

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СТАРООСКОЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(ОГАПОУ СПК)

**Методические рекомендации по организации
самостоятельной работы студентов**

**по учебной дисциплине
в процессе изучения учебной дисциплины**

ОП.08 Безопасность жизнедеятельности

по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования
в области хореографии

Разработчик:
Погиба О.В.,
преподаватель ОГАПОУ СПК

Старый Оскол

Методические рекомендации для самостоятельной работы студентов колледжа по учебной дисциплине ОП.08 Безопасность жизнедеятельности составлены на основе рабочей дисциплины. Сборник адресован преподавателям и студентам учреждений среднего профессионального образования, педагогам дополнительного образования.

Разработчик:

Погиба О.В., преподаватель ОГАПОУ СПК

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина ОП. 08 Безопасность жизнедеятельности является частью образовательной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности СПО по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования в области хореографии.

Методические указания по организации самостоятельной работы разработаны в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины ОП. 08 Безопасность жизнедеятельности.

В ходе изучения учебной дисциплины обучающийся должен:

уметь:

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

знать:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;

- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Целью методических указаний является организация и управление самостоятельной работой обучающихся в процессе целенаправленного изучения материала темы, самостоятельного определения уровня знаний и умений.

Основные цели самостоятельной работы:

- систематизация и закрепление знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний, формирование умений использовать справочную документацию и дополнительную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов, творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельного мышления;
- развитие исследовательских умений;
- формирование общих и профессиональных компетенций.

Тематический план самостоятельных работ

Раздел 1. Защита населения и территории в ЧС мирного и военного времени.

Тема: Обеспечение устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях.

Реферат устное выступление на заданную тему.

- Тема: Виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации.
- Тема: Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.

Сообщение устное выступление на заданную тему.

-Тема: Задачи и основные мероприятия гражданской обороны. Способы защиты населения от оружия массового поражения.

Презентация

Защита презентации

-Тема: Организационные, инженерно-технические основы защиты населения от ЧС военного времени.

Презентация

Защита презентации

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

-Тема: Компоненты здорового образа жизни.

Рефератустное выступление на заданную тему.

-Тема: Правила оказания первой медицинской помощи при ранениях.

Сообщение устное выступление на заданную тему.

-Тема: Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.

Реферат

Порядок выполнения самостоятельных работ.

Создание презентаций.

Презентация представляет собой последовательность слайдов, содержащих текст, рисунки, фотографии, анимацию, видео и звук. Цель презентации — донести до целевой аудитории полноценную информацию об объекте презентации в удобной форме.

Требования к оформлению.

1. Не перегружать слайды текстом. Дизайн должен быть простым, а текст — коротким.
2. Наиболее важный материал лучше выделить курсивом, подчеркиванием, жирным шрифтом, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста
3. Не следует использовать много мультимедийных эффектов анимации
4. Чтобы обеспечить хорошую читаемость презентации необходимо подобрать темный цвет фона и светлый цвет шрифта. Размер шрифта: 24–54 пункта (заголовки), 18–36 пунктов (обычный текст); тип шрифта: для основного текста гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читается.
5. Иллюстрации рекомендуется сопровождать пояснительным текстом.
6. Если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.
7. Оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части.

8. Все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле.

9. Текст презентации должен быть написан без орфографических и пунктуационных ошибок.

Необходимо отрепетировать показ презентации и свое выступление, проверить, как будет выглядеть презентация в целом (на экране компьютера или проекционном экране), обстановке, максимально приближенной к реальным условиям выступления. После подготовки презентации полезно проконтролировать себя вопросами: удалось ли достичь конечной цели презентации (что удалось определить, объяснить, предложить или продемонстрировать с помощью нее?);

- к каким особенностям объекта презентации удалось привлечь внимание аудитории?

не отвлекает ли созданная презентация от устного выступления?

После подготовки презентации необходима репетиция выступления.

Образец оформления презентации:

1. Первый слайд: Тема информационного сообщения (или иного вида задания): Подготовил: Ф.И.О. студента, группа. Руководитель: Ф.И.О. преподавателя.

2. Второй слайд: План: 1. _____. 2. _____. 3. _____.

3. Третий слайд: Литература.

4. Четвертый слайд: Лаконично раскрывает содержание информации, можно включать рисунки, автофигуры, графики, диаграммы и другие способы наглядного отображения информации.

Подготовка сообщений.

Сообщение – это устное выступление на заданную тему. В учебных заведениях время сообщения, как правило, составляет 5-15 минут.

Цели сообщения:

1. Научиться убедительно и кратко излагать свои мысли в устной форме. (Эффективно продавать свой интеллектуальный продукт).

2. Донести информацию до слушателя, установить контакт с аудиторией и получить обратную связь. Требования к оформлению. Важно при подготовке доклада учитывать три его фазы: мотивацию, убеждение, побуждение. Основное содержание выступления должно отражать суть, главные итоги: новизну и значимость материала. Свое выступление докладчик строит на основе чтения (лучше пересказа) заранее подготовленного текста. Докладчик должен понимать, что за определенное время он должен изложить информацию, способную расширить существующие границы представлений обучающихся по соответствующей теме. Обучающийся должен поставить

себе задачу подготовить содержание сообщения и аргументировать ответы на вопросы так, чтобы они были поняты слушателям. Все это будет способствовать благоприятному впечатлению и расположению к докладчику со стороны присутствующих.

Примерный план публичного выступления.

1. Приветствие «Добрый день!» «Уважаемый «(имя и отчество преподавателя) «Уважаемые присутствующие!»
2. Представление (Ф.И., группа, и т.д.) «Меня зовут...Я учащийся...группы, название учебного заведения..., города...»
3. Цель выступления «Цель моего выступления – дать новую информацию по теме.
4. Название темы «Название темы»
5. Актуальность «Актуальность и выбор темы определены следующими факторами: во-первых, во-вторых»
6. Кратко о поставленной цели и способах ее достижения «Цель моего выступления – ... основные задачи и способы их решения: 1..., 2..., 3...» получены новые знания следующего характера: выдвинуты новые гипотезы и идеи: определены новые проблемы (задачи)»
7. Благодарность за внимание «Благодарю за проявленное внимание к моему выступлению»
8. Ответы на вопросы «Спасибо (благодарю) за вопрос...А) Мой ответ... Б) У меня, к сожалению, нет ответа, т.к. рассмотрение данного вопроса не входило в задачи моего исследования.
9. Благодарность за интерес и вопросы по теме «Благодарю за интерес и вопросы по подготовленной теме. Всего доброго»...

Успех выступления, обучающегося во многом зависит от формы. Докладчик должен осознавать, что восприятие и понимание слушателями предлагаемой новой информации во многом определяется формой контакта с аудиторией и 10 формой подачи материала. Наличие у докладчика куража (в лучшем понимании этого слова), как правило, создает положительную эмоциональную атмосферу у всех слушателей.

Методические указания для выполнения реферата.

Перед написанием реферата, прежде всего, необходимо ознакомиться с перечнем рекомендуемой литературы, затем прочитать один раз основные источники по теме и приступить к составлению плана изложения. На втором этапе необходимо законспектировать и проанализировать основные положения работы, а затем приступить к изложению своими словами содержания реферата, придерживаясь последовательности в изложении

материала, в соответствии с планом. При необходимости можно приводить цитаты, взятые в кавычки. Списывание текста из источника категорически воспрещается, так же как не допускается своими словами пересказ одного лишь учебника или учебного пособия. Реферат должен быть соответствующим оформлен, составлять не более 10-15 страниц рукописного или машинного текста и отражать существенные ключевые моменты темы.

Структура реферата:

1. титульный лист – без нумерации;
2. план;
3. введение – с краткой аннотацией выполненной работы;
4. анализ изучаемой темы по рекомендуемому перечню содержания рефератов с заключением по обзору литературных источников;
5. выводы – по существу выполненной работы;
6. библиография – перечень литературы, используемой для написания текста реферата (в алфавитном порядке) - 5-7 источников.

Задания на самостоятельную работу

Раздел 1. Защита населения и территории в ЧС мирного и военного времени.

Самостоятельная работа №1

Тема 1.1. Обеспечение устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях.

Цель: Раскрыть обеспечение устойчивости объектов экономики и прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить рефераты на темы:

1. Обеспечение устойчивости объектов экономики.
2. Прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях.
3. Прогнозирование развития событий и оценки последствий при стихийных явлениях.
4. Классификация чрезвычайных ситуаций лесных пожаров.
5. Классификация чрезвычайных ситуаций массовых заболеваний.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №2

Тема 1.2. Виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации.

Цель: Дать краткую характеристику потенциальным опасностям в профессиональной деятельности и быту.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить рефераты на темы:

1. Потенциальные опасности в профессиональной деятельности.
2. Потенциальные опасности в быту
3. Последствия потенциальных опасностей в профессиональной деятельности.
4. Последствия потенциальных опасностей в быту.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №3

Тема 1.3. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.

Цель: Определить меры пожарной безопасности и правила поведения при пожарах.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить сообщения на темы:

1. Меры пожарной безопасности в помещениях.
2. Правила поведения при пожарах.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №4

Тема 1.4. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны. Способы защиты населения от оружия массового поражения

Цель: Определить задачи и основные мероприятия гражданской обороны. Выяснить способы защиты населения от оружия массового поражения.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить презентации на темы:

1. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны.
2. Способы защиты населения от ядерного оружия.
3. Способы защиты населения от химического и биологического оружия.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №5

Тема 1.5. Организационные, инженерно-технические основы защиты населения от ЧС военного времени.

Цель: Ознакомиться организационными, инженерно-техническими основами защиты населения от ЧС военного времени.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить презентации на темы:

1. Простейшие укрытия защиты населения от ЧС военного времени.
2. Противорадиационные укрытия для защиты населения от ЧС военного времени.
3. Специальные коллективные средства защиты.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Раздел 2. Основы военной службы.

Самостоятельная работа №6

Тема 2.1. Основы военной службы и обороны государства. Воинский учет. Ответственность военнослужащих за преступления против военной службы

Цель: Определить предназначение ВС, порядок организации воинского учета и ответственность военнослужащих за преступления против военной службы.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить рефераты на темы:

1. Цели и задачи воинского учета.
2. Документы и виды воинского учета.
3. Предназначение ВС РФ, структура.

4. Ответственность военнослужащих за преступления против военной службы.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №7

Тема 2.2. Порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке. Прохождение военной службы по призыву. Альтернативная гражданская служба.

Прохождение военной службы по контракту. Применение полученных профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы

Цель: Определить порядок прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить рефераты на темы:

1. Прохождение военной службы по призыву.
2. Альтернативная гражданская служба.
3. Профессиональные знания обучающихся необходимые при исполнении обязанностей военной службы.
4. Порядок прохождения военной службы по контракту, права и льготы.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №8

Тема 2.3. Терроризм как серьезная угроза национальной безопасности России. Виды терроризма. Профилактика терроризма.

Цель: Выяснить каким образом терроризм представляет угрозу национальной безопасности России.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить сообщения на темы:

1. Виды терроризма и международные террористические организации.
2. Профилактика терроризма.
3. Терроризм в России.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №9

Тема 2.4. Специальности СПО необходимые в ВС РФ для прохождения военной службы. Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения.

Цель: Выяснить специальности СПО необходимые в ВС РФ для прохождения военной службы. Ознакомиться с основными видами вооружения, военной техники и специального снаряжения.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить презентации на темы:

1. Специальности СПО необходимые в ВС РФ для прохождения военной службы.
2. Основные виды вооружения ВС.
3. Военная техника видов ВС.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №10

Тема 2.5. Военная доктрина Российской Федерации

Цель: Ознакомиться с Военной доктриной Российской Федерации

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить презентации на темы:

1. Военно-политические основы Военной доктрины.
2. Внутренние угрозы безопасности страны.
3. Внешние угрозы безопасности страны.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Самостоятельная работа №11

Тема 3.1. Определения здоровья. Критерий состояния здоровья. Здоровый образ жизни. Компоненты здорового образа жизни. Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье.

Цель: Определить компоненты ЗОЖ и их значение для человека.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить рефераты на темы:

1. Двигательная активность и ее значение для человека.
2. Рациональное питание и его значение для человека.
3. Режим труда и отдыха и его значение для человека.
4. Закаливание и его значение для человека.

Задание для самостоятельной работы:

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №12

Тема 3.2. Порядок и оказание первой помощи пострадавшим.

Правила оказания первой помощи пострадавшим при ранениях.

Медицинская характеристика ран.

Цель: Показать алгоритм оказания первой помощи при ранениях.

Задание для самостоятельной работы:

Выполнить сообщения на темы «Оказание первой помощи при ранениях».

1. Понятие раны, виды ран.
2. Первая помощь при ранениях опасных для здоровья человека.
3. Первая помощь при ранениях опасных для жизни человека.
4. Виды кровотечений.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Самостоятельная работа №13

Тема 3.3. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.

Цель: Изучить правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

Задание для самостоятельной работы:

Подготовить рефераты на темы:

1. Оказание первой помощи при отравлении щелочью.
2. Оказание первой помощи при отравлении кислотой.
3. Оказание первой помощи при отравлении лекарственными средствами.
4. Оказание первой помощи при отравлении препаратами бытовой химии.

Требования к оформлению самостоятельной работы:

Рекомендации по оформлению и структуре текста см. рекомендации.

При выполнении работы, можно использовать рекомендуемую литературу, так и ресурсы Интернет.

Рекомендуемые источники информации

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы:

Основная литература:

Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник - М.: КНОРУС, 2016 – 136 с.

2. Микрюков В. Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник - М.: КНОРУС, 2016 – 336 с

Дополнительная литература:

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник - М.: КНОРУС, 2016 – 136 с.

2. Косолапова Н. В. Безопасность жизнедеятельности: учебник – М.: КНОРУС, 2016 – 192

3. Микрюков В. Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник - М.: КНОРУС, 2016 – 336 с

4. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый и профил. уровни – М.: Просвещение, 2012 – 351 с.

Интернет ресурсы:

<http://znanium.com> – ЭБС «ZNANIUM.COM»

<https://www.biblio-online.ru> – ЭБС издательства «Юрайт»

<http://e.lanbook.com> – ЭБС издательства «Лань»

Косолапова Н.В. Безопасность Жизнедеятельности. Практикум (4-е изд.) в электронном формате 2015г