социального назначения.
5.	Федеральная	Д.	Пострадало свыше 10, но не более 50 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности свыше 100, но не более 300 человек, либо материальный ущерб составляет свыше 1 тыс., но не более 5 тыс. минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС не выходит за пределы населенного пункта, города, района.
6.	Трансграничная	Е.	Пострадало свыше 50, но не более 500 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности свыше 500, но не более 1000 человек, либо материальный ущерб составил свыше 0,5 млн, но не более 5 млн минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС охватывает территорию двух субъектов РФ.

7. Закончите предложение.

Землетрясение – это **…**

8. Дополните предложение.

_____ - это наводнения, вызываемые подводными землетрясениями, в результате

которых возникают гигантские волны.

9. Установите соответствие.

Основные поражающие факторы

1.	Динамические (механические)	А.	Действие токсинов, бактерий и других биологических агентов, выброс и распространение которых возможны при авариях на биологически опасных объектах.
2.	Термические факторы	Б.	Включают действие АХОВ на людей при химических авариях или применении химического оружия. Они вызывают разнообразные по характеру и тяжести поражения.
3.	Радиационные факторы	В.	Возникают в результате непосредственного действия избыточного давления воздуха во фронте ударной волны (отбрасывание человека скоростным напором о внешние предметы, действие вторичных снарядов и др.).
4.	Химические факторы	Г.	Возникают при авариях на радиационно опасных объектах и при применении ядерного оружия. В результате воздействия ионизирующих излучений на организм могут развиваться лучевая болезнь (острая и хроническая) и лучевые ожоги кожи.
5.	Биологические (бактериологические) факторы	Д.	Может проявляться снижением работоспособности, нарушением их психической деятельности, а в отдельных случаях и более серьезными расстройствами психического и неврологического характера.
6.	Психоэмоциональное воздействие поражающих факторов	Е.	Возникают в результате воздействия высоких температур (светового излучения, пожаров, высокой температуры окружающего воздуха и др.) и приводят к возникновению термических ожогов.

10. Закончите предложение.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) – это …

Тема 2.2. Основы здорового образа жизни.	**Самостоятельная работа обучающихся № 2.** 1. Изучить Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ (ред. от 11.06.2021) «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» и составить опорно-логическую схему «Опасные производственные объекты». 2. Изучить Федеральный закон от 28.12.2013 № 426-ФЗ «О специальной оценке условий труда» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021). 3. Ознакомиться с Постановлением Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда». 4. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Здоровье человека и здоровый образ жизни. 2. Гигиенический режим труда и отдыха. 3. Виды вредных и опасных производственных факторов, их признаки. 4. Электрический ток. 5. Радиологическая безопасность средств связи. 6. Вредные факторы работы с компьютером. 7. Правовые основы охраны труда. 8. Понятие, принципы и требования к устойчивости объектов экономики. Исследование устойчивости объекта экономики.	**2**	Устный фронтальный опрос, демонстрация конспекта лекций
	Раздел 3. Принципы обеспечения устойчивости объектов	**2**	
Тема 3.2. Терроризм, экстремизм и ксенофобия, как серьезные угрозы национальной безопасности России.	**Самостоятельная работа обучающихся № 3.** 1. Изучить Федеральный закон Российской Федерации от 06.03.2006 №35-ФЗ «О противодействии терроризму», 2. Изучить Федеральный закон Российской Федерации от 25 июля 2002 г. № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности». 3. Изучить Указ Президента РФ от 19.12.2012 № 1666 «О Стратегии государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года» 4. Подготовить сообщения на тему: «Международный терроризм - глобальная проблема человечества». 5. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Терроризм – идеология насилия. Основные понятия. 2. Виды терроризма. 3. Средства, применяемые при совершении террористических актов. 4. Законодательство РФ по противодействию терроризму и экстремистской	**2**	Устный фронтальный опрос

<table>
<tr><td></td><td>деятельности.
5. Комплексные меры по противодействию терроризму
6. Основные понятия экстремизма.
7. Составные элементы современного российского экстремизма (нетерпимость, ксенофобия, национализм, фашизм).
8. Неформальные молодежные организации (группировки) экстремистско-националистической направленности.</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">Раздел 4. Гражданская оборона страны и ее задачи</td><td>6</td><td></td></tr>
<tr><td>Тема 4.1.
Задачи и основные мероприятия гражданской обороны.</td><td>Самостоятельная работа обучающихся № 4.
1. Изучить Федеральный закон от 12.02.1998 № 28-ФЗ «О гражданской обороне».
2. Изучить Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
3. Изучить Постановление Правительства РФ от 02.04.2020 № 417 «Об утверждении Правил поведения, обязательных для исполнения гражданами и организациями, при введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации»
4. Выполнить тестовые задания.
1. Дополните предложение.
_____ - это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, распространения заболевания, представляющего опасность для окружающих, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.
2. Закончите предложение.
Гражданская оборона (ГО) – это …
3. Перечислите основные задачи Гражданской обороны (ГО) (не менее двух).
4. Перечислите виды аварийно-спасательных работ (не менее трех).
5. Назовите принципы защиты населения при возникновении чрезвычайных ситуаций (не менее двух).
6. Установите соответствие.
<table>
<tr><td>1.</td><td>Упреждающая эвакуация</td><td>А.</td><td>Проводится тогда, когда зона возможного воздействия поражающих факторов ЧС ограничена пределами отдельных городских микрорайонов или сельских населенных пунктов; при этом численность эвакуируемого населения не превышает</td></tr>
</table></td><td>2</td><td>Устный фронтальный опрос/ письменный опрос</td></tr>
</table>

			несколько тысяч человек.
2.	Экстренная эвакуация	Б.	Проводится при получении достоверных данных о высокой вероятности возникновения аварии на потенциально опасных объектах или стихийного бедствия.
3.	Локальная эвакуация	В.	Проводится, когда в зону ЧС попадают средние города, отдельные районы крупных городов, сельские районы с численностью населения от нескольких тысяч до десятков тысяч человек
4.	Местная эвакуация	Г.	Проводится при условии распространения поражающих факторов на площади, охватывающие территории одного или нескольких регионов с высокой плотностью населения, включающие крупные города.
5.	Региональная эвакуация	Д.	Осуществляется в случае возникновения ЧС - при малом времени упреждения или в условиях воздействия на людей поражающих факторов ЧС.

7. Перечислите требования к системе оповещения населения при возникновении чрезвычайной ситуации (не менее двух).

8. Дополните предложение.

_____ - это комплекс мероприятий по организованному вывозу (выводу) населения из зон прогнозируемых или возникших ЧС и его временному размещению в безопасных районах, заранее подготовленных для первоочередного жизнеобеспечения эвакуируемых.

9. Дополните предложение.

_____ - это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении чрезвычайных ситуаций и направленные на спасение жизни и сохранение здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей среде и материальных потерь, а также на локализацию зон чрезвычайных ситуаций, прекращение действия характерных для них опасных факторов.

10. Приведите примеры медицинских средств индивидуальной защиты (не менее двух).

Тема 4.2. Способы защиты населения от оружия массового поражения.	**Самостоятельная работа обучающихся №5.** 1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. 2. Составить опорно-логические схемы: - «Основные способы защиты населения»; - «Принципы и способы эвакуации населения»; - «Правила применения средств индивидуальной защиты «(СИЗ)».	**2**	Демонстрация конспекта лекций устный фронтальный опрос/письменный опрос

	3. Выполнить тестовые задания. **1. Перечислите поражающие факторы ядерного взрыва (не менее трех).** **2. Закончите предложение.** Оружие массового поражения – это … **3. Перечислите виды оружия массового поражения.** **4. Перечислите поражающие факторы химического оружия (не менее двух).** **5. Дополните предложение.** _____ - это оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ **6. Закончите предложение.** Зона химического поражения – это… **7. Дополните предложение.** _____ - это химические соединения, которые при применении способны поражать людей и животных на больших площадях, проникать в различные сооружения, заражать местность и водоемы 4. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1.Понятие оружия массового поражения. 2. Виды оружия массового поражения. 3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. 4. Мероприятия по защите населения. 5. Эвакуация. 6. Укрытие в защитных сооружениях. 7. Использование основных средств индивидуальной и коллективной защиты населения от поражающих факторов оружия массового поражения.		
Тема 4.3. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.	**Самостоятельная работа обучающихся № 6.** 1. Изучить Постановление Правительства РФ от 16.09.2020 №1479 «О противопожарном режиме» (вместе с «Правилами противопожарного режима в Российской Федерации»). 2. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Определение, классификация и основные поражающие факторы пожаров. 2. Порядок действий населения при возникновении пожара. 3. Мероприятия, проводимые по профилактике пожарной безопасности.	**2**	Устный фронтальный опрос

<table>
<tr><td></td><td>4. Первичные средств пожаротушения: понятие и порядок применения.
5. Законодательство РФ в области пожарной безопасности.</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">2 семестр</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">Раздел 5. Основы военной службы и обороны государства</td><td>14</td><td></td></tr>
<tr><td>Тема 5.1. Национальная и военная безопасность Российской Федерации.</td><td>Самостоятельная работа обучающихся №7.
1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы.
2. Изучить Указ Президента РФ от 19.12.2012 № 1666 «О Стратегии государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года».
3. Подготовка презентации по теме: «Символы воинской чести, доблести и славы России».
4. Выполнить тестовые задания.
1. Установите соответствие.
<table>
<tr><td>1.</td><td>Личность</td><td>А.</td><td>Материальные и духовные ценности</td></tr>
<tr><td>2.</td><td>Общество</td><td>Б.</td><td>Конституционный строй, суверенитет и территориальная целостность</td></tr>
<tr><td>3.</td><td>Государство</td><td>В.</td><td>Права и свободы</td></tr>
</table>
2. Закончите предложение.
Угроза безопасности РФ – это …
3. Установите соответствие.
<table>
<tr><td rowspan="4">1. Внешние угрозы</td><td>А. Развертывание группировок сил и средств, преследующих цель военного нападения на РФ или ее союзников</td></tr>
<tr><td>Б. Сырьевой характер экономики, отсутствие производства отечественных товаров, низкая производительность труда</td></tr>
<tr><td>В. Осуществление государствами или общественно-политическими структурами программ по созданию оружия массового поражения</td></tr>
<tr><td>Г. Социальное неблагополучие и низкий уровень жизни большинства населения</td></tr>
<tr><td rowspan="3">2. Внутренние угрозы</td><td>Д. Наращивание группировок войск, ведущее к нарушению сложившегося баланса сил вблизи границ РФ или границ ее союзников и в прилегающих к их территории морских водах</td></tr>
<tr><td>Е. Демонстрация военной силы вблизи границ РФ, проведение учений с провокационными целями</td></tr>
<tr><td>Ж. Создание, оснащение, подготовка и функционирование незаконных вооруженных формирований</td></tr>
</table></td><td>2</td><td>Демонстрация презентаций, демонстрация конспектов лекций, устный фронтальный опрос/ письменный опрос</td></tr>
</table>

	3. Деятельность сепаратистских и радикальных религиозно-националистических движений в РФ		

4. Дополните предложение.
Безопасность РФ достигается проведением _____ в области обеспечения безопасности, системой мер политического, экономического, военного, разведывательного, контрразведывательного, организационного и иного характера, адекватных угрозам обеспечения жизненно важных интересов личности, общества и государства.

5. Перечислите основные принципы обеспечения безопасности (не менее трех).

6. Перечислите основные функции системы безопасности (не менее трех).

7. Перечислите организации, относящиеся к Силам обеспечения безопасности РФ (не менее трех).

8. Перечислите факторы, способствующие перерастанию военной опасности в непосредственную военную угрозу (не менее трех).

9. Кто осуществляет общее руководство государственными органами обеспечения безопасности?

10. Дополните предложение.
_____ - это совокупность условий и факторов, создающих опасность жизненно важным интересам личности, общества и государства.

5. Подготовить ответы на контрольные вопросы.

1. Основные направления национальной безопасности России.
2. Государственная и общественная безопасность.
3. Военная доктрина Российской Федерации.
4. Обеспечение национальной безопасности России на международной арене.
5. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности
6. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
7. Патриотизм, верность воинскому долгу, воинское товарищество – составляющие
8. боевых традиций Российской армии.
9. Дни воинской славы России.
10. Символы воинской чести, доблести и славы.
11. Почетные награды за воинские отличия, заслуги в бою и военной службе.
12. Ритуалы Вооруженных Сил России.

Тема 5.2. Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке.	**Самостоятельная работа обучающихся № 8-9.** 1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. 2. Изучить Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (ред. от 24.09.2022) «О воинской обязанности и военной службе». 3. Изучить Федеральный закон от 27.05.1998 № 76-ФЗ «О статусе военнослужащих». 4. Составить опорно-логические схемы по следующим темам: - Содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. - Граждане, подлежащие призыву на военную службу. Освобождение от призыва. Отсрочка от призыва. - Обязанности граждан по воинскому учету. 5. Выполнить тестовые задания. **1. Закончите предложение.** _____ - это особый вид государственной службы граждан в Вооруженных силах РФ, других войсках и федеральных органах. **2. Назовите формы военной службы (не менее двух).** **3. В чем отличие понятий «военнообязанный» и «военнослужащий»?** **4. Перечислите элементы воинской обязанности граждан РФ по защите Отечества (не менее трех).** **5. Перечислите элементы обязательной подготовки гражданина к военной службе, проводящейся перед призывом на военную службу (не менее трех).** **6. Какие категории граждан подлежат призыву на военную службу в Вооруженные Силы Российской Федерации?** **7. Кто подлежит освобождению от призыва на военную службу в Вооруженные Силы РФ?** **8. Какие категории граждан могут иметь отсрочку от призыва на военную службу в Вооруженные Силы Российской Федерации?** **9. Кто не подлежит призыву на военную службу в Вооруженные Силы РФ?** **10. В каких случаях признается право на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службы (АГС)?** 6. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Постановка на первоначальный воинский учет. 2. Обязательная подготовка граждан к военной службе. 3. Призыв граждан на военную службу.	**4**	Демонстрация конспектов лекций, устный фронтальный опрос/письменный опрос

	4. Порядок прохождения воинской службы по призыву и по контракту. 5. Права, обязанности и ответственность военнослужащих. 6. Сущность и значение воинской дисциплины. 7. Требования воинской деятельности, предъявляемые к гражданину РФ. 8. Особенности прохождения военной службы в ВС РФ. 9. Общие должностные и специальные обязанности военнослужащих, отраженные в воинских уставах ВС РФ 10. Воинская обязанность граждан. 11. Законодательство РФ в области военной службы. 12. Перечень военно-учетных специальностей. 13. Уголовная ответственность военнослужащих за преступление против военной службы, определяемые Уголовным кодексом РФ. 14. Основные составляющие воинской обязанности.		
Тема 5.3. Основные виды вооружений, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений.	**Самостоятельная работа обучающихся № 10-11.** 1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. Общевоинские уставы ВС РФ. 2. Изучить Указ Президента РФ от 10.11.2007 № 1495 «Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации» (вместе с «Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации», «Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации», «Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации») 3. Подготовка презентаций на тему: «Состав и организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации» 4. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. 2. Состав и организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. 3. Виды Вооруженных Сил и рода войск. 4. Воинские формирования. 5. Оснащение воинских подразделений основными видами вооружения, военной техникой и специальным снаряжением. 6. Воинские звания военнослужащих. 7. Военная форма одежды.	**4**	Демонстрация конспекта лекций, демонстрация презентаций, устный фронтальный опрос

Тема 5.4. Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	**Самостоятельная работа обучающихся № 12-14.** 1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. 2. Изучить межотраслевую инструкцию по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. 3. Изучить Приказ Минздравсоцразвития России от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» 4. Подготовить ответы на контрольные вопросы по теме. 1. Первая (доврачебная) помощь при ранениях. 2. Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания. 3. Первая (доврачебная) помощь при ожогах. 4. Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током. 5. Первая (доврачебная) помощь при утоплении. 6. Первая (доврачебная) помощь при отравлениях. 7. Первая (доврачебная) помощь при укусах бешеными и ядовитыми животными и «жалящими» насекомыми. 8. Первая (доврачебная) помощь при перегревании. 9. Первая (доврачебная) помощь при переохлаждении. 10. Первая (доврачебная) помощь при обморожении. 11. Первая (доврачебная) помощь при общем замерзании. 12. Доврачебная помощь при клинической смерти.	**6**	Устный фронтальный опрос, демонстрация конспекта лекций
Всего		**26**	

2. Виды самостоятельной работы и формы отчетности и контроля учебной дисциплины ОП.11. Безопасность жизнедеятельности (очно-заочная форма обучения)

Раздел/тема	Содержание самостоятельной работы	Кол-во часов	Форма отчетности и контроля
1	**2**	**3**	**4**
Раздел 1. Введение в безопасность жизнедеятельности		**2**	
Тема 1.1. Предмет и основные понятия учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».	**Самостоятельная работа обучающихся №1.** **Тема:** «Современный мир и его влияние на окружающую среду. Основные понятия и категории безопасности жизнедеятельности». 1. Подготовить ответы на конрольные вопросы. 1. Современный мир и его влияние на окружающую среду. 2. Последствия антропогенного воздействия человека на окружающую среду. 3. Влияние урбанизации на безопасность жизнедеятельности людей. 4. Цели и задачи учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». 5. Основные понятия и определения: среда обитания, биосфера, техносфера, опасности, вредные и опасные факторы, опасные и экстремальные ситуации, потенциальная опасность, индивидуальный риск, социальный(групповой) риск, приемлемый риск. 6. Законодательство РФ по организации защиты населения. 2. Выполнить тестовые задания. **1. Закончите предложение.** Безопасность жизнедеятельности – это … **2. Что является предметом безопасности жизнедеятельности?** **3. Приведите примеры основных принципов обеспечения безопасности.** **4. Закончите предложение.** Субъект безопасности жизнедеятельности - это … **5. Приведите примеры задач, которые решает безопасность жизнедеятельности (не менее двух).** **6. Закончите предложение.** Экологическая политика государства – это … **7. Дополните предложение.** _____ – это система обеспечения безопасности жизни и здоровья работников	2	Устный фронтальный опрос/ письменный опрос

	в процессе трудовой деятельности, включающая правовые, социально-экономические, организационно-технические, санитарно-гигиенические, лечебно-профилактические, реабилитационные и иные мероприятия. **8. Перечислите основные направления государственной политики в области охраны труда (не менее двух).** **9. Перечислите задачи природоохранительного законодательства (не менее двух).** **10. Приведите примеры расходов, которые подлежат компенсации при возмещении вреда здоровью граждан (не менее двух).**		
Раздел 2. Основные виды потенциальных опасностей, их последствия, принципы снижения вероятности их реализации		**6**	
Тема 2.1. Понятие, классификация чрезвычайных ситуаций как потенциальных опасностей.	**Самостоятельная работа обучающихся №2. Тема:** «Чрезвычайные ситуации: понятие и классификация. Проведение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций» 1. Изучить Постановление Правительства РФ от 21.05.2007 № 304 (ред. от 20.12.2019) «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» 2. Составить опорно-логические схемы: - Виды чрезвычайных ситуаций природного происхождения. - Виды чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения.	2	Устный фронтальный опрос, демонстрация конспекта лекций
	Самостоятельная работа обучающихся №3. 1. Выполнить тестовые задания. **1. Закончите предложение.** Чрезвычайная ситуация (ЧС) – это … **2. Приведите примеры чрезвычайных ситуаций природного характера (не двух).** **3. Закончите предложение.** Катастрофа – это … **4. Дополните предложение.** **_____** - это опасное техногенное происшествие, создающее на объекте, определенной территории угрозу жизни и здоровью людей, приводящее к разрушению зданий, сооружений, оборудования, транспортных средств и нарушению производственного или транспортного процесса, а также наносящее ущерб здоровью людей и окружающей среде. **5. Закончите предложение.** Стихийное бедствие – это … **6. Установите соответствие.**	2	Устный фронтальный опрос/ письменный опрос

Виды чрезвычайных ситуаций (ЧС)		Критерии классификации	
1.	Локальная	А.	Поражающие факторы ЧС выходят за пределы РФ, либо ЧС произошла за рубежом, но затрагивает и территорию РФ.
2.	Местная	Б.	Пострадало свыше 500 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности свыше 1000 человек, либо материальный ущерб составляет свыше 5 млн минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС выходит за пределы более чем двух субъектов РФ.
3.	Территориальная	В.	Пострадало свыше 50, но не более 500 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности свыше 300, но не более 500 человек, либо материальный ущерб составляет свыше 5 тыс., но не более 0,5 млн минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС не выходит за пределы субъекта РФ.
4.	Региональная	Г.	Пострадало не более 10 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности не более 100 человек, либо материальный ущерб составляет не более 1 тыс. минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС не выходит за пределы объекта производственного или социального назначения.
5.	Федеральная	Д.	Пострадало свыше 10, но не более 50 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности свыше 100, но не более 300 человек, либо материальный ущерб составляет свыше 1 тыс., но не более 5 тыс. минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС не выходит за пределы населенного пункта, города, района.
6.	Трансграничная	Е.	Пострадало свыше 50, но не более 500 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности свыше 500, но не более 1000 человек, либо материальный ущерб составил свыше 0,5 млн, но не более 5 млн минимальных размеров оплаты труда. Зона ЧС охватывает территорию двух субъектов РФ.

7. Закончите предложение.

Землетрясение – это **…**

8. Дополните предложение.

_____ - это наводнения, вызываемые подводными землетрясениями, в результате которых возникают гигантские волны.

9. Установите соответствие.

Основные поражающие факторы

1.	Динамические (механические)	А.	Действие токсинов, бактерий и других биологических агентов, выброс и распространение которых возможны при авариях на биологически опасных объектах.
2.	Термические факторы	Б.	Включают действие АХОВ на людей при химических авариях или применении химического оружия. Они вызывают разнообразные по характеру и тяжести поражения.
3.	Радиационные факторы	В.	Возникают в результате непосредственного действия избыточного давления воздуха во фронте ударной волны (отбрасывание человека скоростным напором о внешние предметы, действие вторичных снарядов и др.).
4.	Химические факторы	Г.	Возникают при авариях на радиационно опасных объектах и при применении ядерного оружия. В результате воздействия ионизирующих излучений на организм могут развиваться лучевая болезнь (острая и хроническая) и лучевые ожоги кожи.
5.	Биологические (бактериологические) факторы	Д.	Может проявляться снижением работоспособности, нарушением их психической деятельности, а в отдельных случаях и более серьезными расстройствами психического и неврологического характера.
6.	Психоэмоциональное воздействие поражающих факторов	Е.	Возникают в результате воздействия высоких температур (светового излучения, пожаров, высокой температуры окружающего воздуха и др.) и приводят к возникновению термических ожогов.

10. Закончите предложение.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных

	ситуаций (РСЧС) – это …		
Тема 2.2. Основы здорового образа жизни.	**Самостоятельная работа обучающихся № 4.** 1. Изучить Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ (ред. от 11.06.2021) «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» и составить опорно-логическую схему «Опасные производственные объекты». 2. Изучить Федеральный закон от 28.12.2013 № 426-ФЗ «О специальной оценке условий труда» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2021). 3. Ознакомиться с Постановлением Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда». 4. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Здоровье человека и здоровый образ жизни. 2. Гигиенический режим труда и отдыха. 3. Виды вредных и опасных производственных факторов, их признаки. 4. Электрический ток. 5. Радиологическая безопасность средств связи. 6. Вредные факторы работы с компьютером. 7. Правовые основы охраны труда. 8. Понятие, принципы и требования к устойчивости объектов экономики. Исследование устойчивости объекта экономики.	2	Устный фронтальный опрос, демонстрация конспекта лекций
	Раздел 3. Принципы обеспечения устойчивости объектов	**6**	
Тема 3.2. Терроризм, экстремизм и ксенофобия, как серьезные угрозы национальной безопасности России.	**Самостоятельная работа обучающихся № 5.Тема:** «Терроризм, экстремизм и ксенофобия - серьезные угрозы национальной безопасности России и всего человечества». 1. Изучить Федеральный закон Российской Федерации от 25 июля 2002 г. № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности». 2. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Терроризм – идеология насилия. Основные понятия. 2. Виды терроризма. 3. Средства, применяемые при совершении террористических актов. 4. Законодательство РФ по противодействию терроризму и экстремистской деятельности.	2	Устный фронтальный опрос, демонстрация конспекта лекций
	Самостоятельная работа обучающихся № 6.Тема: «Комплексные меры по	2	Устный

	противодействию терроризму». 1. Изучить Федеральный закон Российской Федерации от 06.03.2006 №35-ФЗ «О противодействии терроризму», 2. Подготовить сообщения на тему: «Международный терроризм - глобальная проблема человечества»		фронтальный опрос
	Самостоятельная работа обучающихся №7. 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Комплексные меры по противодействию терроризму 2. Основные понятия экстремизма. 3. Составные элементы современного российского экстремизма (нетерпимость, ксенофобия, национализм, фашизм). 4. Неформальные молодежные организации (группировки) экстремистско-националистической направленности.	2	Устный фронтальный опрос
Раздел 4. Гражданская оборона страны и ее задачи		**14**	
Тема 4.1. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны.	**Самостоятельная работа обучающихся № 8. Тема:** «Роль, место, назначение, задачи и основные мероприятия гражданской обороны по защите населения в чрезвычайных ситуациях. Принципы организации единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)». 1. Изучить Федеральный закон от 12.02.1998 № 28-ФЗ «О гражданской обороне». 2. Изучить Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». 3. Изучить Постановление Правительства РФ от 02.04.2020 № 417 «Об утверждении Правил поведения, обязательных для исполнения гражданами и организациями, при введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации»	2	Устный фронтальный опрос, демонстрация конспекта лекций
	Самостоятельная работа обучающихся №9. 1. Выполнить тестовые задания. **1. Дополните предложение.** _____ - это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, распространения заболевания, представляющего опасность для окружающих, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей. **2. Закончите предложение.**	**2**	Устный фронтальный опрос/ письменный опрос

Гражданская оборона (ГО) – это …

3. Перечислите основные задачи Гражданской обороны (ГО) (не менее двух).

4. Перечислите виды аварийно-спасательных работ (не менее трех).

5. Назовите принципы защиты населения при возникновении чрезвычайных ситуаций (не менее двух).

6. Установите соответствие.

1.	Упреждающая эвакуация	А.	Проводится тогда, когда зона возможного воздействия поражающих факторов ЧС ограничена пределами отдельных городских микрорайонов или сельских населенных пунктов; при этом численность эвакуируемого населения не превышает несколько тысяч человек.
2.	Экстренная эвакуация	Б.	Проводится при получении достоверных данных о высокой вероятности возникновения аварии на потенциально опасных объектах или стихийного бедствия.
3.	Локальная эвакуация	В.	Проводится, когда в зону ЧС попадают средние города, отдельные районы крупных городов, сельские районы с численностью населения от нескольких тысяч до десятков тысяч человек
4.	Местная эвакуация	Г.	Проводится при условии распространения поражающих факторов на площади, охватывающие территории одного или нескольких регионов с высокой плотностью населения, включающие крупные города.
5.	Региональная эвакуация	Д.	Осуществляется в случае возникновения ЧС - при малом времени упреждения или в условиях воздействия на людей поражающих факторов ЧС.

7. Перечислите требования к системе оповещения населения при возникновении чрезвычайной ситуации (не менее двух).

8. Дополните предложение.

_____ - это комплекс мероприятий по организованному вывозу (выводу) населения из зон прогнозируемых или возникших ЧС и его временному размещению в безопасных районах, заранее подготовленных для первоочередного жизнеобеспечения эвакуируемых.

9. Дополните предложение.

_____ - это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении чрезвычайных ситуаций и направленные на спасение жизни и сохранение здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей среде и

	материальных потерь, а также на локализацию зон чрезвычайных ситуаций, прекращение действия характерных для них опасных факторов. **10. Приведите примеры медицинских средств индивидуальной защиты (не менее двух).**		
Тема 4.2. Способы защиты населения от оружия массового поражения.	**Самостоятельная работа обучающихся № 10.Тема:** «Защита населения от оружия массового поражения». 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1.Понятие оружия массового поражения. 2. Виды оружия массового поражения. 3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. 4. Мероприятия по защите населения.	2	Устный фронтальный опрос
	Самостоятельная работа обучающихся №11.Тема: «Использование основных средств индивидуальной и коллективной защиты населения от поражающих факторов оружия массового поражения». 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Эвакуация. 2. Укрытие в защитных сооружениях. 3. Использование основных средств индивидуальной и коллективной защиты населения от поражающих факторов оружия массового поражения.	2	Устный фронтальный опрос
	Самостоятельная работа обучающихся № 12. 1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. 2. Составить опорно-логические схемы: - «Основные способы защиты населения»; - «Принципы и способы эвакуации населения»; - «Правила применения средств индивидуальной защиты «(СИЗ)». 3. Выполнить тестовые задания. **1. Перечислите поражающие факторы ядерного взрыва (не менее трех).** **2. Закончите предложение.** Оружие массового поражения – это … **3. Перечислите виды оружия массового поражения.** **4. Перечислите поражающие факторы химического оружия (не менее двух).** **5. Дополните предложение.** _____ - это оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ	2	Демонстрация конспекта лекций, устный фронтальный опрос/ письменный опрос

	6. Закончите предложение. Зона химического поражения – это… **7. Дополните предложение.** _____ - это химические соединения, которые при применении способны поражать людей и животных на больших площадях, проникать в различные сооружения, заражать местность и водоемы		
Тема 4.3. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.	**Самостоятельная работа обучающихся №13. Тема:** «Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах». 1. Изучить Постановление Правительства РФ от 16.09.2020 №1479 «О противопожарном режиме» (вместе с «Правилами противопожарного режима в Российской Федерации»).	2	Устный фронтальный опрос, демонстрация конспекта лекций
	Самостоятельная работа обучающихся № 14. 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Определение, классификация и основные поражающие факторы пожаров. 2. Порядок действий населения при возникновении пожара. 3. Мероприятия, проводимые по профилактике пожарной безопасности. 4. Первичные средств пожаротушения: понятие и порядок применения. 5. Законодательство РФ в области пожарной безопасности.	**2**	Устный фронтальный опрос
2 семестр			
Раздел 5. Основы военной службы и обороны государства		**48**	
Тема 5.1. Национальная и военная безопасность Российской Федерации.	**Самостоятельная работа обучающихся № 15.** «Основные направления национальной безопасности России. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации». 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Основные направления национальной безопасности России. 2. Государственная и общественная безопасность. 3. Военная доктрина Российской Федерации. 4. Обеспечение национальной безопасности России на международной арене. 5. Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности 6. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.	**2**	Устный фронтальный опрос, демонстрация конспекта лекций
	Самостоятельная работа обучающихся № 16.Тема: «Национальные интересы России	**2**	Устный

<table>
<tr><td></td><td>в современном мире».
1. Изучить Указ Президента РФ от 19.12.2012 № 1666 «О Стратегии государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года»</td><td></td><td>фронтальный опрос,</td></tr>
<tr><td></td><td>Самостоятельная работа обучающихся № 17. Тема: «Почётные награды за воинские отличия, заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил России»
1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы.
2. Подготовка презентации по теме: «Символы воинской чести, доблести и славы России».
3. Подготовить ответы на контрольные вопросы.
1. Патриотизм, верность воинскому долгу, воинское товарищество – составляющие
2. боевых традиций Российской армии.
3. Дни воинской славы России.
4. Символы воинской чести, доблести и славы.
5. Почетные награды за воинские отличия, заслуги в бою и военной службе.
6. Ритуалы Вооруженных Сил России.</td><td>2</td><td>Устный фронтальный опрос, демонстрация презентаций</td></tr>
<tr><td></td><td>Самостоятельная работа обучающихся №18-19.
1. Выполнить тестовые задания.
1. Установите соответствие.
<table>
<tr><td>1.</td><td>Личность</td><td>А.</td><td>Материальные и духовные ценности</td></tr>
<tr><td>2.</td><td>Общество</td><td>Б.</td><td>Конституционный строй, суверенитет и территориальная целостность</td></tr>
<tr><td>3.</td><td>Государство</td><td>В.</td><td>Права и свободы</td></tr>
</table>
2. Закончите предложение.
Угроза безопасности РФ – это …
3. Установите соответствие.
<table>
<tr><td rowspan="4">1. Внешние угрозы</td><td>А. Развертывание группировок сил и средств, преследующих цель военного нападения на РФ или ее союзников</td></tr>
<tr><td>Б. Сырьевой характер экономики, отсутствие производства отечественных товаров, низкая производительность труда</td></tr>
<tr><td>В. Осуществление государствами или общественно-политическими структурами программ по созданию оружия массового поражения</td></tr>
<tr><td>Г. Социальное неблагополучие и низкий уровень жизни большинства населения</td></tr>
<tr><td></td><td>Д. Наращивание группировок войск, ведущее к нарушению</td></tr>
</table></td><td>4</td><td>Демонстрация конспекта лекций, устный фронтальный опрос/ письменный опрос</td></tr>
</table>

	2. Внутренние угрозы: сложившегося баланса сил вблизи границ РФ или границ ее союзников и в прилегающих к их территории морских водах Е. Демонстрация военной силы вблизи границ РФ, проведение учений с провокационными целями Ж. Создание, оснащение, подготовка и функционирование незаконных вооруженных формирований З. Деятельность сепаратистских и радикальных религиозно-националистических движений в РФ **4. Дополните предложение.** Безопасность РФ достигается проведением _____ в области обеспечения безопасности, системой мер политического, экономического, военного, разведывательного, контрразведывательного, организационного и иного характера, адекватных угрозам обеспечения жизненно важных интересов личности, общества и государства. **5. Перечислите основные принципы обеспечения безопасности (не менее трех).** **6. Перечислите основные функции системы безопасности (не менее трех).** **7. Перечислите организации, относящиеся к Силам обеспечения безопасности РФ (не менее трех).** **8. Перечислите факторы, способствующие перерастанию военной опасности в непосредственную военную угрозу (не менее трех).** **9. Кто осуществляет общее руководство государственными органами обеспечения безопасности?** **10. Дополните предложение.** _____ - это совокупность условий и факторов, создающих опасность жизненно важным интересам личности, общества и государства.		
Тема 5.2. Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке.	**Самостоятельная работа обучающихся № 20. Тема:** «Организация военной службы. Порядок призыва граждан на военную службу» 1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. 2. Изучить Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе».	**2**	Устный фронтальный опрос
	Самостоятельная работа обучающихся № 21. Тема: «Порядок прохождения воинской службы по призыву и по контракту». 1. Изучить Федеральный закон от 27.05.1998 № 76-ФЗ «О статусе военнослужащих» 2. Подготовить ответы на контрольные вопросы.	**2**	Устный фронтальный опрос

	1. Постановка на первоначальный воинский учет. 2. Обязательная подготовка граждан к военной службе. 3. Призыв граждан на военную службу. 4. Порядок прохождения воинской службы по призыву и по контракту. 5. Права, обязанности и ответственность военнослужащих. 6. Сущность и значение воинской дисциплины. 7. Требования воинской деятельности, предъявляемые к гражданину РФ. 8. Особенности прохождения военной службы в ВС РФ. 9. Общие должностные и специальные обязанности военнослужащих, отраженные в воинских уставах ВС РФ.		
	Самостоятельная работа обучающихся № 22.Тема: «Применение профессиональных знаний в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью». 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Воинская обязанность граждан. 2. Законодательство РФ в области военной службы. 3. Перечень военно-учетных специальностей. 4. Уголовная ответственность военнослужащих за преступление против военной службы, определяемые Уголовным кодексом РФ. 5. Основные составляющие воинской обязанности.	**2**	Устный фронтальный опрос
	Самостоятельная работа обучающихся № 23. Тема: «Права, обязанности и ответственность военнослужащих». 1. Составить опорно-логические схемы по следующим темам: – Содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. – Граждане, подлежащие призыву на военную службу. Освобождение от призыва. Отсрочка от призыва. – Обязанности граждан по воинскому учету. 2. Решение ситуационных задач, разбор практических ситуаций по теме занятия.	**2**	Устный фронтальный опрос, демонстраций конспекта лекций
	Самостоятельная работа обучающихся № 24. Тема: «Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы». 1. Подготовка презентаций на тему: «Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы».	**2**	Демонстрация презентаций, устный фронтальный опрос

	Самостоятельная работа обучающихся № 25-26. 1. Выполнить тестовые задания. **1. Закончите предложение.** _____ - это особый вид государственной службы граждан в Вооруженных силах РФ, других войсках и федеральных органах. **2. Назовите формы военной службы (не менее двух).** **3. В чем отличие понятий «военнообязанный» и «военнослужащий»?** **4. Перечислите элементы воинской обязанности граждан РФ по защите Отечества (не менее трех).** **5. Перечислите элементы обязательной подготовки гражданина к военной службе, проводящейся перед призывом на военную службу (не менее трех).** **6. Какие категории граждан подлежат призыву на военную службу в Вооруженные Силы Российской Федерации?** **7. Кто подлежит освобождению от призыва на военную службу в Вооруженные Силы РФ?** **8. Какие категории граждан могут иметь отсрочку от призыва на военную службу в Вооруженные Силы Российской Федерации?** **9. Кто не подлежит призыву на военную службу в Вооруженные Силы РФ?** **10. В каких случаях признается право на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службы (АГС)?**	**4**	Демонстрация конспекта лекций, устный фронтальный опрос/ письменный опрос
Тема 5.3. Основные виды вооружений, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений.	**Самостоятельная работа обучающихся № 27. Тема:** «Состав и организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации». 1. Подготовка презентаций на тему: «Состав и организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации»	**2**	Устный фронтальный опрос, демонстрация презентаций
	Самостоятельная работа обучающихся № 28. Тема: «Оснащение воинских подразделений основными видами вооружения, военной техникой и специальным снаряжением». 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. 2. Состав и организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. 3. Виды Вооруженных Сил и рода войск. 4. Воинские формирования. 5. Оснащение воинских подразделений основными видами вооружения, военной техникой и специальным снаряжением.	**2**	Устный фронтальный опрос, демонстрация конспекта лекций

	Самостоятельная работа обучающихся № 29. Тема: «Воинские звания военнослужащих. Военная форма одежды». 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы. 1. Воинские звания военнослужащих. 2. Военная форма одежды.	**2**	Устный фронтальный опрос
	Самостоятельная работа обучающихся № 30. Тема: «Строевая подготовка. Выполнение элементов строевой подготовки на месте». 1. Подготовка презентаций на тему: «Строй: его элементы и виды».	**2**	Демонстрация презентаций
	Самостоятельная работа обучающихся № 31. Тема: «Строевая подготовка. Выполнение элементов строевой подготовки в движении». 1. Составить опорно-логические схемы по следующим темам: - Выполнение воинского приветствия. - Выход из строя и возвращение в строй. - Управление строем.	**2**	Демонстрация конспекта лекций, устный фронтальный опрос
	Самостоятельная работа обучающихся № 32-33. 1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. Общевоинские уставы ВС РФ. 2. Изучить Указ Президента РФ от 10.11.2007 № 1495 (ред. от 31.07.2022) «Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации» (вместе с «Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации», «Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации», «Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации»).	**4**	Устный фронтальный опрос
Тема 5.4. Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	**Самостоятельная работа обучающихся № 34.** Тема: «Порядок оказания первой помощи». 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы по теме. 1. Первая (доврачебная) помощь при ранениях. 2. Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания. 3. Первая (доврачебная) помощь при ожогах. 4. Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током. 5. Первая (доврачебная) помощь при утоплении. 6. Первая (доврачебная) помощь при отравлениях. 7. Первая (доврачебная) помощь при укусах бешеными и ядовитыми животными и «жалящими» насекомыми.	**2**	Демонстрация конспекта лекций, устный фронтальный опрос

	Самостоятельная работа обучающихся № 35. Тема: «Первая (доврачебная) помощь при перегревании, при переохлаждении, при обморожении, при общем замерзании а также при клинической смерти». 1. Подготовить ответы на контрольные вопросы по теме. 1. Первая (доврачебная) помощь при перегревании. 2. Первая (доврачебная) помощь при переохлаждении. 3. Первая (доврачебная) помощь при обморожении. 4. Первая (доврачебная) помощь при общем замерзании. 5. Доврачебная помощь при клинической смерти.	**2**	Устный фронтальный опрос
	Самостоятельная работа обучающихся № 36 -38. 1. Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. 2. Изучить межотраслевую инструкцию по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. 3. Изучить Приказ Минздравсоцразвития России от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи»	**6**	Устный фронтальный опрос
Всего		**77**	

3. Методические рекомендации по подготовке к отдельным видам работ

3.1 Методические рекомендации по составлению глоссария

Система научных знаний отражается в понятиях и категориях, поэтому знание терминологии является основополагающим при изучении теоретического материала учебных дисциплин и модулей.

Терминологический словарь можно оформить по типу алфавитной записной книжки или отвести специальное место в рабочей тетради с указанием значения каждого термина и источника, откуда взято определение.

При составлении терминологического словаря нужно придерживаться определенного образца оформления.

Источниками информации при составлении терминологического словаря могут быть учебники, учебные пособия, словари, справочники, энциклопедии, в том числе электронные и интернет-источники.

Некоторые специальные термины могут трактоваться по-разному, поэтому имеет смысл ознакомиться с определениями из разных источников.

Алгоритм самостоятельной работы по составлению терминологического словаря:

Внимательно прочитайте учебный материал по изучаемой теме. Выпишите термины.

Ознакомьтесь со списком рекомендуемой литературы и источников и подготовьте их для работы.

Найдите расшифровку терминов в одном из рекомендуемых источников. Запишите определение в терминологический словарь. Сравните расшифровку терминов в разных источниках.

Дополните расшифровку терминов информацией полученной Вами из других источников.

Для составления глоссария по заданной теме ВСР ниже предлагается словарь медицинских терминов, который может быть использован для выполнения заданий и образца для глоссария по конкретной теме. При отсутствии необходимых терминов необходимо использовать дополнительные источники, указанные в настоящих методических рекомендациях.

3.2 Методические рекомендации по подготовке устного сообщения, доклада

Подготовка устного сообщения, доклада - вид самостоятельной работы, способствующий формированию навыков исследовательской работы, расширяющий познавательные интересы и приучающий критически мыслить. Подготовка доклада, сообщения потребует от Вас большой самостоятельности и серьезной интеллектуальной работы.

Доклад - это развернутое устное выступление на заданную тему, с которым выступают на лекции, семинаре, конференции. Доклады могут быть и письменными. Основная цель доклада — информирование по определенному вопросу или теме. Тем не менее, доклады могут включать в себя рекомендации, предложения, в него могут

включаться диаграммы, таблицы, рисунки, фотографии, резюме. Время доклада обычно составляет 5-15 минут.

Сообщение отличается от доклада меньшим объемом информации и ее характером. Сообщаемая информация может носить характер уточнения или обобщения, отражать современный взгляд на заданную тему, дополнять уже известную информацию фактическими или статистическими материалами. Сообщение может включать элементы наглядности - иллюстрации, схемы и т.п.

Построение устного сообщения, доклада включает три части: вступление (10-15% общего времени), основную часть (60-70%) и заключение (20-25%).

Во вступлении указывается тема сообщения, доклада, устанавливается логическая связь ее с другими темами или место рассматриваемой проблемы среди других проблем, дается краткий обзор источников, на материале которых раскрывается тема, сообщается основная идея, кратко перечисляются рассматриваемые вопросы, дается современная оценка предмета изложения. Результатом вступления должны быть заинтересованность слушателей, внимание и расположенность к презентатору и будущей теме. Основная часть должна иметь четкое логическое построение, в ней должна быть раскрыта суть темы доклада. Задача основной части - представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами. План развития основной части должен быть ясным. Должно быть отобрано оптимальное количество фактов и необходимых примеров.

В заключении обычно подводятся итоги, формулируются выводы по теме доклада, подчеркивается значение рассмотренной проблемы и т.п. Правильно построенное заключение способствует хорошему впечатлению от выступления в целом.

Алгоритм самостоятельной работы по подготовке устного сообщения, доклада:

Выберите тему из предложенной преподавателем тематики докладов и сообщений. Вы можете самостоятельно предложить тему с учетом изучаемого материала. Ознакомьтесь со списком рекомендуемой литературы и источников и подготовьте их для работы.

Повторите лекционный материал по теме сообщения, доклада.

Изучите материал, касающийся темы сообщения не менее чем по двум-трем рекомендованным источникам.

Выделите незнакомые слова и термины. Обратитесь к словарю, чтобы найти значения незнакомых слов.

Составьте план сообщения, доклада.

Еще раз внимательно прочитайте текст выбранных источников информации, стараясь понять общее содержание. Выделите наиболее значимые для раскрытия темы факты, мнения, положения.

Запишите основные положения сообщения или доклада в соответствии с планом, выписывая по каждому пункту несколько предложений. Составьте окончательный текст сообщения, доклада.

Оформите материал в соответствии с определенными преподавателем требованиями. Сообщение, доклад обычно оформляется текстовым файлом, набранным компьютерным способом в одном из текстовых редакторов и распечатывается на листах формата А4. Оформление материала должно иметь следующую структуру: титульный лист, текст сообщения / доклада, список использованных источников.

Прочитайте текст медленно вслух, обращая особое внимание на произношение новых терминов и стараясь запомнить информацию.

Восстановите последовательность изложения текста сообщения, пересказав его устно. Проверьте еще раз свои знания спустя некоторое время, чтобы выяснить прочность усвоения учебного материала.

Подготовьте публичное выступление по материалам сообщения или доклада. При подготовке к выступлению необходимо выбрать способ выступления: устное изложение с опорой на конспект, схемы, таблицы или чтение подготовленного текста. Отметим, однако, что чтение заранее написанного текста значительно уменьшает влияние выступления на аудиторию.

Искусство устного выступления состоит не только в отличном знании предмета речи, но и в умении преподнести свои мысли и убеждения правильно и упорядоченно, красноречиво и увлекательно. Поэтому важно выбрать интересную для слушателей форму изложения материала (например, презентация, демонстрирующая основные положения, использование фотоматериалов, видеофрагментов, аудиозаписей, фактологического материала).

Любое устное выступление должно удовлетворять трем основным критериям, которые в конечном итоге и приводят к успеху:

критерий правильности, т.е. соответствия языковым нормам;

критерий смысловой адекватности, т.е. соответствия содержания выступления реальности;

критерий эффективности, т.е. соответствия достигнутых результатов поставленной цели. Регламент устного публичного выступления обычно составляет не более 10 минут. Будьте готовы ответить на вопросы аудитории по теме Вашего сообщения, доклада.

К критериям оценки самостоятельной работы по подготовке устного сообщения, доклада относятся:

- соответствие представленной информации заданной теме;
- характер и стиль изложения материала сообщения;
- наличие и качество презентационного материала;
- правильность оформления материала;
- свободное владение материалом сообщения или доклада;
- качество ответов на вопросы;
- умение держаться перед аудиторией.

3.3 Методические рекомендации по написанию реферата

Реферат - краткое устное сообщение или письменное изложение научной работы, содержания прочитанной книги и т.п.; доклад на какую-либо тему, основанный на обзоре литературных и других источников.

Под реферированием понимается анализ опубликованной литературы по проблеме, то есть систематизированное изложение чужих обнародованных мыслей с указанием на первоисточник и в обязательном порядке с собственной оценкой изложенного материала. Источником для написания реферата может быть любое опубликованное произведение, включая работы в Интернете, а также интервью, которое автор реферата взял у того или иного специалиста.

Реферат может являться результатом Вашей собственной исследовательской работы обучающихся, а также возможным восполнением пробелов в обучении по определенной теме учебной дисциплины или модуля.

Текстовая часть реферата обычно состоит из введения, основной части и заключения. Во введении кратко обосновывается актуальность избранной темы реферата, раскрываются конкретные цели и задачи, которые Вы собираетесь решить в ходе своего небольшого исследования.

В основной части подробно раскрывается содержание вопроса (вопросов) темы. Основная часть реферата по исследовательской работе состоит из двух разделов: реферативная часть - отражает состояние исследуемой области, обзор литературы, прочитанной по данной проблеме, выводы;

Исследовательская часть - описывается собственное исследование.

В заключении должны быть кратко сформулированы полученные результаты исследования и даны выводы. Кроме того, заключение может включать Ваши предложения, в том числе и по дальнейшему изучению заинтересовавшей его проблемы.

Алгоритм самостоятельной работы по написанию реферата:

Выберите тему реферата из предложенного преподавателем перечня.

Тему для реферата по исследовательской работе Вы можете выбрать самостоятельно, но утвердить её у преподавателя.

Тему реферата по восполнению пропущенных знаний Вы получаете от преподавателя. Выбор темы в данном случае определяется соответствием теме учебной дисциплины или междисциплинарного курса, по которым восполняются знания.

Ознакомьтесь со списком рекомендуемой литературы и источников и подготовьте их для работы.

Изучите материал, касающийся темы реферата не менее чем по двум-трем рекомендованным источникам. Выделите незнакомые слова и термины. Обратитесь к словарю, чтобы найти значения незнакомых слов.

Составьте развернутый план реферата, из которого будут видны его структура и основное содержание: введение, основная часть (разбивается по Вашему усмотрению на главы, разделы, параграфы, подпараграфы и т.д.), заключение, список литературных источников. Оформите полученный материал в связный текст с обязательным вступлением и заключением. Каждая часть реферата должна завершаться логическим выводом, подведением итога, собственной оценкой материала. Реферат оформляется в соответствии с определенными требованиями. Внимательно проверьте текст на отсутствие ошибок и опечаток.

Оформите список литературы (источников и литературы). Включите в него только те документы, которые использовались Вами при написании реферата. Определите материал, который необходимо включить в приложения. В тексте реферата должны быть ссылки на материалы приложений.

Прочитайте текст реферата, обращая особое внимание на произношение новых терминов

и стараясь запомнить информацию.

Подготовьтесь к защите реферата.

Сдайте реферат для проверки преподавателю.

К критериям оценки самостоятельной работы по написанию реферата относятся:

- критерии оценки введения: наличие обоснования выбора темы, ее актуальности; наличие сформулированных целей и задач работы; наличие краткой характеристики первоисточников;
- критерии оценки основной части: структурирование материала по разделам, параграфам, абзацам; соответствие содержания материала теме реферата; проблемность и разносторонность в изложении материала; выделение в тексте основных понятий и терминов, их толкование; наличие примеров, иллюстрирующих теоретические положения;
- критерии оценки заключения: наличие выводов по результатам анализа; выражение своего мнения по проблеме;
- оформление реферата в соответствии с требованиями;
- защита реферата: свободное владение материалом реферата, качество ответов на вопросы.

3.4 Методическое рекомендации по подготовке мультимедийных презентаций

Электронная (учебная) презентация — это логически связанная последовательность слайдов, объединенных одной тематикой и общими принципами оформления. Мультимедийная презентация представляет сочетание компьютерной анимации, графики, видео, музыки и звукового ряда, которые организованы в единую среду. Чаще всего демонстрация презентации проецируется на большом экране, реже - раздается собравшимся как печатный материал.

Мультимедийную презентацию, сопровождающую выступление докладчика, удобнее всего подготовить в программе MSPowerPoint.

Алгоритм самостоятельной работы по подготовке презентации на заданную тему:

Ознакомьтесь с предлагаемыми темами презентаций.

Ознакомьтесь со списком рекомендуемой литературы и источников и подготовьте их для работы.

Повторите лекционный материал по теме презентации (при наличии).

Изучите материал, касающийся темы презентации не менее чем по двум-трём рекомендованным источникам.

Составьте план-сценарий презентации, запишите его.

Проработайте найденный материал, выбирая только то, что раскрывает пункты плана презентации.

Составьте, наберите на компьютере и распечатайте текст своего устного выступления при защите презентации - он и будет являться сценарием презентации. Продумайте дизайн презентации.

Подготовьте медиафрагменты (аудио-, видеоматериалы, текст и т.п.) Оформите презентацию в соответствии с рекомендациями. Презентация может иметь следующую структуру:

титульный слайд - указывается название образовательного учреждения, тема выступления, сведения об авторе (авторах), год создания;

содержание презентации: на слайды презентации выносится опорный конспект выступления и ключевые слова с тем, чтобы пользоваться ими как планом для выступления или помещается фактический и иллюстративный материал (таблицы,

графики, фотографии и пр.), который является уместным и достаточным средством наглядности, помогает в раскрытии главной идеи выступления; слайд со списком использованных источников либо слайд, содержащий выводы. Обязательно учтите возможные типичные ошибки и постарайтесь избежать их при создании своей презентации.

Внимательно проверьте текст на отсутствие ошибок и опечаток. Проверьте на работоспособность все элементы презентации.

Прочтите текст своего выступления медленно вслух, стараясь запомнить информацию. Восстановите последовательность изложения текста сообщения, пересказав его устно. Еще раз устно проговорите своё выступление в соответствии с планом, теперь уже сопровождая своё выступление демонстрацией сладов на компьютере, делая в тексте пометки в тех местах, где нужна смена слайда.

Будьте готовы ответить на вопросы аудитории по теме Вашего сообщения.

Рекомендации по оформлению мультимедийных презентаций:

Количество слайдов презентации должно быть адекватно содержанию и продолжительности выступления (например, для 5 -7-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов).

Если на слайды презентации выносится опорный конспект выступления и ключевые слова с тем, чтобы пользоваться ими как планом для выступления, то в данном случае к слайдам предъявляются следующие требования: объем текста на слайде - не больше 7 строк;

маркированный/нумерованный список содержит не более 7 элементов; отсутствуют знаки пунктуации в конце строк в маркированных и нумерованных списках; значимая информация выделяется с помощью цвета, кегля, эффектов анимации; текстовый материал может занимать не более 1/3 части рабочего поля слайда и располагаться ближе к его левому верхнему углу или по центру, но в верхней части слайда.

Если на слайды презентации помещается фактический и иллюстративный материал (таблицы, графики, фотографии и пр.), который является средством наглядности и помогает в раскрытии главной идеи выступления, то в этом случае к слайдам предъявляются следующие требования:

выбранные средства визуализации информации (таблицы, схемы, графики и т. д.) должны соответствовать содержанию выступления, иллюстрировать его, расставлять акценты; должны быть использованы иллюстрации только хорошего качества (высокого разрешения), с четким изображением;

максимальное количество графической информации на одном слайде - 2 рисунка (фотографии, схемы и т.д.) с текстовыми комментариями (не более 2 строк к каждому); если на слайде приводится диаграмма, ее необходимо предварить вводными словами, с тем, чтобы дать время аудитории на ее рассмотрение, а только затем приступать к ее обсуждению;

диаграммы готовятся с использованием мастера диаграмм табличного процессора MS Excel;

табличная информация вставляется в материалы как таблица текстового процессора MSWordили табличного процессора MS Excel;

в таблицах не должно быть более 4 строк и 4 столбцов - в противном случае данные в таблице будет просто невозможно увидеть;

ячейки с названиями строк и столбцов и наиболее значимые данные рекомендуется выделять цветом;

размер шрифта в таблице должен быть не менее 18 пт. таблицы и диаграммы размещаются на светлом или белом фоне. Особо тщательно необходимо отнестись к оформлению презентации:

для всех слайдов презентации по возможности необходимо использовать один и тот же шаблон оформления, размер кегля - не меньше 24 пунктов, для таблиц - не менее 18 пт; излишняя анимация, выпрыгивающий вращающийся текст или иллюстрация - не самое лучшее дополнение к научному докладу, также нежелательны звуковые эффекты в ходе демонстрации презентации;

наилучшими для оформления слайдов являются контрастные цвета фона и текста (светлый фон - тёмный текст);

лучше не смешивать разные типы шрифтов в одной презентации; не рекомендуется злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже); для лучшей ориентации в презентации по ходу выступления лучше пронумеровать слайды;

вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должна преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями);

использовать встроенные эффекты анимации рекомендуется только, когда без этого не обойтись (например, при последовательном появлении элементов диаграммы). Лучше настроить презентацию не на автоматический показ, а на смену слайдов самим докладчиком (либо его помощником).

Каждый слайд, в среднем, должен находиться на экране не меньше 40-60 секунд (без учета времени на случайно возникшее обсуждение).

К критериям оценки самостоятельной работы по подготовке презентации относятся:

- критерии оценки содержания презентации: соответствие материала презентации заданной теме; грамотное использование терминологии; обоснованное применение эффектов визуализации и анимации; общая грамотность;
- логичность изложения материала;
- критерии оценки оформления презентации: творческий подход к оформлению презентации; соблюдение эргономических требований к компьютерной презентации; использование специального программного обеспечения;
- критерии оценки речевого сопровождения презентации: построение речи; доказательность и аргументированность; использование вербальных (языковых) и невербальных средств (поза, жесты) выразительности.

3.5 Методические рекомендации по составлению схем, графиков, диаграмм, таблиц

Составление схем, графиков, диаграмм, таблиц - это вид графического способа отображения информации. Целью этого вида самостоятельной работы является развитие умения выделять главные элементы, устанавливать между ними соотношение,

отслеживать ход развития, изменения какого-либо процесса, явления, соотношения каких- либо величин и т. д.

Схемы, графики, диаграммы или таблицы применяются для отображения фактического и цифрового материала, что придает ему большую наглядность.

Схема является иллюстративным графическим средством изложения содержания исследования. Схемы - это плоскостные фигуры (многоугольники, прямоугольники, круги) с надписями и линиями связи. Схемы представляют собой соотношение частей в неком целом объекте. Это приближенный наглядный образ устройства или структурная характеристика какого-то объекта, процесса или явления.

Виды схем:

схемы управления, когда рисуется структура управления каким-то объектом; функциональные схемы, раскрывающие линии и направления зависимости составных частей;

табличные схемы с указанием точных данных об объекте схематизации; схемы построения, раскрывающие структуру чего-либо.

Схемы помещаются, как правило, под текстом, объясняющим схему и интерпретирующим ее.

Графики - это наглядное изображение словесного материала посредством арифметических и геометрических средств и художественных образов: чисел, плоскостей, линий, точек и др. С помощью графики устанавливается соотношение определенных величин, их функциональная взаимозависимость.

График представляет собой линию, которая изображает зависимость между переменными. Для построения любого графика разрабатывается система координат как пространственная система отсчета. На оси графика наносятся шкалы, характеризующие числовое значение замеряемых факторов.

График помещается непосредственно сразу после текста о его построении и ссылки на него. График словесно описывается в тексте работы, объясняется динамика показателей и их взаимозависимость, раскрываются выявленные тенденции.

Диаграммы используются главным образом для изображения соотношения между величинами. Это способ графического изображения величин при помощи фигур (секторов, столбцов и т.п.), площади которых пропорциональны величинам. Основные виды диаграмм:

столбиковые (ленточные) диаграммы - изображают зависимость величин в виде прямоугольников одинаковой ширины, вытянутых вверх. Высота столбика соответствует изображаемой величине. Как правило, такие диаграммы используются при многократных замерах одних и тех же показателей, но распределенных во времени или пространстве; секторные диаграммы - диаграммы, в которых числа (обычно проценты) изображены в виде круговых секторов. Секторная диаграмма представляет собой круг, разделенный на

секторы в соответствии с изображаемыми ими величиной. Такие диаграммы делаются с рисунками на каждом секторе, изображающими замеряемую величину. Используются секторные диаграммы при распределении чего-то целого между кем-то или чем-то другим.

диаграмма Венна - это геометрическое изображение отношений объемов понятий или других величин между собой посредством пересекающихся или входящих друг в

друга контуров. С помощью диаграммы Венна удобно показывать соотношение понятий, зоны формирования анализируемых ситуаций, качеств, состояний.

Таблица - это графическая форма представления количественных и качественных данных в предельно сжатой форме. Она строится на основании функциональных зависимостей каких-либо данных.

Таблицы состоят из текстовой и цифровой части. Текстовая часть - это заголовки разделов (графов). Цифровая часть - числа и их соотношение. При этом числа должны выражаться в единой числовой системе (круглые числа, десятичные дроби до десятых или сотых долей). На скрещивании вертикальных графов и горизонтальных строчек устанавливается смысловая связь между понятиями.

В структуре таблицы выделяют головку - словесную информацию в заголовках граф. Это те явления и предметы, которые будут характеризоваться количественно. Как правило, это делается в боковом заголовке. В таблицу также входят вертикальные столбцы - графы для помещения чисел. Заголовки граф входят в головку таблицы.

Первая графа, как правило, указывает порядковый номер замеряемого положения. Вторая графа - это боковой заголовок, указывающий на то, что замеряется. Третья и последующие графы - содержат информацию о том, что замеряется и что указывается в боковом заголовке. Таблица может иметь последнюю вертикальную графу под названием «Итого». Она может быть и горизонтальной, проставляемой в конце таблицы. Есть также графа «Всего». При этом «итого» обозначает промежуточные итоги, а «всего» - сумму частных итогов.

Виды таблиц:

простая таблица, содержащая перечень данных об одном явлении; групповая таблица, где данные разделяются по конкретному признаку; комбинированная таблица, где деление данных осуществляется сразу по нескольким признакам.

При составлении таблицы важно выбрать существенные характеристики предмета изучения, точно сгруппировать материал, учесть сопоставимость данных, их однородность. В таблицах необходимо приводить только точные данные.

Алгоритм самостоятельной работы по составлению схем, графиков, диаграмм, таблиц:

Внимательно прочитайте учебный материал по изучаемой теме.

Выберите наиболее эффективный графический способ отображения учебного материала. Ознакомьтесь с образцами оформления схем, графиков, диаграмм или таблиц, предложенных преподавателем.

Продумайте конструкцию схемы, графика, диаграммы или таблицы: расположение порядковых номеров, терминов, примеров, пояснений, числовых значений и т.д. Начертите схему, график, диаграмму, таблицу и заполните необходимым содержимым. Проверьте структурированность материала, наличие логической связи изложенной информации.

К критериям оценки самостоятельной работы по составлению схем, графиков, диаграмм, таблиц относятся:

- соответствие содержания работы изучаемой теме;
- правильная структурированность представленного материала;
- наличие логической связи изложенной информации;
- аккуратность выполнения работы.

Пример оформления таблицы

Таблица 5.7.

Основные сведения о минеральных элементах, содержащихся в продуктах питания

Минеральные вещества	Роль в организме	Источники получения	Суточная норма потребления
Кальций	Основной компонент костной системы и зубов. Участвует в свертывании крови, проведении нервных импульсов, сокращении мышц; обладает радиопротекторным действием в отношении стронция-90 и цезия-137. Конкурирует с тяжелыми металлами (свинцом и кадмием), препятствуя их накоплению в организме	Молоко и молочные продукты; овощи и фрукты, но из них усвоение кальция хуже, чем из молока	800 мг взрослым, 1100— 1200 мг детям и 1000 мг пожилым
Фосфор	Необходим для минерализации костной ткани, участвует в проведении нервных импульсов, формировании гормонов, поддержании кислотно- основного равновесия, аккумулирует энергию и освобождает ее для работы мускулатуры	Мясные и рыбные продукты особо богаты. Все продукты его содержат	800 мг детям, 1200 мг взрослым

3.6 Методические рекомендации по составлению сводной (обобщающей) таблицы

Составление сводной (обобщающей) таблицы по теме - это вид самостоятельной работы по систематизации объёмной информации, которая сводится (обобщается) в рамки таблицы. В рамках сводной таблицы могут наглядно отображаются как разделы одной темы (одноплановый материал), так и разделы разных тем (многоплановый материал). Такие таблицы создаются как помощь в изучении большого объема учебного материала, желая придать ему оптимальную форму для запоминания.

Часть материала по составлению сводной таблицы может быть определена преподавателем (какие объекты, процессы и по каким критериям сравнивать), а другая часть материала подбирается Вами самостоятельно после изучения соответствующего учебного материала.

Преподаватель может также определить только объекты сравнения, а Вам будет необходимо самостоятельно определить по каким критериям Вы будете проводить сравнение указанных объектов.

Алгоритм самостоятельной работы по составлению сводной (обобщающей) таблицы:

Внимательно прочитайте учебный материал по изучаемой теме.

Проанализируйте учебный материал, выявите необходимые и достаточные для заполнения сравнительной таблицы сведения (характерные признаки, черты, виды и т.д.). Ознакомьтесь с образцом оформления таблицы (при наличии). Продумайте и начертите сетку таблицы. Обозначьте заголовки граф таблицы. Заполните таблицу.

Содержание таблицы полностью должно соответствовать заданной теме. Не следует вносить излишнюю информацию, не принадлежащую рассматриваемой теме. Представленный материал должен быть кратко и лаконично сформулирован. Не допускайте пустых незаполненных граф.

Проверьте структурированность материала, наличие логической связи изложенной информации.

К критериям оценки самостоятельной работы по составлению сводной (обобщающей) таблицы относятся:

- соответствие содержания изучаемой теме;
- логичность структуры таблицы;
- правильный отбор информации;
- наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации;
- аккуратность выполнения работы.

3.7 Методические рекомендации по составлению памяток

Составление памятки для медработников, пациентов и их родственников проводится в целях улучшения профилактической работы в медицинской организации, улучшения состояния здоровья населения, повышения просветительской культуры и гигиенического воспитания пациентов, уходу за пациентами и для создания и поддержания безопасной среды для пациента и персонала.

Начиная подготовку памятки, надо ясно представить себе, кто ее будет читать. Памятка обычно посвящается какой-либо одной теме, которую стараются раскрыть по возможности полнее. Определив тему, решив, кому она адресована, можно приступить к подготовке материалов.

Можно использовать для оформления рисунки, схемы, алгоритмы.

Когда вся подготовленная работа выполнена, можно приступить к непосредственному оформлению памятки. Прежде всего, оставляют наверху место для названия. Чтобы памятка привлекала внимание, название должно быть метким и ярко выделяться.

Название пишут крупно. В правом нижнем углу памятки пишется фамилия, имя, отчество ответственных за выпуск и дата. Размеры памятки соответствуют размеру А4 (ориентация листа - альбомная, три колонки).

Представленная информация должна быть изложена четко и конкретно.

Если много текста, то он обязательно разбивается на фрагменты, каждый из которых должен быть озаглавлен соответственно содержанию. Язык памятки должен быть лаконичен, нужно избегать длинных трудночитаемых предложений, непонятной медицинской терминологии.

Текст легче печатать. Если это невозможно, можно писать от руки, но обязательно четким, хорошим почерком и достаточно крупным. Иллюстрации можно делать к каждому разделу или к памятке в целом.

Памятка - это единство текста и рисунка, они должны дополнять друг друга, пояснять. Иллюстрации просто для украшения в памятки не нужны.

Требования к оформлению и содержанию Памятки:

• профилактическая направленность;

• изложение текста четкое и конкретное;

• наличие логической связи представленной информации;

• информативность и грамотность изложения и представления работы;

• аккуратность и наглядность;

• формат памятки А4, ориентация листа - альбомная, три колонки;

• работа сдана в срок.

Пример составления памятки

Памятка
«Гигиенические требования к работе с компьютерами в школе»

В силу простоты пользования, возможности индивидуального взаимодействия, высоких возможностей по переработке информации, наличия программного обеспечения, охватывающего практически все сферы человеческой деятельности, в настоящее время наибольшее значение из всех технических средств обучения приобретают персональные компьютеры.

Однако длительное пребывание у экрана (монитора) компьютера без соблюдения санитарно-гигиенических норм и правил может повлечь за собой развитие некоторых заболеваний под влиянием следующих факторов:

• длительное статическое напряжение, являющееся причиной утомления мышц рук, спины, позвоночника;

• напряжение зрения, ведущее к нарушениям функций зрительного анализатора;

• воздействие электростатических и электромагнитных полей, вызывающих неблагоприятные изменения в иммунной системе, нервной и сердечно-сосудистой системах, в появлении риска заболевания экземой в случаях работы с дисплеем в течение 2—6 ч и более в день.

Для снижения отрицательных влияний компьютера на здоровье школьников необходимо соблюдать выполнение определенных гигиенических рекомендаций.

Требования к монитору:

• размер экрана дисплея по диагонали должен быть не менее 31 см;

• использование мониторов с позитивным изображением (черные символы на белом фоне), так как они устраняют зрительный дискомфорт и снижают время переадаптации зрения при переводе взгляда от светлого учебника к темному фону;

• применение антибликовых покрытий экрана и экранных фильтров, снижающих величину излучения;

• полная электротравмобезопасность,

Требования к клавиатуре:

• соответствие формы клавиш анатомическому строению пальцев руки школьника;

• размер клавиш не должен быть менее 13 мм;

• при работе с клавиатурой локтевой сустав должен образовывать угол, равный 90°.

Требования к рабочему месту:

• расположение компьютеров с учетом взаимного влияния их излучения;

• расстояние между столами с компьютерами должно быть не менее 2 м, а между боковыми поверхностями мониторов — не менее 1,2 м;

- оптимальное расстояние глаз до экрана — 60—70 см;
- уровень глаз должен приходиться на центр экрана или $^{2}/_{3}$ его высоты.

Требования к позе школьника во время работы с компьютером:

- туловище слегка наклонено вперед;
- предплечья опираются на поверхность стола;
- поясничная часть спины опирается на спинку стула;
- сильные повороты головы следует исключать.

Длительность занятий учащихся на дисплее не должна превышать (по классам): 1-х — 10 мин, 2—5-х — 15 мин, 6—-7-х — 20 мин, 8—9 — 25 мин. Для учащихся 10—П-х классов на 1-м часе занятия — 30 мин, на 2-м — 20.

После занятий на рабочем месте следует провести гимнастику для глаз, а после урока на перемене — физические упражнения для профилактики общего утомления.

3.8 Методические рекомендации по выполнению расчетных заданий

Расчетные задания направлены на систематизацию, закрепление и расширение теоретических и практических знаний. В результате выполнения расчетных заданий Вы научитесь рассчитывать различные параметры объектов или процессов. Выполнение расчетных заданий включает несколько операций, которые должны определенным образом соединяться между собой и применяться в установленной последовательности в соответствии со складывающейся логикой решения. Именно эта последовательность и должна привести к положительному результату.

Алгоритм самостоятельной работы по выполнению расчетных заданий:

Внимательно прочитайте учебный материал по изучаемой теме (конспект). В случае необходимости воспользуйтесь справочными материалами.

Выпишите формулы из конспекта (справочного материала) по изучаемой теме.

Обратите внимание, как использовались данные формулы при выполнении заданий на учебном занятии.

Запишите Ваш вариант задания.

Проанализируйте условия задания и определите алгоритм его решения. Выполните расчеты.

Решите предложенное задание, используя выписанные формулы. Оформите решение.

При необходимости снабдите решение схемами, рисунками.

Проанализируйте полученный результат (проверьте правильность подстановки в формулы численных значений, правильность расчетов, правильность вывода неизвестной величины из формулы и т.п.).

К критериям оценки самостоятельной работы по выполнению расчетных заданий относятся:

- грамотная запись условия задания и его решения;
- грамотное использование формул;
- грамотное использование справочной литературы;
- точность и правильность расчетов.

3.9 Методические рекомендации по составлению тестов и эталонов ответов к ним

Составление тестов и эталонов ответов к ним - это вид самостоятельной работы по закреплению изученной информации путем её дифференциации, конкретизации, сравнения и уточнения в контрольной форме (вопроса, ответа).

Вы должны знать, что существуют различные виды тестов. Прежде чем составлять свой тест, определите его вид, т.к. от этого будет зависеть техника построения теста.

Виды тестовых заданий:

тестовые задания закрытого типа - каждый вопрос сопровождается готовыми вариантами ответов, из которых необходимо выбрать один или несколько правильных: Варианты тестовых заданий закрытого типа:

множественный выбор - испытуемому необходимо выбрать один или несколько правильных ответов из приведенного списка;

альтернативный выбор - испытуемый должен ответить «да» или «нет»;

установление соответствия - испытуемому предлагается установить соответствие

элементов двух списков;

установление последовательности - испытуемый должен расположить элементы списка в определенной последовательности;

тестовые задания открытого типа - на каждый вопрос испытуемый должен предложить свой ответ: дописать слово, словосочетание, предложение, знак, формулу и т.д.). Варианты тестовых заданий открытого типа:

свободное изложение - испытуемый должен самостоятельно сформулировать ответ; никакие ограничения на ответы в задании не накладываются;

дополнение - испытуемый должен сформулировать ответы с учетом предусмотренных в задании ограничений (например, дополнить предложение).

Тестовые задания в одном тесте могут быть как одного вида, так и представлять собой комбинацию разных видов.

При составлении тестов необходимо учитывать основные требования, предъявляемые к тестовым заданиям. К ним относят:

Действенность теста - это четкая и ясная постановка вопроса в пределах освоенных знаний.

Определенность теста - это означает, что, читая его, Вы хорошо понимаете, какую деятельность должны выполнить испытуемые, какие знания продемонстрировать и в каком объеме.

Простота теста - означает наличие в нем четкой и прямой формулировки задания на деятельность. Используйте в заданиях такие формулировки как «укажите», «перечислите», «сформулируйте» и т.п.

Однозначность теста - предполагает, что правильный ответ существует только один (несколько вариантов ответа может быть в заданиях со множественным выбором).

Алгоритм самостоятельной работы по составлению тестов: Внимательно прочитайте учебный материал по изучаемой теме.

Проведите системный анализ содержания изучаемой темы. Выделите наиболее существенные вопросы учебного материала, разбейте каждый вопрос на понятия, подлежащие усвоению.

Составьте вопросы теста и варианты ответов к ним.

Особое внимание обратите на грамотное правописание тестовых заданий, на правильное употребление профессиональной лексики.

Создайте эталоны ответов к тесту (лист правильных ответов, ключ к тесту). В листе правильных ответов указывается номер задания и цифровое, буквенное или словесное обозначение правильного ответа. Оформите тест.

К критериям оценки самостоятельной работы по выполнению расчетных заданий относятся:

- соответствие содержания тестовых заданий изучаемой теме;
- включение в тестовые задания наиболее важной информации;
- разнообразие тестовых заданий;
- наличие правильных эталонов ответов;
- качество оформления теста (аккуратность, эстетичность, оригинальность).

3.10 Методические рекомендации по составлению кроссвордов

Кроссворд - игра-задача, в которой фигуру из рядов пустых клеток нужно заполнить перекрещивающимися словами со значениями, заданными по условиям игры. Кроссворды - это гимнастика ума и испытание на эрудицию. Составление кроссвордов является прекрасным средством активизации мыслительной деятельности. Существует множество видов кроссвордов. По форме кроссворды могут быть в виде прямоугольника, квадрата, ромба, треугольника, есть круглые (циклические), фигурные, диагональные кроссворды. По расположению кроссворды могут быть симметричные, асимметричные или иметь вольное расположение слов. По содержанию выделяют тематические, учебные, числовые, алфавитные кроссворды, кроссворды с фрагментами (рисунками), кроссворды с ключевым словом или фразой и др. Ознакомьтесь с описанием некоторых видов кроссвордов.

Классический кроссворд. Данный вид кроссворда может иметь двух- или

четырехстороннюю симметрию, а может и не иметь симметрии. Есть много разновидностей классического кроссворда:

открытый кроссворд, в котором черные блоки есть снаружи;

закрытый кроссворд, в котором снаружи только буквы;

американский кроссворд, где черных блоков должно быть определенное количество и соприкасаться они могут любой стороной;

японский кроссворд, в котором черные блоки могут соприкасаться только вершинами.

Линейный кроссворд. В данном кроссворде конец одного слова служит началом другого слова. Одной из разновидностей линейного кроссворда является чайнворд. Он не вытянут в линию, а закручен по спирали.

Эстонский кроссворд. Слова в кроссворде разделены не блоками, а показанными толстой линией сторонами клеток (перегородками).

Кейворд. В клетках кейворда указаны числа вместо букв. Если буквы одинаковые, то одинаковые и числа. Для упрощения разгадывания, в нём обычно указывают одно слово.

Крисс-кросс. Этот кроссворд иногда тоже называют американским. Есть сетка и список слов, которые надо разместить в сетке. Для облегчения первых шагов может быть вписано одно слово.

Филлворд. Имеет поле заполненное буквами, в котором необходимо отыскать слова. Слова записаны в виде списка рядом с полем филворда. Типы филвордов: венгерский - направление слов любое, даже не по прямой, одна буква может использоваться один раз;

немецкий - расположение слов по прямой линии, одна буква может использоваться несколько раз.

Африканский кроссворд - эта разновидность кроссворда, в которой зачеркиваются повторяющиеся знаки в строках и столбцах. После того, как всё зачеркнуто, остается слово, которое и является отгадкой.

Сканворд. В этом кроссворде вопросы записываются внутри сетки в незанятых клетках и стрелка указывает к какому слову относится вопрос. Сканворд может быть реверсивным. В таком сканворде слова записываются по направлению стрелок, и могут записываться и справа налево.

Итальянский кроссворд. Вопросы записаны в клетках на полях кроссворда. Надо не только вписать ответ, но и правильно выбрать место для записи. Для облегчения задачи вместе с вопросом обычно указывают длину слова-ответа.

Дуаль или двойной кроссворд. Есть и такие разновидности кроссворда, где в каждую клетку вписаны две буквы. Лишние буквы необходимо убрать, и в результате станут видны слова, как в обычном кроссворде.

Реверсивный кроссворд. Кроссворд, слова в котором вписываются строго по направлениям стрелок, а они могут указывать любое из четырех направлений.

Круговой кроссворд. Сетка этого кроссворда слегка изогнута, таким образом слова расположенные по внешней стороне сетки образуют круг. Как правило, слова имеют одинаковую длину.

Общие правила составления кроссвордов:

Загаданные слова должны быть в именительном падеже и единственном числе, кроме слов, которые не имеют единственного числа.

Не используются слова, пишущиесячерез тире и имеющие уменьшительно-ласкательную окраску.

Не используются аббревиатуры и сокращения. В каждую белую клетку кроссворда вписывается одна буква.

Каждое слово начинается в клетке с номером, соответствующим его определению, изаканчивается черной клеткой или краем фигуры.

Имен собственных в кроссворде может быть не более 1/3 от всех слов.

Не следует применять при составлении кроссвордов слова, которые могут вызватьнегативные эмоции, жаргонные и нецензурные слова.

Не желательно при создании кроссвордов употреблять малоизвестные названия, устаревшие и вышедшие из обихода слова.

Начинать составлять кроссворд рекомендуется с самых длинных слов. *Правила оформления кроссвордов:*

Кроссворд может быть оформлен от руки на листах формата А4 или набран на компьютере с использованием любого текстового или табличного редактора и распечатан на принтере.

При составлении кроссворда можно использовать специальные компьютерные программы типа «HotPotatoes», «EclipseCrossword», «Decalion» или бесплатные онлайновые сервисы типа «Фабрика кроссвордов». При этом кроссворд должен быть сохранен на электронный носитель в виде исполняемого файла и может быть представлен в электронном виде. Рисунок кроссворда должен быть четким. Сетка кроссворда должна быть выполнена в двух экземплярах:

1- й экземпляр - с заполненными словами;

2- й экземпляр - пустая сетка только с цифрами позиций.

Толкования слов (определения) должны быть строго лаконичными. Не следует делать их пространными, излишне исчерпывающими, многословными, несущими избыточную информацию. В определениях не должно быть однокоренных слов.

Каждому слову в сетке кроссворда присваивается номер. При этом номера расставляются последовательно слева направо, от верхней строчки к нижней. Ответы на кроссворд публикуются отдельно. Оформляются на отдельном листе.

Алгоритм самостоятельной работы по составлению кроссворда:

Внимательно прочитайте учебный материал по изучаемой теме (конспекты, дополнительные источники).

Определите круг понятий по изучаемой теме, из которых будет состоять Ваш кроссворд. Составьте вопросы к выбранным понятиям.

Каждому понятию надо дать правильное, лаконичное толкование. Продумайте дизайн кроссворда, его эстетическое оформление. Начертите кроссворд и оформите список вопросов к нему. Оформите ответы на кроссворд на отдельном листе.

Проверьте правильность выполненной работы (грамотность написания понятий и определений, соответствие нумерации, количество соответствующих ячеек).

К критериям оценки самостоятельной работы по составлению кроссворда относятся:

- соответствие содержания кроссворда изучаемой теме;
- грамотность в изложении терминов, понятий изучаемой темы;
- уровень сложности составленных вопросов;
- наличие листа правильных ответов;
- качество оформления работы (аккуратность, эстетичность, оригинальность).

4. Рекомендуемые источники

1. Основные источники

1. Левчук, И. П. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / И. П. Левчук, А. А. Бурлаков. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 144 с. - 144 с. - ISBN 978-5-9704-4645-4. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL : https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970446454.html
2. Микрюков, В.Ю., Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.Ю. Микрюков. — Москва: КноРус, 2023. — 282 с. — ISBN 978-5-406-10451-4. — URL:https://book.ru/book/945204
3. Шимановская, Я.В., Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: учебник / Я.В. Шимановская, А.С. Сарычев, К.А. Шимановская. — Москва: КноРус, 2023. — 477 с. — ISBN 978-5-406-10518-4. — URL:https://book.ru/book/945220
4. Колесниченко, П.Л., Безопасность жизнедеятельности для специальности "Лечебное дело": учебник / П.Л. Колесниченко, С.А. Степович, А.М. Лощаков. — Москва: КноРус, 2023. — 286 с. — ISBN 978-5-406-10552-8. — URL:https://book.ru/book/946246
5. Липски, С.А., Безопасность жизнедеятельности: учебник / С.А. Липски, А.В. Фаткулина. — Москва: КноРус, 2023. — 241 с. — ISBN 978-5-406-10866-6. — URL:https://book.ru/book/946890

2. Дополнительные источники

6. Косолапова,Н.В., Н.А.Прокопенко. Безопасность жизнедеятельности: учебник.- М. КНОРУС,2010.-192с.-(СПО)
7. Арустамов,Э.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник.- 17-е изд., перераб. и доп.- М. : ИТК «Дашков и К», 2013.-448с.
8. Бондин,В.И., Семенихин,Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие.- М.:ИНФРА-М,2013.-349с. (СПО).
9. Микрюков,В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник.-М.: ФОРУМ, 2012.-464с.- (СПО).
10. Хван, Т.А., Хван, П.А. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие.- Ростов н/Д : Феникс, 2012.- 448 с.

3. Нормативно-правовые акты

11. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.
12. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. от 24.09.2022) «Об образовании в Российской Федерации»//
13. «Гражданский кодекс Российской Федерации (часть первая)» от 30.11.1994 №51-ФЗ (ред. от 25.02.2022) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2022) // СЗ РФ. – 1994. – №32 – Ст. 3301.
14. «Гражданский кодекс Российской Федерации (часть вторая)» от 26.01.1996 №14-ФЗ (ред. от 01.07.2021, с изм. от 08.07.2021) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2022) // СЗ РФ. – 1996. – №5 – Ст. 410.
15. «Гражданский кодекс Российской Федерации (часть третья)» от 26.11.2001 №146-ФЗ (ред. от 01.07.2021) // СЗ РФ. – 2001. – №49 – Ст. 4552.
16. «Гражданский кодекс Российской Федерации (часть четвертая)» от 18.12.2006 №230-ФЗ (ред. от 14.07.2022) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (ч. 1). — Ст. 5496.

17. «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 №223-ФЗ (ред. от 04.08.2022) (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2022) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.
18. «Уголовный кодекс Российской Федерации» от 13.06.1996 №63-ФЗ (ред. от 24.09.2022)// СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.
19. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (ред. от 24.09.2022) «О воинской обязанности и военной службе»// СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
20. Федеральный закон от 21.12.1994 №68-ФЗ (ред. от 14.07.2022) «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
21. Федеральный закон от 21.07.1997 №116-ФЗ (ред. от 11.06.2021) «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
22. Федеральный закон от 25.07.2002 №113-ФЗ(ред. от 31.07.2020) «Об альтернативной гражданской службе» // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
23. Федеральный закон от 31.05.1996 №61-ФЗ (ред. от 14.07.2022) «Об обороне» // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
24. Федеральный закон от 10.01.2002 №7-ФЗ(ред. от 26.03.2022) «Об охране окружающей среды» // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
25. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 11.06.2022, с изм. от 13.07.2022) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2011. — № 48. — Ст. 6724.
26. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 №794 (ред. от 16.06.2022) «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.
27. Федеральный закон от 21.12.1994 № 69-ФЗ (ред. от 14.07.2022) «О пожарной безопасности» // СЗ РФ. — 1994. — №35. — Ст. 3649.
28. Указ Президента РФ от 10.11.2007 № 1495 (ред. от 31.07.2022) «Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации» (вместе с «Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации», «Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации», «Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации») // СЗ РФ. — 2007. — № 47(ч.1). — Ст. 5749.
29. Указ Президента РФ от 15.02.2006 № 116 (ред. от 25.11.2019) «О мерах по противодействию терроризму» (вместе с «Положением о Национальном антитеррористическом комитете») // СЗ РФ. — 2006. — №8. — Ст. 897.
30. Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 №413 (ред. от 12.08.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 № 24480) // Российская газета. – 2012. – №139.
31. Приказ Минобрнауки России от 29.12.2014 №1645 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 09.02.2015 №35953) // URL: http://www.pravo.gov.ru.
32. Приказ Министра обороны РФ №96, Минобрнауки РФ №134 от 24.02.2010 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (Зарегистрировано в Минюсте

РФ 12.04.2010 №16866) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти – №18. – 2010.
33. Приказ Минздравсоцразвития России от 04.05.2012 №477н (ред. от 07.11.2012) «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (Зарегистрировано в Минюсте России 16.05.2012 №24183) // Российская газета, – 2012. – №115.
34. Приказ Минздрава России от 07.11.2012 № 586н «О внесении изменения в приложение №2 к приказу Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2012 № 26405) // Российская газета, – 2012. – №303.
35. Постановление Правительства РФ от 25.03.2015 № 272 (ред. от 29.07.2020) «Об утверждении требований к антитеррористической защищенности мест массового пребывания людей и объектов (территорий), подлежащих обязательной охране войсками национальной гвардии Российской Федерации, и форм паспортов безопасности таких мест и объектов (территорий)» (с изм. и доп., вступ. в силу с 10.10.2020) // СЗ РФ. — 2015. — №14. — Ст. 2119.
36. Письмо Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «О направлении доработанных рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования // Администратор образования. –2016. – №2.

4.2.1. Интернет-ресурсы:

- Отраслевые словари и справочники (по профилю (направленности) образовательных программ): [Электронный ресурс]. —URL: http://www1.fips.ru
- Справочно-правовая система КонсультантПлюс. [Электронный ресурс]. —URL: http://www.consultant.ru
- http://mukobg.jimdo.com
- http://onlinetestpad.com/ru-ru/Category/
- Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» [Электронный ресурс]. —URL: http://kuhta.clan.su
- Искусство выживания [Электронный ресурс]. —URL: http://www.goodlife.narod.ru
- Все о пожарной безопасности [Электронный ресурс]. —URL: http://www.0-1.ru
- Первая медицинская помощь [Электронный ресурс]. —URL: http://www.meduhod.ru
- Портал детской безопасности [Электронный ресурс]. —URL: http://www.spas-extreme.ru
- Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека [Электронный ресурс]. —URL: http://www.rospotrebnadzor.ru
- Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору[Электронный ресурс]. —URL: http://www.gosnadzor.ru
- Федеральный центр гигиены и эпидемиологии [Электронный ресурс]. —URL: http://www.fcgsen.ru
- Охрана труда и техника безопасности [Электронный ресурс]. —URL: http://www.znakcomplect.ru
- Лига здоровья нации [Электронный ресурс]. —URL: http://www ligazn.ru
- Министерство здравоохранения Российской Федерации [Электронный ресурс]. —URL: http://www.znopr.ru

– МЧС России [Электронный ресурс]. —URL: http://www.mchs.gov.ru
– Совет безопасности РФ [Электронный ресурс]. —URL: http://www.scrf.gov.ru
– Министерство внутренних дел РФ [Электронный ресурс]. —URL: http://www.mvd.ru
– Министерство обороны РФ [Электронный ресурс]. —URL: http://www.mil.ru
– Министерство образования и науки РФ [Электронный ресурс]. —URL: http://mon.gov.ru
– Министерство природных ресурсов РФ [Электронный ресурс]. —URL: http://www.mnr.gov.ru
– Федеральный российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс]. —URL: http://www.school.edu.ru
– Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. —URL: http://www.edu.ru
– Журнал «Вестник образования» [Электронный ресурс]. —URL: http://www.vestnik.edu.ru
– Издательский дома «Профкнига» [Электронный ресурс]. —URL: http://www.profkniga.ru
– Энциклопедия безопасности [Электронный ресурс]. —URL: http://www.opasno.net
– Личная безопасность [Электронный ресурс]. —URL: http://personal-safety.redut-7.ru
– Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности[Электронный ресурс]. —URL: http://www.alleng.ru
– «Мой компас» (безопасность ребёнка) [Электронный ресурс]. —URL: http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det
– Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России [Электронный ресурс]. —URL: http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html
– Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности) [Электронный ресурс]. —URL: http://www.econavt-catalog.ru
– Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях [Электронный ресурс]. —URL: http://www.hardtime.ru
– РФ. Федеральный закон «О противодействии терроризму» от 06.03.2006 № 35-ФЗ (ред. от 31.12.2014) [Электронный ресурс]. – URL: http://base.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc;base=LAW;n=173583 (дата обращения 19.11.2015).
– Электронные книги на тему терроризма [Электронный ресурс]. – URL: http://www.knigafund.ru/tags/2431