

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОУД.06 **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Профессия : 23.01.03 Автомеханик

Форма обучения: Очная

СОСТАВ УМК:

№ п/п	Наименование документа	Стр.
1.	Рабочая программа и календарно-тематическое планирование	1-15
2.	Методические указания по выполнению лабораторно-практических работ	16-44
3.	Методические указания по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы студентов	45-58
4.	Фонды контрольно-оценочных средств	59-70

Утверждаю:
Заместитель директора по УР
Шпак М.Е.
« 10 » 10 2018 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по программам подготовки квалифицированных рабочих, служащих:

23.01.03 Автомеханик

Рекомендована методическим советом
ГБПОУ ИО «Бодайбинский горный техникум»
Заключение методического совета,
протокол № 4 от « 04 » 10 2018 г.
председатель методсовета

 (Шпак М.Е.)



Бодайбо, 2018 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по программе подготовки квалифицированных рабочих, служащих:

23.01.03 Автомеханик, профессия – слесарь по ремонту автомобилей, водитель автомобиля, оператор заправочных станций (Приказ Минобрнауки России от 02.08.2013г. №701 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 190631.01 Автомеханик» (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2013 №29498) (Приказ Минобрнауки России от 09.04.2015 №389 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования» по профессии 23.01.03 Автомеханик (Зарегистрировано в Минюсте России 08.05.2015 №37216)

Организация-разработчик: ГБПОУ ИО «Бодайбинский горный техникум»

Разработчик: Есева Людмила Анатольевна - преподаватель ГБПОУ ИО «Бодайбинский горный техникум»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.	17
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.	19

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС 23.01.03 Автомеханик

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

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

- личностных:
 - развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
 - готовность к служению Отечеству, его защите;
 - формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
 - исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
 - воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
 - освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- метапредметных:
 - овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
 - овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
 - формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
 - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых

информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;
- предметных:
 - сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
 - получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
 - сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
 - сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
 - освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
 - освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
 - развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
 - формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
 - развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
 - освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей

прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

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

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося 108 часов, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 72 часа;

самостоятельная работа обучающегося 36 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
практические работы	40
контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
в том числе: сообщения, доклады презентация	
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.3. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		18	
Введение	Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.	1	2
Тема 1.1. Здоровье. Здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала	1	
	1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общее понятие о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.		2
	2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.		2
	Лабораторные работы	-	
	Практические занятия 1.Изучение основных положений рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся «Биологические ритмы и работоспособность человека» ответить на вопросы задания, (подготовить сообщения)	4	
Тема 1.2. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала	2	
	1. Вредные привычки и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.	1	2
	Курение и его влияние на здоровье человека, Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую и дыхательную. Пассивное курение и его влияние на здоровье человека.		2
	2. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	1	2
	О Практические занятия 1.Отработка умений применения способов бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях.	2	2
Самостоятельная работа обучающихся			

	Подготовка доклада по теме «Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества».	2	
Тема 1.3. Инфекционные болезни и их профилактика	Содержание учебного материала	2	2
	1. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Бактериальные и вирусные инфекции. Акарозы. Гельминтозы.		2
	2. Классификация инфекционных заболеваний	2	
	Самостоятельная работа обучающихся «Профилактика инфекционных заболеваний» Подготовить презентацию, используя материалы лекции и Интернет.	2	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		33	
Тема 2.1. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного происхождения	Содержание учебного материала	1	2
	1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения, причины их возникновения и возможные последствия. Способы защиты от ЧС природного и техногенного происхождения		
	Практические занятия 1.«Правила поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуаций природного и техногенного происхождения». Способы защиты. 2.«Применение средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях». 3.«Планирование эвакуационных мероприятий на объекте экономики». 4.«Отработка правил поведения при захвате в заложники».	8	2
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка сообщения по теме «Потенциальные опасности природного , техногенного и социального происхождения, характеристика для Иркутской области».	2	
Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала	2	2
	1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение Практические занятия 1.«Подготовка данных и определение порядка использования инженерных сооружений для защиты работающих и населения от чрезвычайных ситуаций». 2.«Оповещение и информирование населения об опасностях». 3.«Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов	6	2

	«чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени».		
Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.	Содержание учебного материала		2
	1.	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	2
	Практическое занятие Защитные сооружения гражданской обороны. Основные предназначения защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.		2
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы		2
Тема 2.4. Правовые основы организации защиты населения РФ от террористической угрозы	Содержание учебного материала		2
	1.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	2
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы, подготовка письменных сообщений		2
Тема 2.6. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Содержание учебного материала		2
	1.	Деятельность государственных служб по охране здоровья и безопасности граждан (МЧС России, полиция, служба скорой помощи, другие службы в области безопасности)	2
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы		2
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность		39	
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала		2
	1.	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.	2
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы, подготовить сообщения и кроссворды		4
Тема 3.2.	Содержание учебного материала		2

Организационная структура ВС РФ	1.	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.		2
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы		2	
Тема 3.3. Огневая подготовка в ВС РФ	Практические занятия Огневая подготовка: «Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова» Приёмы и правила стрельбы из автомата		6	
Тема 3.4. Военная обязанность граждан РФ	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учёта. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Виды прохождения военной службы. Призыв на военную службу		
	Практические занятия 1. Применение профессиональных знаний в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией. Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы, подготовка сообщений; подбор и обработка документов для первоначальной постановки на воинский учёт		2	3
Тема 3.5 .Строевая подготовка в ВС РФ	Практические занятия Строевая подготовка «Строй и управление ими»; «Строевые приёмы и движение без оружия» «Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении» «Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него»		6	
Тема 3.6. Военнослужащий – защитник своего Отечества.	Содержание учебного материала		2	2
	1.	Виды воинской деятельности и их особенности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и		

		законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.		
	2.	Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.		
Тема 3.7. Боевые традиции ВС России	Содержание учебного материала		2	2
	1.	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества Дни воинской славы России – дни славных побед. Воинский долг – обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями славы России.		
Тема 3.8. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала		1	2
	1.	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.		
Тема 3.9. Как стать офицером Российской армии.	Содержание учебного материала		2	2
	1.	Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.		
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы, подготовка сообщений		2	
Тема 3.10. Символы воинской чести.	Содержание учебного материала		2	2
	1.	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе		
Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни			18	
Тема 4.1. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	Содержание учебного материала		1	2
	1.	Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.		
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы, подготовка сообщений, разработка кроссвордов		2	
Тема 4.2.	Содержание учебного материала		1	

Неблагоприятные факторы воздействия на здоровье человека	1.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. «Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. СПИД и его профилактика. Правила личной гигиены и здоровье».		1
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы, подготовка сообщений		2	2
Тема 4.2. Основы первой медицинской помощи	Практические занятия 1. «Первая медицинская помощь при ранениях и травмах (кровотечения, раны, асептика и антисептика) 2. «Ушибы, растяжения, вывихи, переломы. Оказание ПМП» «Медицинская помощь при ожогах, обморожениях, укусах ядовитыми змеями». Отравления и их виды. Оказание помощи при отравлениях		4	
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику, ответы на вопросы, подготовка сообщений		4	
Тема 4.3. Реанимация	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Наука реанимация. Сердечно - легочная мозговая реанимация при внезапной остановке сердца. Основные закономерности процессов умирания человека. Причины и виды остановки сердца. Фибрилляция.		
	2.	Принципы оказания реанимационной помощи при терминальных состояниях. Восстановление проходимости дыхательных путей, искусственное дыхание.		1
	Практическое занятие «Наружный (непрямой) массаж сердца». «Сочетание наружного массажа сердца с искусственной вентиляцией легких».		2	
	Итоговое занятие (Дифференцированный зачет)			
Всего:		108		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета ОБЖ

Оборудование учебного кабинета:

1. Респиратор Р-2
2. Индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, 9, 10, 11)
3. Ватно-марлевая повязка
4. Противопыльная тканевая маска
5. Медицинская сумка в комплекте
6. Аптечка индивидуальная (АИ-2)
7. Бинты марлевые
8. Бинты эластичные
9. Жгуты кровоостанавливающие резиновые
10. Индивидуальные перевязочные пакеты
11. Косынки перевязочные
12. Ножницы для перевязочного материала прямые
13. Шприц-тюбики одноразового пользования (без наполнителя)
14. Шинный материал (металлические, Дитерихса)
15. Комплект плакатов по Гражданской обороне
16. Комплект плакатов по Основам военной службы

Технические средства обучения:

1. Компьютер, телевизор

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов.

Основные источники:

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
2. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
3. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
4. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2013.
5. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.
6. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.mvd.ru> (Сайт МВД)
2. <http://www.mchs.gov.ru> (Сайт МЧС)
3. <http://www.bezopasnost.edu66.ru> (Информационный портал ОБЖ)
4. <http://www.allsafety.ru> (Школа первой помощи)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, устного опроса а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, внеаудиторной самостоятельной работы.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Должны уметь:	
<ul style="list-style-type: none">- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	<p><i>Формы контроля обучения:</i></p> <ul style="list-style-type: none">– домашние задания репродуктивного характера;– практические задания по работе с информацией, документами, литературой;– подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий проектного характера.
Должны знать:	
<ul style="list-style-type: none">- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него; основы реаниматологии;- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;- предназначение, структуру и задачи РСЧС;- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;	<p><i>Формы оценки результативности обучения:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- традиционная система оценивания в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая оценка <p><i>Методы контроля направлены на проверку умения учащихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none">– выполнять условия задания на репродуктивном уровне;– делать осознанный выбор способов действий из ранее известных;– осуществлять коррекцию (исправление) сделанных ошибок на новом уровне предлагаемых заданий;– работать в группе и представлять как свою, так и позицию группы; <p><i>методы оценки результатов обучения:</i></p> <ul style="list-style-type: none">– формирование результата итоговой аттестации по дисциплине на основе суммы результатов текущего контроля.

Утверждаю:

Зам. директора по УР

Шпак М.Е.

« 10 » 10 2018



**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
ОУД.05 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Профессия СПО

23.01.03 Автомеханик

Форма обучения:

Очная

Рекомендовано методическим советом
ГБПОУ ИО «Бодайбинский горный техникум»
Заключение методического совета,
Протокол № 1 от « 10 » 10 2018 г.
Председатель методсовета
Шпак М.Е.



Бодайбо, 2018

Методические указания по выполнению практических работ учебной дисциплины разработаны на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по программам подготовки специалистов среднего звена

23.01.03 Автомеханик, профессия – слесарь по ремонту автомобилей, водитель автомобиля, оператор заправочных станций (Приказ Минобрнауки России от 02.08.2013г. №701 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 190631.01 Автомеханик» (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2013 №29498) (Приказ Минобрнауки России от 09.04.2015 №389 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования» по профессии 23.01.03 Автомеханик (Зарегистрировано в Минюсте России 08.05.2015 №37216)

Организация-разработчик: ГБПОУ ИО «Бодайбинский горный техникум»

Разработчик: Есева Л.А. - преподаватель ГБПОУ ИО «Бодайбинский горный техникум»

Содержание

Пояснительная записка	4
Правила выполнения практических занятий.....	5
Практическая работа №1 Закрепление знаний по теме «Основы здорового образа жизни».....	6-7
Практическая работа №2 Использование факторов окружающей природной среды для закаливания организма.....	7-8
Практическая работа №3 тема: Выявление влияния алкоголя на здоровье.....	9
Практическая работа №4 тема: Выявление влияния наркомании и токсикомании на здоровье.....	9-10
Практическая работа №5-6 Классификация инфекционные заболевания и их профилактика.....	11
Практическое занятие №7 тема: Решение ситуативных задач по ФЗ №65 «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера».....	11-12
Практическая работа № 8-9 «Изучение классификации чрезвычайных ситуаций».....	11-12
Практическая работа №10 «Выполнение работы по прогнозированию техногенной катастрофы».....	12
Практическая работа №11-12 тема: Повторение правил поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.....	12-14
Практическая работа №13 тема: Применение средств индивидуальной защиты в ЧС (противогазы, ВМП, ОЗК).....	14
Практическая работа №14 Планирование и проведение мероприятий гражданской обороны.....	15
Практическая работа №15 тема: Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.....	15-16
Практическая работа №16 тема: Создание сухопутных войск, их история.....	17
Практическая работа №17 Отработка порядка приема Военной присяги.....	18
Практическая работа №18 Изучение примеров героизма и войскового товарищества российских воинов	18
Практическая работа №19-20 тема: Описание дней воинской славы дней славных побед.....	19-21
Практическая работа №21-22 тема: Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.....	21
Практическая работа №23 тема: Изучение основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.....	22
Практическая работа №24 тем: Закрепление знаний о Вооруженных силах Российской Федерации.....	22-27
Практическая работа №25 тема: Оказание реанимационной помощи.....	27
Практическая работа №26-27 тема: Оказание первой помощи пострадавшим.....	27
Практическая работа № 28 тема: Оказание первой медицинской помощи при травмах.....	28

Пояснительная записка

Методические указания к выполнению практических работ по дисциплине ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности предназначены для закрепления теоретических знаний, полученных на лекциях, а также для овладения студентами умений и навыков применять эти знания при самостоятельной работе.

Перечень практических занятий соответствует рабочей программе по дисциплине ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности.

Выполнение студентами практических работ проводится с целью:

- закрепления полученных теоретических знаний по дисциплине;
- углубления теоретических знаний в соответствии с заданной темой;
- формирования умений решать практические задачи;
- развития самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирования активных умственных действий студентов, связанных с поисками рациональных способов выполнения заданий;
- подготовки к дифференцированному зачету.

Методические указания выполняют функцию управления самостоятельной работой студента, поэтому каждое занятие имеет унифицированную структуру, включающую определение целей занятия, оснащения занятия, порядок выполнения работы, а также задания и контрольные вопросы для закрепления темы.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен *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 неё 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 знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

В результате освоения учебной дисциплины студент 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;
 - владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

В методических указаниях приведен теоретический (справочный) материал в соответствии с темой занятия.

Организация выполнения и контроля практических занятий по дисциплине ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности является подготовительным этапом к сдаче дифференцированного зачета по данной дисциплине.

Правила выполнения практических занятий

Студент должен прийти на практическое занятие подготовленным к выполнению заданий. Студент, не подготовленный к работе, не может быть допущен к ее выполнению.

Работа должна быть выполнена в той же последовательности, в какой приведены вопросы практического занятия.

Следует полностью записывать формулировку вопроса согласно заданию, затем давать ответ.

В практическом занятии должны быть приведены условия задач, исходные данные и решения. Решение должно сопровождаться четкой постановкой вопроса (например, «Определяется ...»); указываться используемые в расчетах формулы с пояснением буквенных обозначений; выполненные расчеты и полученные результаты должны быть пояснены.

Каждый студент после выполнения работы должен представить отчет о проделанной работе с анализом полученных результатов и выводом по работе. Отчет о проделанной работе следует делать в журнале практических занятий, выполненном на листах формата А4 с одной стороны листа. Содержание отчета указано в описании практической работы.

Все страницы, формулы и таблицы нумеруются. Нумерация по практической работе - сквозная (т.е. номер - один, два и т.д.).

Сокращение наименований и таблицы в задачах должны выполняться с учетом требований ЕСКД. При переносе таблиц следует повторить заголовок таблицы, указывая над ней «Продолжение таблицы» и ее номер. Единицы измерения указывать только в результирующих значениях.

Исправления выполняются на обратной стороне листа отчета. При мелких исправлениях неправильное слово (буква, число и т.п.) аккуратно зачеркивают и над ним пишут правильное пропущенное слово (букву, число).

Вспомогательные расчеты можно выполнить на отдельных листах, а при необходимости на листах отчета.

Титульный лист работы должен быть оформлен в соответствии с утвержденной формой (форма титульного листа прилагается).

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

Оценку по практической работе студент получает, с учетом срока выполнения работы, если:

- выводы выполнены правильно и в полном объеме
- сделан анализ проделанной работы и вывод по результатам работы
- студент может пояснить выполнение любого этапа работы
- отчет выполняется в соответствии с требованиями к выполнению работы

Зачет по практическим работам студент получает при условии выполнения всех предусмотренных программой работ после сдачи отчетов по работам при удовлетворительных оценках за опросы и контрольные вопросы во время практических занятий.

Закрепление знаний по теме «Основы здорового образа жизни».

Цель. Оценить состояние здоровья организма. Определить причины снижения уровня здоровья, связанные с образом жизни.

Оборудование: секундомер, ростомер, сантиметровая лента.

Ход работы:

В содержание понятия «**физическое развитие**» входит совокупность морфологических и функциональных признаков, которые определяют физическую работоспособность человека на определенном этапе его жизни. В процессе индивидуального развития на физическое развитие существенное влияние оказывают условия питания и быта, а также воспитания и обучения.

Для оценки физического развития используются данные измерений человека, которые принято именовать **антропометрическими**. В их число входят показатели: **соматометрии** - измерений тела (рост, масса тела, окружность груди и др.), **физиометрии** - измерений функций организма (сила мышц, артериальное кровяное давление, жизненная емкость легких и др.), **соматоскопии** - оценки строения тела по внешним признакам (форма позвоночника, осанка и др.).

Недавно появились сведения, позволившие медикам выделить три типа людей, имеющих свое особое строение внутренних органов и систем, которые и определяют характер, поведение и структуру болезни.

Тип «А» (их около 16%) - полные, солидные люди, с короткой шеей, широкой грудной клеткой, повышенной массой тела. Они, как правило, спокойны, медлительны, склонны к анализу и тугодумы. Это «тип накопитель» (причем они и в жизни любят копить). Они копят в организме шлаки, вот почему чаще всего именно у этих людей бывают камнеобразования в органах, ожирение, склероз. И все это за счет того, что они любят поесть, поспать, все делать обстоятельно, не торопясь. Сосудистые спазмы у этих людей, возникающие под действием сильных нервно - эмоциональных раздражителей, носят очень стойкий характер. В медицине этот тип людей получили статус «инфарктного».

Люди **второй группы «Б»** - «излучатели» (их 27%). Это часто одаренные люди, стройные, худые, импульсивные, с преобладанием процессов возбуждения в нервном обеспечении организма. Это люди порыва, эмоциональные, часто некоммуникабельные, склонные к конфликту с социальной средой. Они же высоко мнительные, быстро «схватывающие», с хорошей памятью. Главный характерный признак их - преобладание духовного начала. Они чувствуют себя в психологическом комфорте лишь при наличии комплекса внешних и внутренних раздражителей высокой интенсивности и силы.

Однако люди «Б»-типа часто бывают беспомощны в обычных жизненных ситуациях, жалостливы, легко ранимы. Следствием этого может произойти быстрое нервное истощение, срыв нервной деятельности; здоровье уносят, как правило, такие болезни, как неврастения, и другие психосоматические заболевания.

Самая большая группа (46-48%) - **люди типа «АБ»**. Их типовой портрет: средний рост, правильные черты лица, хорошая приспособляемость к различным жизненным ситуациям. Они любят жить в «контрастном» режиме, уверенны во всем, и процессы возбуждения и торможения у них сбалансированы. Поэтому, только с учетом возрастной и индивидуальной конституции подбирается питание, средства оздоровления, нагрузка и многое другое, от чего зависит ваше здоровье.

Задание №1. Определение индивидуальной конституции.

Определите тип своей конституции, исходя из вышесказанного.

Дайте краткое описание этого типа.

Задание №2. Определение типа телосложения.

Измерьте, с помощью сантиметровой ленты, окружность запястья в самом узком месте лучезапястного сустава.

Сделайте вывод о типе телосложения, исходя из следующих данных: если у женщин окружность запястья менее 14 см, можно говорить о хрупком телосложении, если от 14 до 16,5 см - о среднем, а если свыше 16,5 см - о плотном. У мужчин окружность запястья менее 16,5 см свидетельствует о хрупком телосложении, от 16,5 до 18 см - о среднем, свыше 18 см - о плотном.

Задание №3 Экспресс-метод определения частоты сердечных сокращений (ЧСС).

Определите ЧСС по пульсу. Пульс прощупывается на лучевой артерии, чуть выше запястья на внутренней стороне руки (после нагрузки - на сонных артериях). Для этого пульс подсчитывается за 10 секунд.

Полученный результат умножить на 6, что позволяет уменьшить ошибки в течении одной минуты.

Сравните полученные результаты со среднестатистическими:

Норма ЧСС в состоянии покоя:

-Для мужчин:

Реже 55 - отлично;

Реже 65 - хорошо;

65 - 75 - посредственно;

Выше 75 - плохо.

-Для женщин и юношей: примерно на 5 ударов чаще.

4) Сделайте вывод.

Задание № 4 Функциональные пробы для определения состояния системы дыхания.

Определите состояние системы дыхания согласно **пробе Штанге**: сделайте полный вдох и задержите дыхание на сколько это возможно, время измеряется в секундах.

Сравните полученные результаты с нормой.

Норма - задержка дыхания не менее чем на 40 секунд;

Отличный показатель - 1 минута и более.

Сделайте вывод.

Сделайте общий вывод о проделанной работе!

Практическая работа №2

Использование факторов окружающей природной среды для закаливания организма.

Цель. Изучить влияние закаливания на здоровье человека, правильные подходы к водному и воздушному закаливанию.

Оборудование. Учебник ОБЖ, интернет ресурсы.

Обсуждение материала.

Закаливание - система процедур, способствующих повышению сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды, выработке условно рефлекторных реакций терморегуляции, с целью ее совершенствования.

Закаливать свой организм можно и необходимо каждому, начиная с любого возраста, но всегда тщательно контролируя свое самочувствие. Самым распространенным и наиболее практически важным является закаливание холодом. Его сущность заключается в постепенном нарастании степени охлаждения. Закаливание надо начинать с воздушных ванн - наиболее естественных, безопасных и доступных процедур, которые хорошо воспринимаются организмом и легко дозируются. Продолжительность воздушных ванн с 3 мин. при комнатной температуре постепенно доводят до 1,5-2 ч. Спустя 10-15 дней воздушные ванны сочетают с хождением по полу босиком. Затем, после 20-30 воздушных ванн, переходят к водным процедурам: обтираниям, обливаниям, душам, ваннам и пр. Рекомендуется ежедневное мытье ног водой, имеющей температуру 28-30 °С, с последующим снижением температуры на 1-2 °С через каждые 5-7 дней и доведением ее до 15-16 °С. Ни в коем случае нельзя доводить себя до озноба. При первых признаках переохлаждения необходимо сделать несколько физических упражнений или растереться полотенцем. Не нужно принуждать себя. Закаливание должно приносить удовольствие и чувство радости.

Воздушные ванны - один из способов закаливания, когда свободно движущийся воздух воздействует на частично или полностью обнаженное тело. Целебная сила свежего воздуха заключается в его богатстве кислородом, легкими ионами, фитонцидами и другими полезными для организма веществами.

Основной фактор, воздействующий на человека, - температура воздуха. Воздушная прослойка между телом и одеждой обычно имеет постоянную температуру около 27-28 °С, и как только тело человека освобождается от одежды, теплоотдача сразу становится интенсивнее.

Начинать прием воздушных ванн следует в предварительно проветренном помещении. Затем, по мере закаливания, их принимают на открытом воздухе. Раздеваться следует быстро, чтобы воздушная ванна оказала воздействие сразу на всю поверхность обнаженного тела и вызвала быструю энергичную реакцию организма. Нельзя допускать ощущения зябкости, появления «гусиной кожи». При этом рекомендуется сделать несколько энергичных физических упражнений,

пробежаться. Воздушные процедуры - первый шаг к закаливанию. После их приема в течение 3-4 недель можно переходить к другим закаливающим процедурам - водным.

Загар, или воздействие на организм солнечными (ультрафиолетовыми) лучами, - один из способов закаливания. Под влиянием этих лучей повышается тонус центральной нервной системы, активизируется деятельность желез внутренней секреции, улучшаются барьерная функция кожи, обмен веществ и состав крови, укрепляются система кровообращения и иммунитет, увеличивается образование витамина D, играющего важную роль в поддержании в здоровом состоянии костей и зубов. Кроме того, загар создает

косметический эффект - загорелое тело выглядит эстетически более привлекательным, молодым и здоровым. Превышение порога допустимой дозы приводит к необратимому повреждению клеток кожи, ее преждевременному старению. Помните, что загар - это, собственно говоря, защитная оболочка, которую кожа приобретает для того, чтобы оградить себя от неблагоприятного воздействия ультрафиолетовых лучей. Для ее формирования требуется некоторое время.

В настоящее время имеется много разнообразных солнцезащитных кремов, которые медленно, но верно помогают коже выработать собственные защитные механизмы.

Водные процедуры. Вода, обладающая большой теплоемкостью и текучестью, самым тесным образом соприкасается с кожей и оказывает одновременно раздражающее, тонизирующее и очистительное действие. Если кожа регулярно не очищается, то это затрудняет работу сальных и потовых желез. При этом создаются условия для размножения микроорганизмов, которые могут вызвать всевозможные кожные заболевания. Рекомендуется принимать душ не реже одного раза в день. Это не просто гигиеническая очищающая процедура, но и мощное средство закаливания организма, повышения тонуса нервной системы. К водным закаливающим процедурам можно отнести обтирание, обливание, душ и купание. В этой же последовательности их лучше всего и осваивать. Для обтирания налейте в таз воду приятной для вас температуры (но не горячей), смочите в ней полотенце (лучше льняное) и сильно разотрите им все тело, начиная с головы и до ног. Повторите 2-3 раза, затем разотрите тело сухим махровым полотенцем. Постепенно понижайте температуру воды, пока она не станет такой же холодной, как водопроводная. Обливание - более сильная процедура. Переходите к ней, когда начнете обтираться холодной водой. Обливать надо сразу все тело большим количеством воды. Затем следует также растереться сухим грубым полотенцем. Еще более энергичная водная процедура - душ. При этом к температурному воздействию присоединяется точечное давление струй воды, которое обеспечивает слабый массажный и раздражающий кожу эффект. Однако наиболее полное воздействие на организм оказывает купание.

Наиболее распространенная и доступная форма закаливания - использование свежего воздуха. В теплое время года для закаливания можно использовать длительные прогулки на свежем воздухе, сон в помещении с открытым окном. Полезно дома ежедневно ходить босиком - начиная с 1 мин., прибавляя через каждые 5-7 дней по 1 мин., довести продолжительность ходьбы до 10-15 мин. В холодное время года используют краткие прогулки, ходьбу на лыжах, бег на коньках. Режим закаливания должен быть установлен врачом с учетом возраста, индивидуальных особенностей и состояния здоровья. В случае появления признаков заболевания закаливание временно прекращают, после выздоровления следует возобновить его с начального периода.

Меры безопасности при закаливающих процедурах: (запись в тетради)

начинать процедуры, только посоветовавшись с врачом;

строго соблюдать последовательность и длительность процедур (лучше составить с врачом график процедур);

переходить к новому этапу только тогда, когда текущие процедуры не вызывают у тебя дискомфорта;

после окончания закаливающей процедуры обязательно насухо растереться жестким полотенцем до ощущения приятного тепла, одеться и обуться, не находиться на ветру или сквозняке. Помни, что наибольший риск простуды дают мокрая голова и холодные стопы;

при ухудшении самочувствия, а тем более при недомогании, закаливающие процедуры немедленно прекращаются и возобновляются только при хорошем самочувствии.

Вопросы для закрепления знаний.

Что такое закаливание?

Какие виды закаливания вам известны?

В чем заключается роль закаливания организма?

Какие ограничения существуют по закаливающим процедурам?

В чем сущность закаливания водой?

Какие этапы закаливания водой существуют?

В чем состоит воздействие воздуха при закаливающих процедурах?

Каковы основные способы закаливания воздухом?

С какого возраста можно начинать закаливающие процедуры?

В чем заключаются ограничения при приеме солнечных ванн?

Кто и каким образом устанавливает режим закаливания?

Практическая работа №3

Выявление влияния алкоголя на здоровье.

Цель. Формирование у подростков понятия “вредные привычки” на примере привычки употребления алкоголя, губительно влияющего на здоровье человека.

Оборудование. Учебник, дополнительные источники информации

- Понятие “Вредные привычки”. Что значит привычки? Почему вредные? Назовите известные вам вредные привычки.

Видеоролик “Алкоголь- враг молодежи”

Понятия “Пьянство, алкоголизм»

В чем сходство? В чем различие? (варианты ответов)

Пьянство (злоупотребление алкоголем) - это чрезмерное употребление спиртных напитков, чаще всего ситуационное.

Спиртные напитки употребляются с разной частотой и в разном количестве. При этом отсутствует тяга к алкоголю, поиски поводов для выпивки.

Пьянство не болезнь. Человек может по своей воле прекратить потребление алкоголя, не испытывая никаких неприятных ощущений.

Алкоголизм - тяжёлое хроническое заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков.

Алкоголь разрушает связи между нервными клетками мозга, вырабатывая в них потребность в алкоголе и алкогольную зависимость.

Алкоголиком человека делает не тот или иной конкретный “напиток”, а этиловый спирт, который в них содержится.

Бутылка пива или тоника 0,5 литра, содержащая 5 объёмных процентов алкоголя адекватна 50 граммам водки.

Обсудить с обучающимися вопросы, которые интересуют их по здоровому образу жизни.

Практическая работа №4

Выявление влияния наркомании и токсикомании на здоровье.

Цель: разъяснить негативное влияние наркомании и токсикомании на здоровье молодых людей; объяснить опасность и последствия наркотической зависимости; познакомить со статьями УК РФ, связанными с употреблением и сбытом наркотиков.

Оборудование. СМИ публикации, информация из дополнительных источников.

Злоупотребление наркотиками, известное с древнейших времён, сейчас распространилось в размерах, тревожащих всю мировую общественность. Во многих странах наркомания признана социальным бедствием. Наркотические мафии управляют государствами (Латинская Америка), имеют свои армии (Юго-Восточная Азия). Доходы подпольных корпораций по торговле наркотиками превышают известные доходы от торговли нефтью и приближаются к мировым доходам от торговли оружием. Особенно губительно злоупотребление в молодёжной среде - поражается и настоящее, и будущее общества. Полная, с точки зрения наркологов, картина распространения злоупотребления, включающая формы токсикоманий, ещё более трагична. Вещества и препараты, не включённые в список наркотиков, как правило, ещё более злокачественны, приводят к ещё большему ущербу для индивидуума.

Существует множество причин злоупотребления наркотиками. Некоторые из них:

¹¹ Социальная согласованность. Если использование того или иного наркотика принято в группе, к которой человек принадлежит или с которой он себя идентифицирует, он почувствует необходимость применять этот наркотик, чтобы показать свою принадлежность к этой группе. Это относится ко всем наркотикам, от никотина и алкоголя до героина.

Удовольствие. Одна из главных причин, почему люди употребляют наркотики, - это сопутствующие и приятные ощущения, от хорошего самочувствия и релаксации до мистической эйфории.

Доступность. Нелегальное потребление наркотиков наиболее высоко там, где они легче доступны; например, в крупных городах. Применение легальных наркотиков также возрастает с доступностью; например, алкоголизм распространён среди торговцев спиртными напитками.

Любознательство в отношении наркоманов заставляет некоторых людей начать самим принимать наркотики.

Враждебность. Применение наркотиков может выглядеть символом оппозиции ценностям общества. Когда

человек отвергает общество и все альтернативы, включая самого себя, свои надежды и цели, возникающее чувство бессмысленности жизни, изоляции и неадекватности делает его предрасположенным к хронической наркомании.

Достаток и досуг могут привести к скуке и потере интереса к жизни, и выходом и стимуляцией в этом случае могут показаться наркотики.

Уход от физического стресса. Большинству людей удаётся справляться с наиболее стрессовыми ситуациями их жизни, но некоторые пытаются найти убежище в форме наркотической зависимости. Наркотики часто становятся ложным центром, вокруг которого вращается их жизнь.

Что такое наркомания?

Толерантность (переносимость) к наркотику увеличивается по мере того, как организм привыкает к нему. С увеличением толерантности возрастает количество наркотика, необходимое для оказания на организм прежнего эффекта.

Зависимость - это термин, используемый для описания состояния, при котором организм привыкает функционировать под воздействием наркотика. Когда приём наркотика прекращается, наркоман испытывает крайний дискомфорт, именуемый синдромом отмены.

Психологическая зависимость, как широко принято думать, является потребностью или компульсивным желанием продолжать принимать наркотик, независимо от того, есть физическая зависимость или нет.

Работа с памяткой «Смогу ли я употреблять наркотики».

Приводят к глубокому истощению физических функций организма.

2.

Резко отрицательно изменяют поведение и характер человека. Наблюдается немотивированная раздражительность, агрессивные вспышки, апатия, рассеянность, потеря интереса ко всему.

3.

Притягивают незаметно, способствуют быстрому привыканию и психической зависимости от того или иного наркотика.

4.

Требуют увеличение доз, а соответственно и материальных средств на это.

5.

Толкают людей на совершение агрессивных действий (насилие, убийства) либо на преступления с целью завладеть средствами для приобретения наркотиков.

6.

Выталкивают человека из общественной жизни (трудовой, семейной, учебной).

7.

Ведут к социальной деградации личности.

8.

Уносят ежегодно жизни 22 тысяч человек на планете.

9.

Являются наивысшей степенью риска заразиться смертельным СПИДом.

10.

Способны стать причиной уродства и наркомании моих будущих детей.

11.

Доведут меня до тюремного заключения сроком на 3 года за приобретение, хранение и сбыт 5 граммов наркотика. (Статья 228 ч. 1 УК РФ)

12.

Приведут к половому бессилию и неполноценности, к импотентности.

13.

Сделают мою жизнь адом, вечной болью наркотического голодания («ломки»), страхом.

14.

Лишат меня лучших друзей, родителей, родственников.

15.

Лишат меня жизни.

Практическая работа №5-6
Классификация инфекционные заболевания и их профилактика

Цель: Закрепить знания классификация по основным инфекционным заболеваниям и их профилактике

Задачи:

1. Закрепить знания классификация по основным инфекционным заболеваниям и их профилактике
2. Составить опорный конспект
3. Раскрыть понятия профилактики индивидуальной и общественной

Практическая работа № 7

«Решение ситуационных задач по ФЗ №65 «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»»

Цель. Закрепление теоретических знаний о РСЧС, о защите населения и территорий от ЧС и приобретение практических умений в решении ситуационных задач.

Задачи.

Закрепить знания о защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера.

Развивать умения принимать правильные решения при ЧС.

Закрепить умения решать ситуационные задачи.

Время выполнения 2ч.

Оборудование. ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», ситуационные задачи, тетрадь для практических работ.

Задание.

Изучить ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»

Составить конспект.

Решить ситуационные задачи.

Контрольные вопросы.

Сколько глав, статей содержит закон?

Когда вступил в силу ФЗ?

Какие основные понятия раскрываются в 1 статье?

В какой статье раскрываются обязанности организаций в области защиты населения и территорий от ЧС?

Перечислите их.

В какой статье раскрывается подготовка населения в области защиты от ЧС.

Каким образом проводится пропаганда знаний в области защиты населения и территорий от ЧС?

Литература

Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»

Практическая работа №8-9 «Изучение классификации чрезвычайных ситуаций»

Цель. Закрепление теоретических знаний о классификации ЧС и приобретение практических умений в составлении памяток поведение населения в ЧС

Задачи.

Заполнить таблицу «Классификация ЧС»

Составить памятки поведения населения в ЧС

Время выполнения 2ч.

Оборудование. Учебник Э.А. Арустамова стр.16-47, лист А4, карандаши, линейка, тетради для практических работ

Задание

Прочитайте текст

Заполните таблицу «Классификация ЧС»

Прочитайте текст

Составьте памятки поведения населения в ЧС

Контрольные вопросы.

1. Что означает ЧС?
2. Перечислите ЧС по природе возникновения.
3. Перечислите ЧС по масштабам распространения последствий.
4. Перечислите ЧС по причине возникновения.
5. Перечислите ЧС по скорости развития
6. Перечислите ЧС по ведомственной принадлежности.
7. Дайте характеристику ЧС природного происхождения.
8. Дайте характеристику ЧС техногенного характера.

Литература.

Арустамов, Э. А. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для среднего профессионального образования / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко / Изд. 9-е - М. : Издательский центр «Академия», 2010. - 173 с.

Практическая работа №10

«Выполнение работы по прогнозированию техногенной катастрофы»

Цель. Закрепление знаний по техногенным катастрофам, приобретение практических умений работать с разными источниками, составлять глоссарий.

Задачи.

Изучить разные источники интернет-сайтов.

Научиться составлять глоссарий по разным источникам

Время выполнения 2ч.

Оборудование. Видео-фильм, компьютер, проектор, тетради для практических работ, распечатанный материал из разных источников. (Приложение 1)

Задание.

Просмотр видео - фильма

Изучить материалы интернет-сайтов

Составить глоссарий по теме

Контрольные вопросы.

- Что такое техногенная катастрофа?
- Что такое взрыв?
- Что такое пожар?
- Причины техногенных катастроф.

Практическая работа №11-12

Повторение правил поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.

Цель. Вспомнить и закрепить правила поведения при ЧС природного характера. Наиболее подробно рассмотреть ситуации на примере 1-2 видов ЧС, возможных в данной местности.

Оборудование. Учебник ОБЖ, дополнительные источники информации, занятие с элементами ролевой игры.

Методические рекомендации. В ходе практического занятия разыгрываются две ситуации, степень сложности которых определяет сам преподаватель. Игровая площадка организуется в аудитории, при этом используются реальные условия помещения.

Ситуация первая - селевой поток. В игре участвуют 6-7 учащихся - «гражданские жители» и 23 «спасателя». «Спасатели» назначаются из наиболее подготовленных учащихся. В роли командира спасательного отряда может выступить и сам преподаватель.

1. Гражданские жители находятся в жилом доме, квартиры.

2. Поступает сообщение о том, что дом находится в зоне селевого потока (попутно отрабатываются вопросы оповещения населения при ЧС природного характера).

3. «Жители» эвакуируются из квартир (отрабатывая вопросы эвакуации). И выходят в заранее оговоренное (обозначенное) «безопасное место».

4. После этого дается сигнал о том, что селевой поток прошел. Жители возвращаются в дом, проверяют (визуально, не приближаясь) его состояние. Признаки опасности - наличие разрушений, трещин, продолжение процесса разрушения конструкции, пожар, искрящая проводка. «Гражданские жители» перечисляют признаки опасности, а «спасатели» или преподаватель дополняют их в случае, если не все признаки опасности названы.

5. Следующий этап - происходит «поиск пострадавших» и «оказание им первой помощи». Последний этап проводится в рамках изученных учащимися ранее приемов и способов оказания первой доврачебной помощи.

После окончания первого этапа урока преподаватель кратко (в течение 2-3 минут) подводит итоги и переходит ко второму этапу игры.

Ситуация вторая - землетрясение. В сценке участвует то же количество учащихся, но происходит «смена составов» - в игре участвуют другие студенты. Количество участников, конечно, устанавливает группа. Идеально когда учащиеся играют в обеих ситуациях. Возможный вариант - не включать в игру «спасателей», а роль экспертной группы поручать тем обучающимся, кто в этом эпизоде участия не принимает.

1. Начало игры - первые толчки землетрясения. Преподаватель оговаривает, что сила землетрясения - 5-7 баллов и приводит краткую описательную шкалу землетрясений (в виде слайда, плаката, таблицы):

Балл - проявление на поверхности [4].

1 - Регистрируется только сейсмическими приборами.

2 - Ощущается иногда людьми, находящимися в спокойном состоянии.

3 - Ощущается немногими, более сильно проявляется в помещении на верхних этажах.

4 - Ощущается многими, в ночное время некоторые просыпаются. Возможен звон посуды, дребезжание стекол, хлопки дверей.

5 - Ощущается почти всеми, многие ночью просыпаются. Качание всяких предметов, трещины в оконных стеклах и штукатурке.

6 - Ощущается всеми, осыпается штукатурка, легкие разрушения зданий.

7 - Трещины в штукатурке и откалывание отдельных кусков, тонкие трещины в стенах. Толчки ощущаются в автомобилях.

8 - Большие трещины в стенах, падение труб, памятников. Трещины на крутых склонах и на сырой почве.

9 - Обрушение стен, перекрытий кровли в некоторых зданиях, разрывы подземных трубопроводов.

10 - Обвалы многих зданий, искривление железнодорожных рельсов. Оползни, обвалы, трещины (до 1 м) в грунте.

11 - Многочисленные широкие трещины в земле, обвалы в горах, обрушение мостов, только немногие каменные здания сохраняют устойчивость.

12 - Значительные изменения рельефа, отклонение течения рек, предметы подбрасываются в воздух, тотальное разрушение сооружений.

2. После первого толчка «жители» дома переходят в безопасное место.

Поскольку участников игры много, можно отработать и навыки безопасного поведения в местах большого скопления людей - как организовать размещение людей в безопасных местах, избежав давки и обеспечив безопасность всем «жителям».

3. В перерыве между толчками отрабатывается эвакуация многоэтажного здания, оборудованного лифтом. После этого «жители выходят в „безопасное место“».

После этих действий учащиеся формулируют понятие «безопасное место» в условиях населенного пункта при землетрясении.

4. Последний эпизод игры - участие «гражданских жителей» в разборе завалов под руководством «спасателей» и оказанию первой доврачебной помощи. Преподаватель просит студентов перечислить возможные травмы у людей при землетрясении (переломы конечностей, позвоночника, сотрясение мозга, кровотечения венозные и артериальные, ушибы и т.д.). Целесообразно при этом напомнить студентам о синдроме сдавливания и правилах оказания первой помощи пострадавшим с этим синдромом.

В конце второго этапа игры преподаватель подводит итоги игры в целом, оценивает действия всех

участников.

Вопросы для закрепления знаний.

- Каковы поражающие факторы селя?
- Можно ли прогнозировать селя?
- Какие меры предпринимаются для защиты населенных пунктов в селеопасных районах?
- Как человек может спастись от селя при его внезапном появлении?
- Какие вторичные опасности создает селя?
- Каковы поражающие факторы землетрясения?
- Можно ли прогнозировать землетрясение?
- Что такое краткая описательная шкала землетрясений?
- С каких значений начинаются разрушительные (катастрофические) землетрясения?
- Можно ли во время землетрясения пользоваться лифтом?
- Охарактеризуйте понятие «безопасное место» при землетрясении в населенном пункте.
- Какие вторичные опасности создает землетрясение?

Практическая работа №13

«Применение средств индивидуальной защиты в ЧС (противогазы, ВМП, ОЗК)»

Цель. Закрепление теоретических знаний о СИЗ кожи, СИЗОД, о медицинских средствах защиты и приобретение практических умений изготавливать и использовать индивидуальные средства защиты.

Задачи.

Закрепить знания о СИЗ, СИЗОД, о медицинских средствах защиты.

Научиться изготавливать ватно-марлевую повязку.

Научиться использовать СИЗОД (противогаз, ВМП)

Научиться одевать ОЗК

Время выполнения 2ч

Оборудование. Учебник БЖД, плакаты «Средства индивидуальной защиты», противогазы, вата, марля, ОЗК, ножницы, тетрадь для практических работ.

Задание.

Записать в тетрадь СИЗ, СИЗОД, мед. средства защиты (учебник БЖД стр.83-89)

Изготовить ВМП

Для изготовления ВМП необходимо взять кусок марли размером 100 на 50см. на него кладем слой ваты толщиной 1 -2см, края марли загибаем с обеих сторон и накладываем на вату, концы по длине разрезаем на 30-40см с каждой стороны. Повязка закрывает подбородок, рот, нос. (Рис.стр. 88)

Надеть противогаз, ОЗК

Надеть ВМП

Контрольные вопросы.

СИЗ это?

СИЗОД это?

Перечислите СИЗОД.

Перечислите СИЗ кожи.

Перечислите медицинские средства защиты?

Назовите порядок изготовления ВМП.

VIII Литература

Арустамов, Э. А. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для среднего профессионального образования / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко/ Изд. 9-е - М. : Издательский центр «Академия», 2010. - С 83 - 89

Практическая работа №14

«Планирование и проведение мероприятий гражданской обороны»

Цель. Закрепление теоретических знаний о ГО и приобретение практических умений работать с ФЗ, планировать мероприятия ГО.

Задачи.

1. Закрепить знания о ГО

Изучить материал по составлению плана ГО

Составить план мероприятий по ГО

Время выполнения 2ч.

Оборудование. ФЗ «О гражданской обороне», тетрадь для практических работ, Г. С. Ястребов «Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф», тест

Задание.

1. Ответить на тесты по ФЗ «О гражданской обороне»

Тест состоит из 15 вопросов, содержит 4 варианта ответов, один из них правильный.

Изучить материал учебника стр.104-112

В практических тетрадях начертить схему организации ГО в учебном заведении.

Изучить план мероприятий, схему оповещения, составить план мероприятий по ГО.

Ответить на вопросы учителя

Контрольные вопросы.

Назначение и задачи ГО.

Кто является начальником штаба ГО?

Какие формирования ГО создаются в учебном учреждении?

Как составить план оповещения?

Где осуществляется подготовка формирований ГО?

Литература

Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст]: учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Г.Я. Ястребов; под редакцией Б.В. Карабухина. Изд. 3 -е. Ростов н /Д :Феникс, 2007. - 397 с.

ФЗ «О гражданской обороне»

Практическая работа №15

Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение

Цель. По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление о структуре, функциях и задачах Вооруженных Сил Российской Федерации и их роли в системе обеспечения национальной безопасности страны.

Оборудование. Интернет ресурсы

Основное содержание.

Урок по первому учебному вопросу (1 час). Организация вооруженных сил Московского государства XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I в первой четверти XVIII века, создание регулярной армии и флота. Военные реформы 1860—1870 под руководством военного министра Д. А. Милютин, их особенности. Военные реформы в России 1912 годах и их особенности.

Создание Советских Вооруженных Сил, их структура предназначение. Создание Вооруженных Сил Российской Федерации в 1992 году.

Заключение. Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

Контрольные вопросы по первому учебному вопросу темы.

1. Назовите наиболее известные военные реформы, проведенные в России. 2. В чем заключалась военная реформа Ивана Грозного?

2. С какой целью была проведена реформа армии при Петре I? 4. Какими причинами были вызваны военные реформы в России во второй половине XIX века?

Домашнее задание. Раздел III, глава 1, тема 1.1, задание 64.

Урок по второму учебному вопросу (3 часа). Понятие о Вооруженных Силах. Виды Вооруженных Сил и рода войск. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Ракетные войска стратегического назначения. История их создания, предназначение, уровень боеготовности, вооружение.

Сухопутные войска. История их создания, предназначение и задачи. Рода войск, входящие в Сухопутные

войска. Мотострелковые войска — их структура и назначение. Танковые войска — главная ударная сила Сухопутных войск, их назначение и оснащение. Ракетные войска и артиллерия, их назначение и вооружение. Войска противовоздушной обороны, их назначение. Армейская авиация и ее предназначение. Военно-воздушные Силы (ВВС). История их создания и предназначение. Классификация авиации в соответствии с боевыми задачами и характером действия Вооружение ВВС. Военно-Морской Флот (ВМФ). История его создания и предназначение. Рода сил, входящие в ВМФ (надводные, подводные, морская авиация, береговые, ракетно - артиллерийские войска, морская пехота). Состав ВМФ (флоты, флотилия, военно-морская база).

Воздушно-десантные войска (ВДВ) как род войск, их предназначение, состав и вооружение. Основные боевые свойства ВДВ

Тыл Вооруженных Сил. История создания, предназначение и задачи. Состав Тыла Вооруженных Сил. Специальные войска Тыла Вооруженных Сил.

Специальные войска, их предназначение и подчинение. Состав специальных войск Вооруженных Сил. Инженерные войска, их предназначение и задачи. Войска связи и их предназначение. Войска радиационной, химической и биологической защиты, их состав и предназначение.

Заключение. Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

Контрольные вопросы по второму учебному вопросу темы.

1. Дайте определение Вооруженных Сил, назовите их состав и предназначение.
2. Какие качества характерны для Ракетных войск стратегического назначения? 3. Дайте определение Сухопутных войск и назовите их состав. 4. Коротко охарактеризуйте рода войск, входящие в Сухопутные войска. 5. Какие задачи возлагают на Военно-воздушные Силы? 6. Расскажите о предназначении и составе Военно -Морского Флота. 7. Для каких целей существует Тыл Вооруженных Сил? Какие звенья входят в его систему? 8. Назовите состав специальных войск и охарактеризуйте их основные составляющие.

Домашнее задание. Раздел III, глава 1, тема 1.2, задание 65.

Урок по третьему учебному вопросу (2 часа). Понятие об обороноспособности государства. Правовые основы организации обороны и обеспечения безопасности личности, общества и государства. Федеральный закон «Об обороне». Понятие об обороне. Вооруженные Силы как государственная военная организация. Закон Российской Федерации «О безопасности». Понятие о безопасности. Основные функции системы безопасности. Силы обеспечения безопасности. Руководство и управление Вооруженными Силами. Предназначение Вооруженных Сил.

Военная реформа, проводимая в настоящее время, цели и содержание. Направления, по которым проводится военная реформа. Государственные программы в рамках проводимой военной реформы. Этапы сведения военной реформы.

Заключение. Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

Контрольные вопросы по третьему учебному вопросу темы.

1. Что понимают под обороноспособностью государства? 2. Какие меры включает в себя организация обороны? 3. Какая организация составляет основу обороны страны, и кто может быть привлечен к обороне? Каковы основные функции системы безопасности России? Какие силы включает в себя эта система? Для чего предназначены Вооруженные Силы Российской Федерации? 6. По каким направлениям планируется проведение военной реформы?

Домашнее задание. Раздел III, глава 1, тема 1.3, задание 66.

Урок по четвертому учебному вопросу (1 час). Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска Федерального агентства правительственной связи и информант при Президенте Российской Федерации, войска Гражданской обороны, их состав и предназначение. Задачи этих войск в области обороны, их комплектование.

Заключение. Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

Контрольные вопросы по четвертому учебному вопросу темы.

1. Перечислите войска, не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации. 2. Какие функции на них возложены Федеральным законом «Об обороне»? 3. Каким образом осуществляют их комплектование?

Выполнить ответы на вопросы в тетради для самостоятельной работы.

Практическая работа №16 Сухопутных войск, их история.

Цель. познакомить учащихся с видом ВС - Сухопутными войсками.

Оборудование. Интернет ресурсы как дополнительные источники информации.

Сухопутные войска - это вид Вооружённых Сил, предназначенный для ведения боевых действий преимущественно на суше. Самый многочисленный вид ВС. Совместно с другими видами Вооружённых Сил или самостоятельно Сухопутные войска ведут наступление на вражеские группировки, отражают их нападение или удерживают занимаемые территории.

История возникновения относится к древним временам. Правда, тогда они состояли из двух родов войск - пехоты и конницы. Позднее появилась артиллерия, инженерные войска и войска связи. Во все времена Сухопутные войска составляли основу Вооружённых Сил России, а позднее, и Советских Вооружённых Сил. В состав нынешних Сухопутных войск входят рода войск:

- Мотострелковые войска - самый многочисленный род войск, составляющий основу СВ. Оснащены ракетными комплексами, танками, артиллерией, миномётами, противотанковыми орудиями, зенитными ракетными комплексами.

- Танковые войска - главная ударная сила СВ и мощное средство вооружённой борьбы.

- Ракетные войска и артиллерия - главная огневая мощь и оперативное средство по разгрому противника.

- Войска противовоздушной обороны - главное средство поражения воздушного противника.

- Авиация Сухопутных войск действует в составе СВ для авиа-поддержки, ведения воздушной разведки, высадки десанта и др.

Так как танковые войска являются главной ударной силой СВ, несколько подробнее о них.

Вооружение танка - это совокупность оружия и боеприпасов к нему, механизмов и приборов, установленных на танке и предназначенных для поражения экипажем танка целей на поле боя, главным образом огнём прямой наводкой. Вооружение танков предназначено для уничтожения на поле боя самых разнообразных целей, в том числе танков и противотанковых средств противника. В качестве основного оружия на танках может устанавливаться, кроме пушечного, ракетное или ракетно-пушечное (комбинированное) оружие. Под огневой мощью танка (БМП) понимается способность его вооружения в единицу времени наносить определённое поражение противнику. Огневая мощь определяется качеством и количеством вооружения. Как показывает опыт, решение всех огневых задач каким-либо одним оружием невозможно или нецелесообразно. Поэтому танки оснащаются пушками, являющимися основным оружием и выполняющими задачи борьбы с важными и опасными целями, и пулемётами, выполняющими задачи борьбы со второстепенными целями. Кроме того, танки могут оснащаться и другими средствами борьбы, например, для самообороны. Танковая пушка и орудие БМП предназначены: для борьбы с бронированными целями противника; для подавления и уничтожения противотанковой артиллерии, вооружения и техники противника и его огневых средств; для разрушения сооружений.

Не меньшее значение уделялось созданию бронетранспортёров (БТР) и их использованию в СВ. Что же общего у БТР и у БМП и чем они отличаются?

Обе машины бронированы, высокой проходимости, предназначены для перевозки мотопехоты. Но вот круг обязанностей у них разный. БТР в основном транспортирует солдат к переднему краю обороны, после чего мотострелки спешиваются и идут в атаку. А БМП доставляет солдат в самое пекло сражения и позволяет им вести бой, не сходя с машины. Поэтому по сравнению с бронетранспортёром у БМП и броня крепче, и вооружение сильнее, и условия стрельбы для солдат лучше.

Так не утратили ли БТР своё значение, и стоит ли их вообще выпускать? Конечно же, надо. Хотя они и слабее БМП и уступают ей в боевых возможностях, они значительно дешевле и проще.

Зачем применять сложный и дорогостоящий БМП там, где можно обойтись более простым БТР. О том, что БТР нужны армии, говорит и то, что в войсках как нашей, так и зарубежных стран имеется на вооружении большое количество БТР и разрабатываются их новые образцы.

Итак, и бронетранспортёр, и БМП имеют свои достоинства и свои недостатки. Поэтому оба эти типа машин не исключают, а дополняют друг друга, вопросы для закрепления.

Известно, что война как способ разрешения спорных вопросов остаётся распространённым явлением. Какими конкретными фактами, событиями в мире можете подкрепить данный тезис? Какова основная задача войск и сил, привлекаемых для локализации и пресечения военных конфликтов?

Практическая работа № 17
«Отработка порядка приема Военной присяги»

Цель. Закрепление теоретических знаний о порядке приема Военной присяги, заучивание Военной присяги наизусть.

Задачи.

Закрепить теоретические знания о порядке приема Военной присяги.

Выучить слова Военной присяги наизусть

Время выполнения 2ч.

Оборудование. Презентация, видеофильм, проектор, компьютер, индивидуальные карточки со словами присяги, тетради для практических работ.

Задание.

Просмотреть презентацию.

Просмотреть видеофильм

Записать слова присяги в тетрадь для практических работ

Рассказать присягу наизусть

Контрольные вопросы.

Что такое присяга?

Каким законом утвержден текст ныне действующей военной присяги?

В каком Уставе описана процедура приведения к военной присяге?

Расскажите слова присяги наизусть.

Литература.

Принятие присяги <http://www.google.ru/s> (видео)

Практическая работа №18

Изучение примеров героизма и войскового товарищества российских воинов

Цель. Закрепление знаний о героизме, войсковом товариществе и приобретение практических умений при работе с учебником.

Задачи.

Изучить материал учебника.

Составить тезисный конспект

Ответить на контрольные вопросы.

Время выполнения 2ч.

Оборудование.

Задание.

Прочитать материал учебника ОБЖ стр. 103-105, 117-120

Составить тезисный конспект.

Ответить на вопросы.

Контрольные вопросы.

Назовите основные понятия и определения патриотизма российского гражданина и воина.

В чем выражается воинский долг военнослужащих ВС РФ?

Каково значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений?

Литература.

Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс [Текст] : учебник для учащихся 10 класса / А. Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В. А. Васнев. - М. : Просвещение, 2008. - 161 с.

По горизонтали:

Как называлась битва, в которой советские войска освободили город от блокады немецкофашистскими войсками 2 февраля 1943 года?

На каком озере произошло Ледовое побоище?

Какой великий князь смог одержать победу над немецкими рыцарями 18 апреля 1242 года?

8 июля 1709 году Петр Первый смог одержать победу над шведами, как прозвали это сражение?

Что защищало русских воинов от врага в 9 -17 вв?

Сражение, которое случилось во время русско-турецкой войны в 1787-1791 гг под командованием контр-адмирала Ф. Ф. Ушакова. Возле какого мыса было это сражение?

Морское сражение 24-26 июня 1770 года между русскими и турецкими флотами?

17. Как звали князя, который смог победить татаро-монгольское иго в Куликовской битве?

По вертикали:

Как называется сражение, которое произошло 8 сентября 1380 года?

Генералиссимус российских военных сил, который за все свое время службы не проиграл ни одно сражение?

Сражение русской армии под командованием М. И. Кутузова с французской армией

Кто один из руководителей освобождение Москвы силами народного ополчения от польских интервентов в 1612 году?

Эта битва продолжалась 50 дней, с 5 июля по 23 августа 1943. По своему ожесточению и упорству борьбы, сражение не имеет себе равных. Как называется эта битва?

Какую турецкую крепость захватил Суворов 11 декабря 1790 года?

В каком месяце 1945 года гитлеровская Германия была безоговорочно капитулирована?

Фамилия генерал-фельдмаршала, который был главнокомандующий во время Отечественной войны 1812 года?

Ка								9					
						5		8					
					3								
			2						11				
с													
	4		7			13							
					10				16				
6			12										
								17					
					15								
	14												

Практическая работа № 21-22

Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Цель. Формирование у молодежи высокого гражданско-патриотического сознания, идей служения Отечеству.

Оборудование. Презентации, сообщения

Защитите свои работы подобранные из Интернета. По материалам подготовьте сообщение на тему «Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе».

Практическая работа № 23

«Изучение основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО»

Цель. Закрепление теоретических знаний об основных видах вооружения, военной техники, специального снаряжения состоящих на вооружении ВС РФ, приобретение практических навыков разборки, сборки автомата Калашникова, стрельбы из пневматического оружия.

Задачи.

Познакомиться с основными видами вооружения.

Научиться разбирать, собирать автомат.

Научиться стрелять из пневматического оружия.

Время выполнения 4ч

Оборудование. Видеофильм, проектор, компьютер, тир, автомат, пневматическое оружие, тетради для практических работ.

Задание.

Просмотреть видеофильм (Приложение 14)

Ответить на контрольные вопросы.

Разборка, сборка автомата.

Записать в тетрадях порядок разборки, сборки автомата.

Стрельба из пневматического оружия.

Контрольные вопросы.

Характеристика нового русского автомата.

Что планируется в рамках государственной программы вооружения на 2011-2020г?

Литература.

Практическая работа №24

Закрепление знаний о Вооруженных силах Российской Федерации.

Цель проверить обучающихся на уровень усвоения пройденного материала.

Оборудование. Контрольная работа в бумажном варианте.

Инструкция по выполнению работы.

На выполнение работы по дисциплине «основы безопасности жизнедеятельности» отводится 45 мин.

Вариант 1.

Работа состоит из 3 частей включающих 20 заданий, максимальное количество баллов 20.

Часть 1 включает 11 заданий (A1-A11). Каждому заданию приводится 4 варианта ответа, один из которых верный.

Часть 2 содержит 8 заданий (B1-B8) с выбором трёх верных ответов из четырёх.

Часть 3 содержит 1 задание со свободным ответом (C1).

Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны. Если какое-то задание вызывает у вас затруднение, пропустите его и постарайтесь выполнить те, в ответах на которые вы уверены. К пропущенным заданиям вы сможете вернуться, если у вас останется время.

Баллы, полученные вами за выполнение задания, суммируются. Постарайтесь выполнить как можно больше заданий и набрать наибольшее количество баллов.

20-19 «отлично»; 18-16 «хорошо»; 15-12 «удовлетворительно»; 11 «неудовлетворительно».

Желаем удачи!

A1. На сколько лет меньше живут курильщики, выкуривающие свыше 25 сигарет в день, по данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ)?

а) в среднем 4 года; в) в среднем 10 лет;

б) в среднем 8 лет; г) в среднем 12 лет.

A2. Какая доза чистого спирта на 1 кг веса тела человека является смертельной?

- а) примерно 2-3 г; в) примерно 5 -7 г;
б) примерно 3-4 г; г) примерно 7 -8 г.

А3. Что такое наркомания?

- а) болезнь верхних дыхательных путей;
б) болезнь конечностей; г) болезненное пристрастие к наркотикам, неконтролируемое их потребление.

А4. Что является самым надежным средством сохранения и укрепления здоровья человека?

- а) наличие денежных средств;
б) является хороший аппетит;
в) является этическое поведение;
г) является здоровый образ жизни.

А5. Каковы основные причины, по которым человек чаще всего оказывается в экстремальных ситуациях?

- а) по воле случая;
б) по собственному желанию;
в) в поисках острых ощущений;
г) по собственной вине, в результате отсутствия опыта безопасного поведения в природной и социальной среде.

А6. Как необходимо хранить легковоспламеняющиеся жидкости дома?

- а) не следует их прятать;
б) следует хранить в открытых банках;
в) не следует их вообще хранить в доме;
г) следует хранить в закрытых сосудах вдали от нагревательных приборов.

А7. Что такое электробезопасность?

- а) определённая система безопасности человека;
б) система мер и средств, обеспечивающих защиту людей вредных производственных факторов;
в) система мер и средств, позволяющая пользоваться электробытовыми приборами;
г) система организационных и технических мер и средств, обеспечивающих защиту людей от опасного воздействия электрического тока, электрической дуги, электромагнитного поля.

А8. Как необходимо пересекать пешеходам проезжую часть при отсутствии перехода или перекрёстка?

- а) так, как удобно пешеходам;
б) перебежать проезжую часть в любом месте;
в) переходить проезжую часть на свой страх и риск; г) переходить проезжую часть на участке, где она хорошо просматривается в обе стороны.

А9. На каком расстоянии от края платформы необходимо находиться людям во время прохождения поезда без остановки?

- а) не ближе, чем на 0,5 метра; б) не ближе, чем на 1 метр;
в) не ближе, чем на 1,5 метра; г) не ближе, чем на 2 метра.

А10. Как необходимо поступить человеку, если пришли работники жилищно-коммунальных и бытовых служб, которых он не вызывал?

- а) следует выйти за дверь квартиры; в) следует угостить их чаем;
б) следует уточнить цель визита; г) не следует открывать дверь.

А11. Как необходимо поступить, если тормозит машина, и пассажиры просят показать им дорогу (особенно с наступлением темноты)?

- а) не следует говорить с пассажирами;
б) следует говорить с пассажирами стоя вплотную к машине;
в) следует говорить с шофёром и пассажирами на некотором расстоянии от машины (правило вытянутой ноги и руки);
г) следует говорить с шофёром стоя на безопасном расстоянии (правило вытянутой руки).

В1. Что необходимо делать человеку, если он оказался в захваченном террористами автобусе?

- а) следует оставаться на своем месте;
б) не следует оставаться на своем месте;
в) не следует привлекать к себе внимания террористов;
г) не следует задавать вопросы террористам и смотреть им в глаза.

B2. Что необходимо делать человеку, случайно оказавшемуся в митингующей толпе?

- А) следует сделать отчаянные попытки выбраться из неё;
- б) не следует привлекать к себе внимание окружающих, высказывая своё мнение о происходящем;
- в) не следует пользоваться фотоаппаратом, следует приготовить документы для проверки сотрудниками милиции;
- г) следует держаться подальше от центра толпы, стен, решёток, стеклянных витрин и других мест, где могут нанести травму в давке.

B3. Как необходимо себя вести человеку, если его задержали сотрудники милиции? б) не следует пытаться доказать случайность своего присутствия в толпе;

- в) не следует оказывать сопротивление задержанию работниками милиции;
- г) следует выполнять все указания работников милиции, не делать резких движений, выражайте всем своим видом нейтралитет.

B4. Что имеется в виду под группой факторов, способствующих выживанию человека?

- А) генетическое прошлое, настоящее и будущее человека;
- б) состояние здоровья человека;
- в) морально-волевые качества и психофизиологическая устойчивость организма человека к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды;
- г) уровень подготовленности человека к действиям в экстремальных условиях природной среды, а также наличие средств, способствующих нормальной жизнедеятельности людей в условиях автономного существования.

B5. Что представляет собой ориентирование на местности?

- А) умение по инструкции работать с компасом;
- б) знание с какой стороны восходит Солнце;
- в) знание с какой стороны заходит Солнце;
- г) определение своего положения относительно сторон горизонта и местных предметов.

B6. Какое значение играет костёр в условиях автономного существования человека?

- А) это приманка для хищных животных;
- б) это тепло и сигнал для поискового вертолётчика;
- в) это сухая одежда и обувь;
- г) это горячая пища и защита от гнуса.

B7. Какие известны ядовитые растения, способные вызвать тяжёлые и даже смертельные отравления человека?

- А) лютик жёлтый; в) волчье лыко;
- б) вороний глаз; г) вех ядовитый.

B8. Какие косвенные признаки свидетельствуют о съедобности растений?

- А) красивый внешний вид;
- б) если плоды, обнаруженные в гнёздах и норах;
- г) если растения обглоданы животными.

C1. Напишите правила оказания первой медицинской помощи при ранах.

Инструкция по выполнению работы.

На выполнение работы по дисциплине «основы безопасности жизнедеятельности» отводится 45 мин.

Вариант 2.

Работа состоит из 3 частей включающих 20 заданий, максимальное количество баллов 20.

Часть 1 включает 11 заданий (A1-A11). Каждому заданию приводится 4 варианта ответа, один из которых верный.

Часть 2 содержит 8 заданий (B1-B8) с выбором трёх верных ответов из четырёх.

Часть 3 содержит 1 задание со свободным ответом (C1).

Выполняйте задания в том порядке, в котором они даны. Если какое-то задание вызывает у вас затруднение, пропустите его и постарайтесь выполнить те, в ответах на которые вы уверены. К пропущенным заданиям вы сможете вернуться, если у вас останется время.

Баллы, полученные вами за выполнение задания, суммируются. Постарайтесь выполнить как можно

больше заданий и набрать наибольшее количество баллов.
20-19 «отлично»; 18-16 «хорошо»; 15-12 «удовлетворительно»; 11 «неудовлетворительно».
Желаем удачи!

A1. Во сколько раз чаще заболевают курильщики, в отличие от некурящих, раком?

- а) в 3 раза чаще; в) в 7 раз чаще;
- б) в 5 раз чаще; г) в 9 раз чаще.

A2. Какое количество людей, страдающих алкоголизмом, имеют нарушения деятельности желудочно-кишечного тракта?

- а) более 1/2; в) более 1/3;
- б) более 1/3; г) более 1/6.

A3. В чём проявляется физическая зависимость от наркотических веществ?

- а) в физической слабости;
- б) под действием наркотика происходит перестройка работы всех органов;
- в) под действием наркотика происходит улучшение работы всех систем организма.

A4. Что по мнению медиков является самым чудодейственным эликсиром молодости и здоровья человека?

- а) разнообразная, калорийная и деликатесная пища;
- б) раздельное питание;
- в) усиленное питание;
- г) сон.

A5. Какой может быть реакция человека, очутившегося в сложной и непривычной обстановке, когда от него требуется быстрые и точные действия?

- а) человек оказывается в своеобразном вакууме;
- б) человек оказывается в своеобразном ступоре;
- в) человек оказывается беспомощным;
- г) человек оказывается в плену суеверий.

A6. Что необходимо делать человеку, если невозможно полностью ликвидировать огонь в кратчайшее время?

- а) следует вызвать спецназ;
- б) следует бежать подальше;
- в) следует вызвать милицию;
- г) следует вызвать пожарную охрану.

A7. Какой должна быть первая помощь пострадавшему при электротравме?

- а) не следует трогать пострадавшего;
- б) следует сделать пострадавшему искусственное дыхание;
- в) следует сделать пострадавшему непрямой массаж сердца;
- г) следует немедленно освободить пострадавшего от контакта с электрическим током.

A8. Как необходимо пересекать проезжую часть человеку. Выходящему из-за стоящего транспорта средства или другого препятствия, ограничивающего видимость?

- а) следует действовать как удобно пешеходу;
- б) следует убедиться в движении других пешеходов;
- г) следует убедиться в отсутствии движущихся транспортных средств.

A9. Когда в соответствии с правилами необходимо подходить к вагону поезда?

- а) при первом приближении поезда;
- б) при торможении поезда;
- в) при медленном ходе поезда;
- г) после полной остановки поезда.

A10. Как необходимо поступать человеку, который выходит из дома ненадолго (например, выносить мусор)?

- а) следует позвонить соседям;
- б) следует слегка притворить дверь квартиры;
- в) не следует запирает дверь квартиры;
- г) не следует оставлять двери незапертыми.

A11. В связи с чем не рекомендуется слушать на улице плеер?

- а) чтобы не мешать другим;
- б) быстро садятся батарейки;
- в) из-за незастетичного вида человека с наушниками;
- г) в наушниках невозможно распознать звуки, предостерегающие об опасности.

В1. Как необходимо покидать автобус с заложниками?

- а) произвольно;
- б) только после команды спасателей;
- в) как можно быстрее, но не бежать;
- г) не следует брать с собой вещи.

В2. Где нежелательно находиться человеку, случайно оказавшемуся в митингующей толпе?

- а) следует держаться подальше от групп экстремистски настроенных людей и милиции, против которой зачастую бывает направлено недовольство толпы;
- б) следует держаться поближе к экстремистски настроенным группам людей и милиции;
- г) не следует находиться около мусорных контейнеров и бесхозных вещей, в которых могут быть взрывные устройства для организации провокации.

В3. Что необходимо делать человеку, если находясь в толпе он упал на землю?

- а) не следует выказывать признаков жизни;
- б) следует свернуться «клубком» на боку;
- в) следует кистями рук защитить затылок;
- г) следует предплечьями защитить голову, а вставая необходимо подтянуть к себе руки и ноги, резко подтянуться вперёд и вверх.

В4. Что подразумевается под группой факторов, препятствующих выживанию человека?

- а) неблагоприятные климатогеографические факторы (высокие и низкие температуры, хищная и ядовитая фауна); б) генетическое прошлое и настоящее человека; в) снижение физической и психологической активности, обусловленное чувством страха, одиночества, утомлением или болезнью;
- г) неблагоприятные факторы, возникающие в результате взаимодействия человека с окружающей природной средой.

В5. Как можно определить стороны света в Северном полушарии с помощью механических часов?

- а) следует часы сориентировать по компасу;
- б) следует положить часы горизонтально и поворачивать их так, чтобы часовая стрелка указывала на Солнце;
- в) следует через центр циферблата мысленно провести линию на цифру 1(12) часов, а биссектриса угла, образовавшегося между этой линией и часовой стрелкой, должна показать направление «север-юг».

В6. Что собой представляет костёр «крот»?

- а) разводится под ветвистым деревом;
- б) разводится в нише берега;
- в) разводится в нише склона оврага;
- г) разводится в нише склона холма.

В7. Какие известны ядовитые грибы, вызывающие пищевые отравления у человека?

- а) мухомор; б) сыроежка овражная;
- в) бледная поганка;
- г) ложный опёнок.

В8. Какие косвенные признаки свидетельствуют о съедобности растений?

- а) красивый внешний вид;
- б) если плоды, обнаруженные в гнёздах и норах;
- в) если плоды поклёваны птицами;
- г) если растения обглоданы животными.

С1. Напишите правила наложения жгута

Ответы к работе по ОБЖ.

Вариант 1. А1-б, А2-г, А3-г, А4-г, А5-г, А6-г, А7-г, А8-г, А9-г, А10-г, А11-г.

В1-а,в,г; В2-б,в,г; В3-б,в,г; В4-б,в,г; В5-б,в,г; В6-б,в,г; В7-б,в,г; В8-б,в,г.

С1-ответ в свободной форме.

Вариант 2. А1-б, А2-а, А3-в, А4-г, А5-в, А6-г, А7-г, А8-г, А9-г, А10-г, А11-г.

В1-б,в,г; В2-а,в,г; В3-б,в,г; В4-а,в,г; В5-б,в,г; В6-б,в,г; В7-а,в,г; В8-б,в,г.

С1-ответ в свободной форме.

Практическая работа № 25 «Оказание реанимационной помощи»

Цель. Закрепление теоретических знаний по проведению реанимационной помощи, приобретение практических умений искусственной вентиляции легких, непрямого массажа сердца.

Задачи.

Составить алгоритм проведения реанимации.

Научиться проводить искусственную вентиляцию легких, непрямой массаж сердца на тренажере.

Время выполнения 2ч.

Оборудование. Учебник ОБЖ, тренажер-Гоша, тетрадь для практических работ, ситуационные задачи

Задание.

Изучить материал учебника стр.136-141

Составить алгоритм реанимационной помощи.

Проведение реанимационной помощи на тренажере - Гоша.

Решение ситуационных задач.

Контрольные вопросы.

1.Что означает терминальное состояние?

2.Сколько терминальных состояний знаете?

3.Опишите терминальные состояния.

4.Признаки клинической смерти.

5.Этапы реанимации.

6.Назовите способы искусственной вентиляции легких.

Литература

Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс [Текст] : учебник для учащихся 10 класса / А. Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В. А. Васнев. - М. : Просвещение, 2009. - С 136 141.

Практическая работа № 26-27 «Оказание первой помощи пострадавшим»

Цель. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Задачи.

Решить ситуационные задачи.

Научиться останавливать кровотечение при помощи закрутки.

Научиться накладывать повязки на голову, руки, ноги.

Научиться накладывать шины

Время выполнения 2ч.

Оборудование. Ситуационные задачи, учебник ОБЖ, закрутки, бинты, шины.

Задание.

Решить ситуационные задачи.

Изучить материал учебника ОБЖ стр. 248-266. Ответить на контрольные вопросы письменно.

Практическая работа №28 Оказание первой медицинской помощи при травмах.

Цель. На примерах с обучающими разобрать способы оказания первой доврачебной помощи.
Оборудование. Бинт, жгут, платок, шарф, подручные материалы (линейка, книга)

Первая медицинская помощь при травмах разобрать на примерах.

Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающееся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека факторов внешней среды, - это:

а) травма; б) рана; в) ушиб.

К закрытым повреждениям относятся:

а) вывихи, растяжения, ушибы; б) царапины и порезы; в) ссадины и раны.

К открытым повреждениям относятся:

а) раны, сопровождаемые кровотечениями; б) сдавливания мягких тканей; в) разрывы связок, сухожилий мышц.

Какова последовательность оказания ПМП при ссадинах и потертостях:

а) промыть пораженное место перекисью водорода или водой с мылом, смазать зеленкой или детским кремом, наклеить бактерицидный пластырь;

б) промыть поврежденное место кипяченой водой, смазать йодом, наложить стерильную повязку поверх ваты.

Как следует оказывать ПМП при ушибе:

а) на место ушиба нанести йодную сетку, приложить теплую грелку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медучреждение;

б) на место ушиба наложить холод и тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медучреждение.

Какова последовательность оказания ПМП при растяжении:

а) наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, опустив ее как можно ниже к земле, и доставить пострадавшего в медучреждение;

б) приложить холод и наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придав ей возвышенное положение, и доставить пострадавшего в медучреждение.

ПМП при разрыве связок и мышц заключается в следующем:

а) на поврежденное место наложить холод и тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство, придать поврежденной конечности возвышенное положение и доставить пострадавшего в медучреждение;

б) срочно распарить поврежденное место, а затем наложить тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему, дать ему обезболивающее средство и доставить его в медучреждение

При вывихе прежде всего необходимо:

а) сделать тугую повязку; б) попытаться вправить поврежденный сустав;

в) дать пострадавшему обезболивающее средство; г) доставить пострадавшего в медпункт.

ПМП при травмах

Какие средства и медикаменты необходимо иметь в медицинской аптечке для оказания ПМП?

Какие лекарственные растения можно использовать при оказании ПМП?

3. Что такое травма? Какие бывают травмы? Какие травмы относятся к закрытым, к открытым?

Назовите признаки ушиба. Как оказать ПМП при ушибе?

Какие симптомы характерны для растяжения связок? Как оказать ПМП при растяжении связок?

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Оценки за выполнение лабораторных работ и практических занятий выставляются по пятибалльной системе, в форме дифференцированного зачета и учитываются как показатели текущей успеваемости обучающихся.

Текущий контроль знаний проводится за счет времени, отведенного рабочим учебным планом на изучение дисциплины, результаты заносятся в журнал успеваемости обучающихся.

Критерии оценивания качества выполнения лабораторных и практических работ.

Отметка «5» ставится, если

Работа выполнена в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности. Обучающийся

работает полностью самостоятельно: подбирает необходимые для выполнения предлагаемых работ источники знаний, показывают необходимые для проведения работы теоретические знания, практические умения и навыки. Работа оформляется аккуратно, в наиболее оптимальной для фиксации результатов форме.

Отметка «4» ставится, если

Работа выполнена обучающимся в полном объеме и самостоятельно. Допускаются отклонения от необходимой последовательности выполнения, не влияющие на правильность конечного результата. Обучающийся использует, указанные преподавателем источники знаний. Работа показывает знание обучающимся основного теоретического материала и овладение умениями, необходимыми для самостоятельного выполнения работы. Могут быть неточности и небрежность в оформлении результатов работы.

Отметка «3» ставится, если

Работа выполняется и оформляется обучающимся при помощи преподавателя или хорошо подготовленных и уже выполнивших на «отлично» данную работу обучающихся. На выполнение работы затрачивается много времени. Обучающийся показывает знания теоретически

Утверждаю:

Зам. директора по УР

Шпак М.Е.

« 07 » 10 2018 г.



**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ОУД. 06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

23.01.03 Автомеханик

Рекомендована методическим советом
ГБПОУ ИО «Бодайбинский горный техникум»
Заключение методического совета,
протокол № 01 от « 07 » 10 2018 г.
председатель методсовета

/Шпак М.Е./



Бодайбо, 2018

Методические указания составлены в соответствии с рекомендациями по планированию и организации самостоятельной работы обучающихся образовательных учреждений среднего профессионального образования в условиях действия ФГОС СПО по программам подготовки специалистов среднего звена:

23.01.03 Автомеханик, профессия – слесарь по ремонту автомобилей, водитель автомобиля, оператор заправочных станций (Приказ Минобрнауки России от 02.08.2013г. №701 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 190631.01 Автомеханик» (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2013 №29498) (Приказ Минобрнауки России от 09.04.2015 №389 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования» по профессии 23.01.03 Автомеханик (Зарегистрировано в Минюсте России 08.05.2015 №37216)

Организация-разработчик: ГБПОУ ИО «Бодайбинский горный техникум»

Разработчики:

Преподаватель

Ф.И.О., ученая степень, звание, должность,

Есева Людмила Анатольевна

Ф.И.О., ученая степень, звание, должность,

Рассмотрена и утверждена на заседании предметно-цикловой комиссии

Протокол № _____ от « _____ » _____ 20 ____ г.

Председатель ПЦК _____ / _____

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	4
2. Виды самостоятельных работ.....	5
3. Перечень заданий для самостоятельной работы.....	7
4. Работа с учебной литературой.....	10
5. Работа с научно-популярной и научной литературой.....	10
6. Использование интернета.....	10
7. Подготовка и презентация доклада.....	11
8. Методические указания по написанию и оформлению реферата.....	12
9. Контроль над самостоятельной работой студентов.....	14
10. Список рекомендуемой литературы.....	16

1. Пояснительная записка

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 21.02.14 Маркшейдерское дело

Самостоятельная работа определяется как индивидуальная или коллективная учебная деятельность, осуществляемая без непосредственного руководства педагога, но по его заданиям и под его контролем.

Цель проведения самостоятельной работы со студентами

- освоение теоретического материала по изучаемой дисциплине,
- углубление и расширение теоретических знаний;
- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний
- формирование умений по поиску и использованию справочной и специальной литературы, а также других источников информации;
- развитие познавательных способностей и активности студентов, творческой инициативы, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самообразованию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие научно-исследовательских навыков; формирование умения применять полученные знания на практике (профессиональной деятельности).

Самостоятельная работа может проходить в лекционном кабинете, компьютерном зале, дома.

Изучение вузовских курсов непосредственно в аудиториях обуславливает такие содержательные элементы самостоятельной работы, как умение слушать и записывать лекции; критически оценивать лекции, выступления однокурсников на практических занятиях, групповых занятиях, конференциях; продуманно и творчески строить свое выступление, доклад, рецензию; продуктивно готовиться к зачетам и экзаменам.

К самостоятельной работе вне аудитории относятся: работа с книгой, документами, первоисточниками; доработка и оформление лекционного материала; подготовка к практическим занятиям, конференциям, круглым столам; работа в научных кружках и обществах.

Большую роль в изучении дисциплины играет самостоятельная работа студентов, которая является неотъемлемой частью образовательного процесса. Объем лекционных занятий не позволяет осветить все разделы и темы, предусмотренные программой (содержание курса) дисциплины. Это требует обязательной самостоятельной работы студентов во внеаудиторное время по проработке и изучению таких тем, а также тем, освещенных на лекциях и семинарских (практических занятиях) недостаточно полно и глубоко.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов ограничиваются краткими рекомендациями по тем видам самостоятельной работы, которые студент может использовать при изучении курса.

Самостоятельная работа студентов в соответствии с ФГОС СПО и учебными планами должна способствовать более глубокому освоению этого курса, целью которого является совершенствование у студентов навыков и соответствующих знаний и умений.

Знания:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него; основы реаниматологии;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

Умения:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

Для организации самостоятельной работы необходимы следующие условия:

- готовность студентов к самостоятельному труду;
- наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала;
- консультационная помощь.

Формы самостоятельной работы студентов определяются при разработке рабочих программ учебных дисциплин содержанием учебной дисциплины, учитывая степень подготовленности студентов.

2. Виды самостоятельных работ

В учебном процессе выделяют два вида самостоятельной работы:

- аудиторная;
- внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Содержание внеаудиторной самостоятельной определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий согласно рабочей программе учебной дисциплины.

На основании компетентностного подхода к реализации профессиональных образовательных программ, видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы являются:

- *для овладения знаниями:* чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы), составление плана текста, конспектирование материала, выписки из текста, работа со справочниками, учебно-исследовательская работа, использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.

- *для закрепления и систематизации знаний:* работа с конспектом лекции, обработка текста, повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей, составление плана, составление таблиц для систематизации учебного материала, ответ на контрольные вопросы, аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др.), подготовка мультимедиа сообщений/докладов к выступлению на

семинаре (конференции), материалов-презентаций, подготовка реферата, тестирование и др.

- *для формирования умений:* решение ситуационных (профессиональных) задач, подготовка к деловым играм, проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности др.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов.

Виды внеаудиторной самостоятельной работы студентов:

- 1) работа над лекционным материалом;
- 2) изучение и конспектирование нормативного материала;
- 3) подготовка презентаций;
- 4) написание рефератов;
- 5) подготовка докладов, выступлений по предложенным или выбранным темам.
- 6) подготовка к тестированию;
- 7) подготовка к дифференцированному зачету.

Чтобы развить положительное отношение студентов к внеаудиторной самостоятельной работе, следует на каждом ее этапе разъяснять цели работы, контролировать понимание этих целей студентами, постепенно формируя у них умение самостоятельной постановки задачи и выбора цели.

3. Перечень заданий и инструкции по выполнению для самостоятельной работы по ОУД.06 ОБЖ

3.1 Виды самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

Таблица 3.1 – Виды самостоятельной работы студентов (СРС)

Номер темы (раздела) дисциплины	Вид самостоятельной работы студентов	Трудоёмкость, часов	Цель контроля	Вид контроля	Уровень усвоения
1	2	3	4	5	6
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья					
Тема 1.1 Здоровье. Здоровый образ жизни	конспектирование материала, работа с учебной литературой подготовка рефератов, докладов	4	– проверка и корректировка текущих знаний обучающихся	Текущий, рубежный	программный, двухуровневый (репродуктивный и продуктивный)
Тема 1.3. Инфекционные болезни и их профилактика	конспектирование материала, работа с учебной литературой подготовка презентаций	6	– проверка и корректировка текущих знаний обучающихся	Текущий, рубежный	программный, двухуровневый (репродуктивный и продуктивный)
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения					
Тема 2.1 Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного происхождения	подготовка рефератов, докладов	2	– проверка и корректировка текущих знаний обучающихся	Текущий, рубежный	программный, двухуровневый (репродуктивный и продуктивный)
Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы.	конспектирование материала, работа с учебной литературой	3	– проверка и корректировка текущих знаний обучающихся	Текущий, рубежный	программный, двухуровневый (репродуктивный и продуктивный)
Тема 2.5. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	подготовка презентаций	4	– проверка и корректировка текущих знаний обучающихся	Текущий, рубежный	программный, двухуровневый (репродуктивный и продуктивный)

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Тема 3.1. История создания и развития вооруженных сил России.	подготовка рефератов, докладов	4	– проверка и корректировка текущих знаний обучающихся	Текущий, рубежный	программный, двухуровневый (репродуктивный и продуктивный)
Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни					
Тема 4.1 Первая медицинская помощь при ранениях	подготовка докладов, рефератов	4	– проверка и корректировка текущих знаний обучающихся	Текущий, рубежный	программный, двухуровневый (репродуктивный и продуктивный)
Тема 4.3 Острая сердечная недостаточность. Инсульт. Тема 4.7 Электротравмы и защита от них	подготовка презентаций	6	– проверка и корректировка текущих знаний обучающихся	Текущий, рубежный	программный, двухуровневый (репродуктивный и продуктивный)
Итого		33			

4. Работа с учебной литературой

Основная часть самостоятельной работы должна включать самоподготовку студентов с использованием учебной литературы согласно списку литературы, приведенному в Рабочей программе по указанной дисциплине.

Студент должен самостоятельно освоить разделы, указанные в Рабочей программе для самостоятельной работы. Как правило, эти разделы включают в себя темы дисциплины, на которые в курсе читаемых лекций уделялось недостаточное внимание, либо эти разделы не включены в курс лекций, а должны осваиваться студентом самостоятельно. В разделы самостоятельной работы студентов также включаются наиболее сложные для понимания части дисциплины, требующие более детального и углубленного изучения и осмысления.

Студент должен найти в учебной литературе соответствующую тему, прочитать ее и попытаться изложить устно или письменно основные положения или идеи прочитанного раздела.

Далее студент должен составить сам письменно вопросы, отражающие основные положения разбираемой темы, и устно (или письменно) ответить на них.

Во многих рекомендуемых учебных пособиях в конце каждого раздела имеются тесты или уже сформулированные вопросы, на которые студент должен самостоятельно ответить.

5. Работа с научно-популярной и научной литературой

Приветствуется работа студентов с научно-популярной литературой (брошюры, статьи в журналах, газетах, книги) по изучаемому разделу предмета, т. к. именно в ней обычно отражается наиболее современное понимание вопроса, перспективные тенденции развития и актуальные аспекты понимания темы, изложенные в доступной форме.

Желательно научиться самостоятельно использовать научную литературу, уметь воспользоваться реферативными журналами для поиска интересующей темы, обращаться к научным монографиям и журналам.

6. Использование Интернета

Одним из эффективных путей совершенствования самостоятельной работы является использование студентом Интернет-ресурсов, основными достоинствами которых являются: возможность реализации принципа индивидуальной работы; наличие быстрой обратной связи; большие возможности наглядного предъявления материала; вариативный характер и проблемность ситуаций; активность обучающихся; креативность.

Использование Интернет - ресурсов в учебно-познавательной деятельности студента в процессе самостоятельной работы является ориентированность на развитие интеллектуальных умений (владение приемами мыслительности, сформированность различных видов мышления: системность, проблемность, критичность, рефлексивность, гибкость, диалогичность и др.) и исследовательских умений (анализировать, сравнивать, выдвигать гипотезу, осуществлять индукцию, дедукцию) студентов. В результате организации самостоятельной работы можно выделить уровни самореализации студентов в самостоятельной работе с использованием Интернет-ресурсов:

Уровни	Характеристика
Адаптивно-репродуктивный	Самостоятельная работа является репродуктивной; отсутствует личностная ориентация на использование и развитие информационного, исследовательского, коммуникативного потенциала для решения учебно-познавательных задач и заданий; частое обращение за внешней детализирующей помощью к преподавателю или студентам; результат самостоятельной работы является более значимым, чем процесс; отсутствие

Проектировочно-поисковый	Доминирует ситуативная активность; проектируются индивидуальные варианты организации и осуществления самостоятельной работы в зависимости от индивидуального уровня учебных и личностных достижений; обращение к Интернет-ресурсам для обеспечения субъект - субъектного диалога с преподавателем, самостоятельного нахождения научной информации, необходимой для решения задач, заданий, разрешения учебно-познавательных проблем; осуществляется поиск способов презентаций учебных и личностных достижений в
Исследовательско-креативный	Устойчивое развитие способности к перспективному целеполаганию в самостоятельной исследовательской учебно-познавательной деятельности; проявление надситуативной интеллектуальной инициативы и активности; способность вступать в конструктивный субъект - субъектный диалог с преподавателем, обеспечивающий расширение и углубление представлений о возможностях самостоятельной работы для личностного саморазвития; способность самостоятельно анализировать положительную динамику

При самостоятельной работе студент может обратиться к Интернету для поиска необходимой литературы. Желательно вести поиск в разделах: электронные библиотеки, учебная литература, научная литература, рефераты и др. Необходимо иметь в виду, что, работая с Интернет-источниками, студент должен осваивать изучаемый раздел так же, как при использовании обычной учебной литературы.

7. Подготовка и презентация доклада

Назначение доклада

Доклад - это сообщение по заданной теме с целью вынести знания из дополнительной литературы, систематизировать материал, проиллюстрировать примерами, развить навыки самостоятельной работы с научной литературой, познавательный интерес к научному познанию.

Последовательность работы

Деятельность преподавателя:

- выдает темы докладов;
- определяет сроки подготовки доклада;
- оказывает консультативную помощь студенту;
- определяет объем доклада: 5-6 листов формата А4, включая титульный лист и содержание;
- указывает основную литературу;
- оценивает доклад и презентацию в контексте занятия.

Деятельность студента:

- собирает и изучает литературу по теме;
- выделяет основные понятия;
- вводит в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения;
- оформляет доклад письменно и иллюстрирует компьютерной презентацией;
- сдает на контроль преподавателю и озвучивает в установленный срок.

Инструкция докладчикам и содокладчикам

Докладчики и содокладчики - основные действующие лица. Они во многом определяют содержание, стиль, активность данного занятия. Сложность в том, что докладчики и содокладчики должны *знать и уметь*:

- сообщать новую информацию;
- использовать технические средства;
- знать и хорошо ориентироваться в теме всей презентации;
- уметь дискутировать и быстро отвечать на вопросы;

- четко выполнять установленный регламент: докладчик - 10 мин.; содокладчик - 5 мин.

Необходимо помнить, что выступление состоит из трех частей: вступление, основная часть и заключение.

Вступление помогает обеспечить успех выступления по любой тематике. Вступление должно содержать:

- название презентации (доклада);
- сообщение основной идеи;
- современную оценку предмета изложения;
- краткое перечисление рассматриваемых вопросов;
- живую интересную форму изложения;
- акцентирование оригинальности подхода.

Основная часть, в которой выступающий должен глубоко раскрыть суть затронутой темы, обычно строится по принципу отчета. Задача основной части - представить достаточно данных для того, чтобы слушатели и заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами. При этом логическая структура теоретического блока должны сопровождаться иллюстрациями разработанной компьютерной презентации.

Заключение - это ясное четкое обобщение и краткие выводы.

8. Методические указания по написанию и оформлению рефератов

Назначение реферата

Реферат - письменная работа по определенной научной проблеме, краткое изложение содержания научного труда или научной проблемы. Он является действенной формой самостоятельного исследования научных проблем на основе изучения текстов, специальной литературы, а также на основе личных наблюдений, исследований и практического опыта. Реферат помогает выработать навыки и приемы самостоятельного научного поиска, грамотного и логического изложения избранной проблемы и способствует приобщению студентов к научной деятельности.

Последовательность работы

1. Выбор темы исследования

Тема реферата выбирается студентом на основе его научного интереса. Также помощь в выборе темы может оказать преподаватель.

2. Планирование исследования включает следующие элементы:

- выбор и формулирование проблемы, разработка плана реферата;
- сбор и изучение исходного материала, поиск литературы;
- анализ собранного материала, теоретическая разработка проблемы;
- литературное оформление исследовательской проблемы;
- обсуждение работы (на семинаре, в студенческом научном обществе, на конференции и т. п.).

План реферата характеризует его содержание и структуру. Он должен включать в себя:

- введение, где обосновывается актуальность проблемы, ставятся цель и задачи исследования;
- основная часть, в которой раскрывается содержание проблемы;
- заключение, где обобщаются выводы по теме и даются практические рекомендации.

3. Поиск и изучение литературы

Для выявления необходимой литературы следует обратиться в библиотеку или к преподавателю. Подобранный литературу следует зафиксировать согласно ГОСТ по библиографическому описанию произведений печати.

Подобранная литература изучается в следующем порядке:

- знакомство с литературой, просмотр ее и выборочное чтение с целью общего представления проблемы и структуры будущей научной работы;
- исследование необходимых источников, сплошное чтение отдельных работ, их изучение, конспектирование необходимого материала (при конспектировании необходимо указывать автора, название работы, место издания, издательство, год издания, страницу);
- обращение к литературе для дополнений и уточнений на этапе написания реферата.

Для разработки реферата достаточно изучение 4-5 важнейших статей по избранной проблеме.

При изучении литературы необходимо выбирать материал, не только подтверждающий позицию автора реферата, но и материал для полемики.

4. Обработка материала

При обработке полученного материала автор должен:

- систематизировать его по разделам;
- выдвинуть и обосновать свои гипотезы;
- определить свою позицию, точку зрения по рассматриваемой проблеме;
- уточнить объем и содержание понятий, которыми приходится оперировать при разработке темы;
- сформулировать определения и основные выводы, характеризующие результаты исследования;
- окончательно уточнить структуру реферата.

5. Оформление реферата

При оформлении реферата рекомендуется придерживаться следующих правил:

- Следует писать лишь то, чем автор хочет выразить сущность проблемы, ее логику.
- Писать строго последовательно, логично, доказательно (по схеме: тезис – обоснование – вывод).
- Писать ярко, образно, живо, не только вскрывая истину, но и отражая свою позицию, пропагандируя полученные результаты.
- Писать осмысленно, соблюдая правила грамматики, не злоупотребляя наукообразными выражениями.

Реферат выполняется в соответствии с требованиями стандартов, разработанных для данного вида документов. Работа выполняется на листах формата А4 (210*297мм) с указанием порядка листов (снизу, справа) и с соблюдением трафаретов (полей):

- слева - 30 мм;
- справа - 10 мм;
- сверху - 20 мм;
- снизу - 20 мм.

Текст реферата может быть выполнен как в рукописном виде, так и с применением средств оргтехники. При выполнении работы в рукописном виде почерк должен быть легко читаем, не содержать неустановленных сокращений и не создавать затруднений при проверке. (В приложении дается образец титульного листа).

Предлагаемые темы рефератов, презентаций, докладов:

1. Защита от химической и радиационной аварии.
2. Правила пользования средствами индивидуальной защиты
3. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени
4. Убежища. Их назначение и устройство. Правила поведения людей в убежище.
5. Противорадиационные укрытия, их назначение и устройство. Порядок заполнения укрытий и правила поведения людей.

6. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века.
7. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности.
8. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.

9. Контроль над самостоятельной работой студентов

Результативность самостоятельной работы студентов во многом определяется наличием активных методов ее контроля. Существуют следующие виды контроля:

- входной контроль знаний и умений студентов при начале изучения очередной дисциплины;
- текущий контроль, то есть регулярное отслеживание уровня усвоения материала на лекциях и практических (семинарских) занятиях;
- промежуточный контроль по окончании изучения раздела или модуля курса;
- самоконтроль, осуществляемый студентом в процессе изучения дисциплины при подготовке к контрольным мероприятиям;
- итоговый контроль по дисциплине в виде зачета или экзамена;
- контроль остаточных знаний и умений спустя определенное время после завершения изучения дисциплины.

Наряду с традиционной формой контроля (зачет, экзамен) организация самостоятельной работы студентов производится на основе современных образовательных технологий.

Критерием оценки является уровень усвоения студентом материала, предусмотренного программой профессионального модуля, что выражается количеством правильных ответов на предложенные задания.

Оценка 5 (отлично) - за полностью выполненную работу при наличии в ней одного недочета.

Оценка 4 (хорошо) - при выполнении не менее 75% задания.

Оценка 3 (удовлетворительно) - при выполнении 60% работы.

Оценка 2 (неудовлетворительно) - при выполнении менее 60% работы.

Рейтинговая система – это регулярное отслеживание качества усвоения знаний и умений в учебном процессе, выполнения планового объема самостоятельной работы.

Введение многобалльной системы оценки позволяет, с одной стороны, отразить в балльном диапазоне индивидуальные особенности студентов, а с другой – объективно оценить в баллах усилия студентов, затраченные на выполнение отдельных видов работ.

Таблица 1. Рейтинговая система оценки освоения дисциплины (модуля)
(выходной рейтинг – зачет)

№	Вид работы	Макс. кол-во баллов
Текущий контроль + итоговый контроль успеваемости (зачет)		100 баллов
Виды работ		Кол-во баллов по видам работ
1	Посещаемость студентов	10
2	Аудиторные работы	20
3	Самостоятельная работа (реферат/эссе/письменные домашние работы и др.)	20
4	Научный рейтинг	10
5	Итоговый контроль: зачет (2 вопроса)	40 (20+20)

Допуск к зачету - при наборе студентом **не менее 40 баллов**

Таблица 2. Шкала соотношения баллов и оценок

Оценка	Кол-во баллов
зачтено	50-100
не зачтено	менее 50

Использование рейтинговой системы позволяет добиться более ритмичной работы студента в течение семестра, а также активизирует познавательную деятельность студентов путем стимулирования их творческой активности. Введение рейтинга может вызвать увеличение нагрузки преподавателей за счет дополнительной работы по структурированию содержания дисциплин, разработке заданий разного уровня сложности и т.д. Но такая работа позволяет преподавателю раскрыть свои педагогические возможности и воплотить свои идеи совершенствования учебного процесса.

Весьма полезным является тестовый контроль знаний и умений студентов, который отличается объективностью, экономит время преподавателя, в значительной мере освобождает его от рутинной работы и позволяет в большей степени сосредоточиться на творческой части преподавания, обладает высокой степенью дифференциации испытуемых по уровню знаний и умений и очень эффективен при реализации рейтинговых систем, дает возможность в значительной мере индивидуализировать процесс обучения путем подбора индивидуальных заданий для практических занятий, индивидуальной и самостоятельной работы, позволяет прогнозировать темпы и результативность обучения каждого студента.

Тестирование помогает преподавателю выявить структуру знаний студентов и на этой основе переоценить методические подходы к обучению по дисциплине, индивидуализировать процесс обучения. Весьма эффективно использование тестов непосредственно в процессе обучения, при самостоятельной работе студентов. В этом случае студент сам проверяет свои знания. Не ответив сразу на тестовое задание, студент получает подсказку, разъясняющую логику задания и выполняет его второй раз.

10.Список используемой литературы:

1. Косолапова Н.В Основы безопасности жизнедеятельности, ООО «Лань-Трейд», 2015г.
2. ОБЖ. 10-11 кл. Сборник ситуативных задач. Базовый и профильный уровни, ООО «Лань-Трейд», 2016г.

Утверждаю:
Зам. директора по УР
Шпак М.Е.
« 10 » 10 2018 г.



**ПРОГРАММА ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ ОУД 06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

23.01.03 Автомеханик

Форма обучения: очная

Рекомендована методическим советом
ГБПОУ ИО «Бодайбинский горный техникум»
Заключение методического совета,
протокол № 61 от « 01 » 10 2018 г.
председатель методсовета
Шпак М.



Бодайбо, 2018

Программа промежуточной аттестации разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) СПО по программе

23.01.03 Автомеханик, профессия – слесарь по ремонту автомобилей, водитель автомобиля, оператор заправочных станций (Приказ Минобрнауки России от 02.08.2013г. №701 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 190631.01 Автомеханик» (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2013 №29498) (Приказ Минобрнауки России от 09.04.2015 №389 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования» по профессии 23.01.03 Автомеханик (Зарегистрировано в Минюсте России 08.05.2015 №37216)

Рассмотрена и одобрена на заседании П(Ц)К

Разработал:

Есева Л.А. - преподаватель

Пояснительная записка

Цели и задачи дисциплины, ее место в учебном процессе

Дисциплина ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности предназначена для реализации требований к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников по специальности 21.02.14 Маркшейдерское дело, 21.02.15 Открытые горные работы, 13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)», 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт.

Дисциплина входит в профессиональный цикл.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него; основы реаниматологии;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

Уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

1.4. Условия и процедура проведения промежуточной аттестации.

Цель промежуточной аттестации – выявить уровень сформированности знаний и умений по дисциплине и соответствия качества подготовки специалиста федеральному государственному образовательному стандарту.

К сдаче промежуточной аттестации допускаются обучающиеся, выполнившие образовательную программу и получившие зачеты по практическим работам.

Промежуточная аттестация проводится в учебной лаборатории, в установленные часы, согласно перспективно-тематическому планированию. Форма проведения соответствует семестру и приведена в таблице ниже.

Формы контроля и оценивания промежуточной аттестации.

Семестр	Форма контроля и оценивания	Критерии оценок уровня и качества подготовки студента
2 семестр	Задание №1, №2	Критерии оценок: Оценка 5(отлично) - за полностью выполненную работу при наличии в ней одного недочета. Оценка 4 (хорошо) - при выполнении не менее 75% задания. Оценка 3 (удовлетворительно) - при выполнении 60% работы. Оценка 2 (неудовлетворительно) - при выполнении менее 60% работы.
3 семестр	Задание № 3,4,5. Дифференцированный зачет, задание №6.	

Задание №1

Тестовая проверочная работа по 1 разделу

Вариант №1.

1. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает:

1. Никотин;
2. Эфирные масла, содержащиеся в табаке;
3. Радиоактивные вещества, содержащиеся в табаке;
4. Цианистый водород, содержащийся в табаке.

2. Хроническим заболеванием дыхательных путей страдают:

1. 50% курильщиков;
2. 65 % курильщиков;
3. 80% курильщиков.

3. Табачный дым у пассивного курильщика вызывает:

1. Головную боль;
2. Недомогание;
3. Снижение работоспособности;
4. Быстрое утомление;
5. Желание закурить самому;
6. Обострение заболевания верхних дыхательных путей.

4. Влияние курения на органы дыхания:

1. Хроническое заболевание плевры;
2. Вызывает заболевание воздухоносных путей и предрасположение к туберкулезу легких;
3. Злокачественное перерождение тканей гортани и бронхов;
4. Предрасположенность к дифтерии.

5. Как алкоголь влияет на работу головного мозга?

1. возбуждающе;
2. улучшает память;
3. затормаживает.

6. По каким признакам можно узнать человека, страдающего алкоголизмом?

1. повышенная работоспособность;

2. приподнятое настроение;
3. отсутствие меры при употреблении спиртного.

7. Отрицательное влияние алкоголя на органы человека характеризуется:

1. Нарушением защитной функции печени, мозжечка, развитием туберкулеза;
2. Развитием сахарного диабета, увеличением мочевого пузыря;
3. Снижением защитной функции организма при переохлаждении.

8. Попадая во внутреннюю среду организма, наркотические вещества оказывают сильнейшее воздействие, прежде всего, на головной мозг. С течением времени у человека появляются, нарастают и закрепляются два основных признака наркомании и токсикомании. Определите из приведенных ответов эти признаки:

1. Психическая зависимость.
2. Вкусовая зависимость;
3. Зрительная зависимость;
4. Физическая зависимость;
5. Изменение чувствительности к наркотику.

9. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:

1. двигательный режим;
2. рациональное питание;
3. личная и общественная гигиена;
4. закаливание организма.

10. Особенностью инфекционных болезней является:

1. заразность
2. формированием иммунитета
3. наличие патогенного возбудителя
4. ациклическим течением
5. наличие скрытого инкубационного периода
6. головная боль

11. Как называется процесс возникновения и распространения инфекционных заболеваний среди людей?

12. Какие инфекции передаются воздушно-капельным путем:

1. холера
2. корь
3. энцефалит
4. ВИЧ
5. грипп
6. туберкулез

Вариант №2

1. Начинаящий курильщик быстро привыкает к веществу, содержащемуся в табаке. Признаками острого отравления этим веществом являются: головокружение, кашель, тошнота, горечь во рту, слабость, недомогание, бледность лица. О каком веществе идет речь:

1. Никотин;
2. Угарный газ;
3. Фенол;
4. Мышьяк

2. Пассивный курильщик, это человек:

1. Выкуривающий, до 2 сигарет в день;
2. Выкуривающий одну сигарету натошак;

3. Находящийся в одном помещении с курильщиком.

3. Как влияет курение на органы пищеварения?

1. Снижает аппетит, способствует развитию гастрита и язвы;
2. Способствует возникновению аппендицита;
3. Угнетает перистальтику кишечника, вызывает перерождение клеток печени.

4. Влияние никотина на кровеносные сосуды:

1. Резко сужает мелкие артерии;
2. Увеличивает проницаемость капилляров;
3. Расширяет мелкие артерии и может вызвать кровотечения.

5. В каких органах разлагается алкоголь?

1. В кишечнике;
2. В головном мозге;
3. В печени.

6. Почему употребление алкоголя особенно опасно в подростковом возрасте?

1. Печень функционирует не в полной мере;
2. Алкоголизм развивается быстрее, чем у взрослых;
3. Не завершилось развитие головного мозга.

7. Из перечисленных ниже симптомов выберите те, которые являются признаками алкогольного опьянения:

1. Ухудшение слуха;
2. Головокружение, тошнота;
3. Пожелтение кожи;
4. Отсутствие реакции зрачков на свет;
5. Уменьшение сердечных сокращений и понижение артериального давления;
6. Отсутствие речи;
7. Возбуждение и депрессивное состояние;
8. Повышение температуры.

8. Употребление одурманивающих веществ приводит к хроническому отравлению организма:

1. Поражается нервная система;
2. Разрушается головной мозг;
3. Развивается сердечная и печеночная недостаточность;
4. Нарастает полнейшая деградация личности;
5. Несколько увеличивается работоспособность

9. Какие элементы включает в себя здоровый образ жизни:

1. Активный отдых; закаливание организма; раздельное питание; гигиена труда; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;
2. Двигательный режим; закаливание организма; рациональное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;
3. Двигательный режим; молочное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений;
4. Двигательный режим; закаливание организма; вегетарианское питание; гигиена тела; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений

10. Что такое эпидемия?

1. Массовое распространение инфекционного заболевания среди людей, значительно превосходящее обычный уровень заболеваемости.
2. Массовое распространение инфекционного заболевания среди людей, охватывающее территорию целого государства или нескольких стран.

3. Процесс, возникающий в результате воздействия на организм вредоносного раздражителя внешней или внутренней среды.

11. Перечислите три направления профилактики инфекционных болезней дыхательных путей на примере гриппа.

12. Основной механизм заражения при кишечных инфекциях

1. Воздушно — капельный
2. Грязные руки, воду, продукты
3. Через кровь
4. Воздушно-пылевой

Ответы:

1в. 1-3, 2- 3, 3- 5, 4-2, 5-3, 6- 3, 7-1, 8- 1,4. 9-1. 10-1,3,5. 12-2,5,6

2в. 1- 1, 2- 3, 3- 3, 4- 1, 5-3, 6- 2, 7-3, 8-1,2,3,4. 9-2. 10-1. 12-2

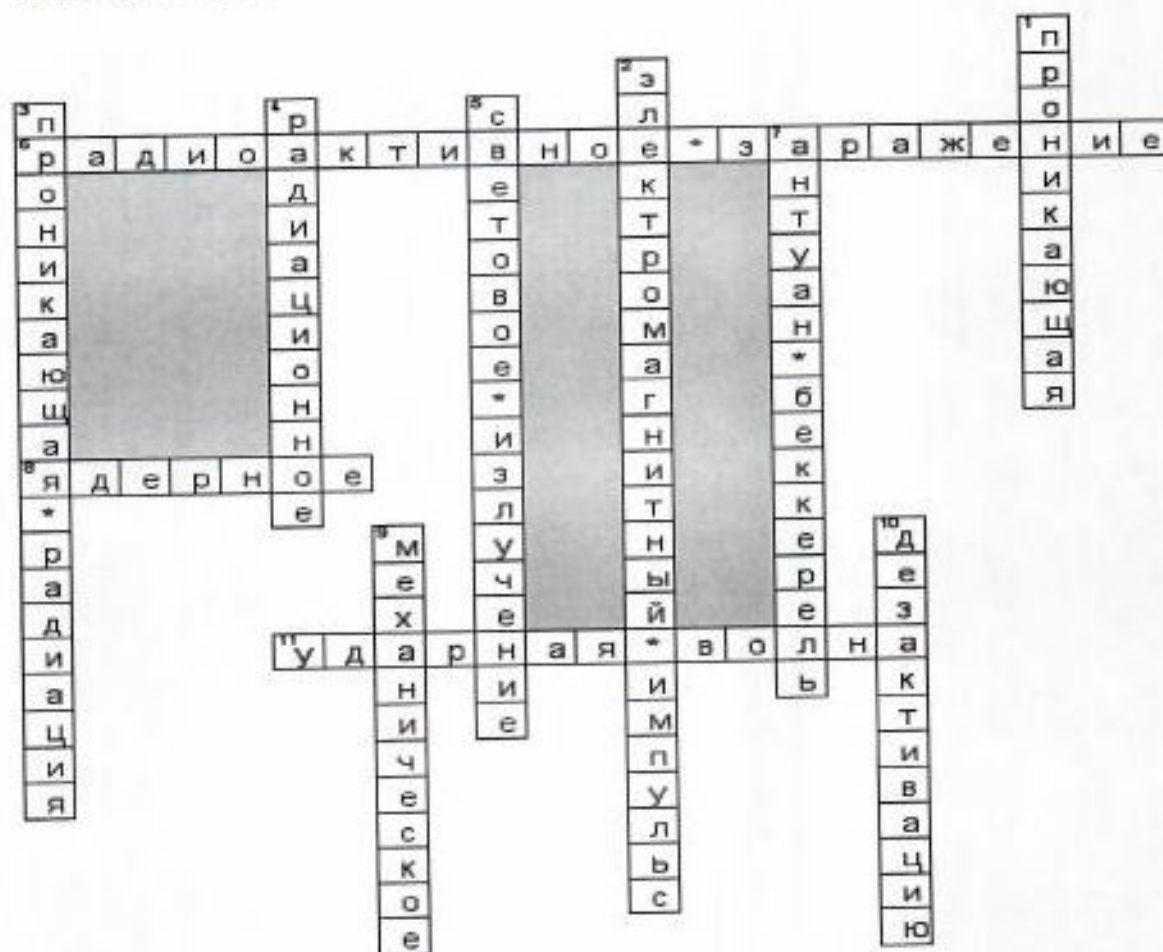
Задание №2.

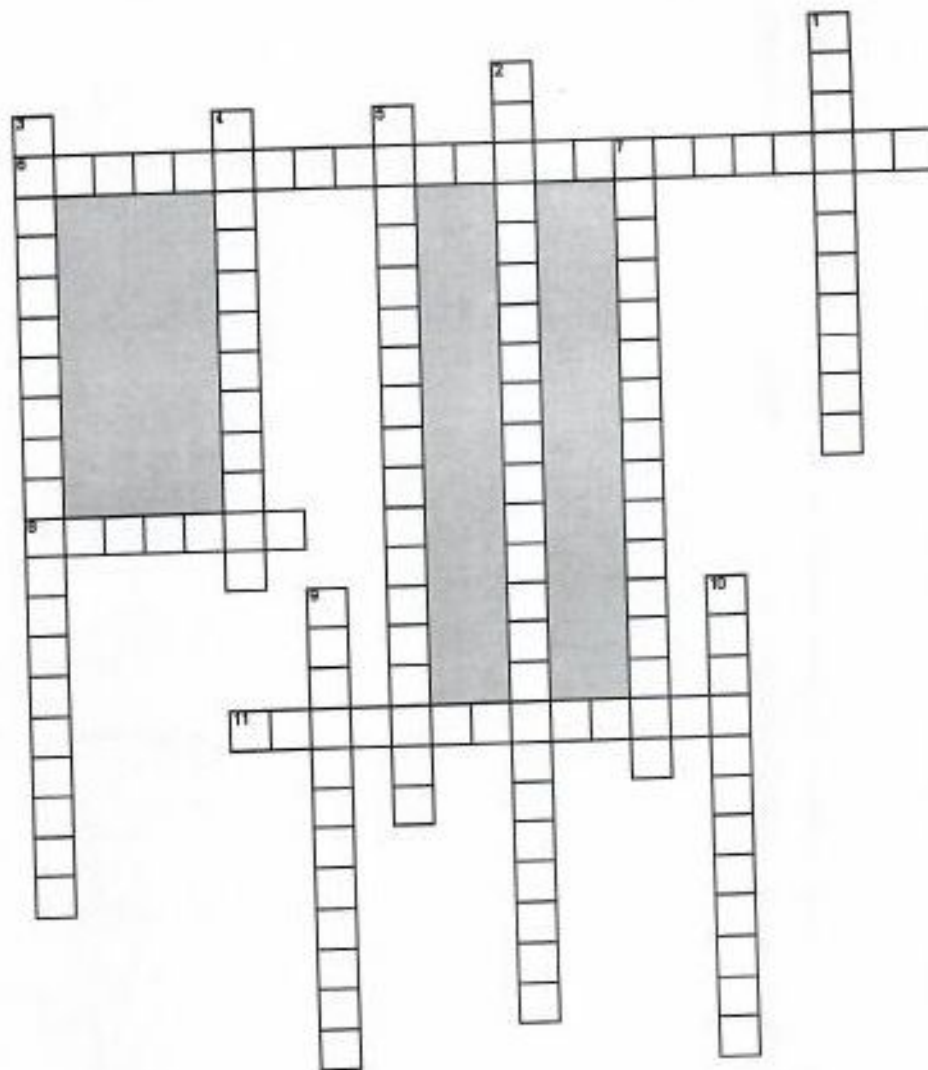
1 вариант. Составить кроссворд из 10 слов на тему «Чрезвычайные ситуации природного происхождения».

2 вариант. Составить тест из 10 вопросов с 4 вариантами ответов на тему «Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения».

Задание №3

Решить кроссворд.





По горизонтали

6. загрязнение местности и находящихся на ней объектов радиоактивными веществами
8. Оружие массового поражения, основанное на внутриядерной энергии – это:
11. Основным поражающим фактором ядерного взрыва является

По вертикали

1. Один из поражающих факторов ядерного оружия, представляющий собой гамма-излучение и поток нейтронов, испускаемых в
2. это возмущение электромагнитного поля, оказывающее влияние на любой материальный объект, находящийся в зоне его действия
3. один из поражающих факторов ядерного оружия, представляющий собой гамма-излучение и поток нейтронов, испускаемых в окружающую среду из зоны ядерного взрыва.
4. поражение в результате воздействия ионизирующих факторов ядерного взрыва

(проникающей радиации, радиоактивного заражения местности);

5. Поток лучистой энергии, включающий ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи это

7. Явление радиоактивного излучения открыл французский физик

9. поражение в результате воздействия механических поражающих факторов ядерного взрыва (воздушной ударной волны, сейсмозрывных волн в грунте)

10. Что необходимо провести для обеззараживания одежды и предметов от радиоактивных веществ?

Задание №4

Ответить на вопросы согласно, своего варианта:

Вариант №1

1. Какие реформы провел Иван Грозный?
2. Перечислить органы, из которых состоят вооруженные силы РФ. Для чего предназначены органы управления, что к ним относят.
3. Из каких видов войск в настоящее время состоят ВС РФ?
4. Какими тремя компонентами представлены Сухопутные войска?

Вариант №2

1. В чем суть военной реформы 30-х годов?
2. Перечислить органы, из которых состоят вооруженные силы РФ. Что такое воинская часть, что относят к воинским частям?
3. Что является основным органом оперативного управления войсками и силами флота ВС РФ, что он осуществляет?
4. Основные задачи военно-транспортной авиации?

Задание №5

Вариант №1.

1. Симптомы и первая помощь при острой сердечной недостаточности.
2. Перечислить и описать степени отморожения.
3. Первая помощь при отравлении этиловым спиртом.
4. Что такое электрический удар. Расписать степени электрического удара.

Вариант №2.

1. Симптомы и первая помощь при инсульте.
2. Виды ожогов и первая помощь при каждом из них.
3. Первая помощь при отравлении никотином.
4. Что такое местные электротравмы, что к ним относят, описать подробно.

Вариант №3.

1. Симптомы и первая помощь при открытых и закрытых переломах.
2. Что такое терминальные состояния, описать симптомы каждого из них.
3. Симптомы и первая помощь при тепловом ударе.
4. Описать каждый этап реанимации.

1. Причинами инсульта могут быть:

1. Мозговое кровоотечение, блокирование кровеносного сосуда сгустком крови;
2. Пороки сердца, инфаркт миокарда, сильное переутомление;
3. Обширные внутренние кровоотечения, повреждения головного и спинного мозга.

2. Проводить искусственную вентиляцию легких необходимо при отсутствии у пострадавшего:

1. Сердцебиения и дыхания или когда сохранено сердцебиение и самостоятельное дыхание с частотой дыхательных движений до 10 в минуту;
2. Координации и речи при непрерывном кашле, приводящем к сбою дыхания;
3. Сердцебиения, но сохранении самостоятельного дыхания с частотой дыхательных движений более 10 в минуту.

3. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту?

1. Фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
2. Дату и точное время (часы и минуты) наложения жгута;
3. Фамилию, имя, отчество пострадавшего, время наложения жгута, фамилию, имя, отчество наложившего жгут.

4. Услышав сигнал «Внимание всем!» необходимо:

1. Спуститься в подвал.
2. Позвонить всем знакомым и предупредить об опасности.
3. Включить радио или ТВ, прослушать рекомендации.

5. Вы в школе. Идёт урок. Слышен звук сирены. В класс вбежал дежурный по школе и сообщил, что по радио передано сообщение о приближающемся землетрясении. Определите ваши дальнейшие действия и укажите их последовательность:

1. Отключить электричество
2. Забить окна
3. Попытаться быстро покинуть здание школы и пойти домой
4. Эвакуироваться вместе с классом из здания школы
5. Занять место вдали от зданий и линий электропередач

6. Ядерное оружие – это:

1. Высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землёй (под водой)
2. Оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения в результате возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающего ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи
3. Оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии

7. К видам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:

1. Сухопутные войска, Военно - Воздушные силы, Военно-Морской флот; Ракетные войска , войска стратегического назначения;
2. Военно-воздушные силы, Военно –морской флот,Сухопутные войска;
3. Сухопутные войска, Военно-воздушные силы, Военно –морской флот, Тыл Вооруженных сил.

8. Каковы основные признаки применения бактериологического оружия?**9. Сравните разные виды оружия массового поражения. Заполните таблицу.**

Вид оружия	Поражающие	Основные объекты	Наносимый ущерб
------------	------------	------------------	-----------------

	факторы	воздействия	
Ядерное			
Химическое			
Бактериологическое			

10. Перечислить органы, из которых состоят вооруженные силы РФ. Каждый описать подробно.

Вариант №2.

1. Причиной сердечной недостаточности могут быть:

1. Ревматические поражения сердечной мышцы, пороки сердца, инфаркт миокарда, физическое перенапряжение, нарушение обмена веществ и авитаминозы;
2. Внутреннее и наружное кровотечения, повреждение опорно-двигательного аппарата, переутомление, тепловой и солнечный удары;
3. Тяжелые повреждения, сопровождающиеся кровопотерей, разможнение мягких тканей, раздробление костей, обширные термические ожоги.

2. Признаки клинической смерти — это отсутствие:

1. Сознания, реакции зрачков на свет, пульса на сонной артерии и дыхания;
2. Слуха, вкуса, наличие трупных пятен;
3. Пульса и дыхания, окоченение конечностей.

3. Можно ли накладывать жесткую шину прямо на тело пострадавшего при иммобилизации?

1. Можно только на верхние конечности;
2. Можно, закрепив шину так, чтобы между ней и телом было небольшое воздушное пространство;
3. Нельзя: сначала под шину следует наложить мягкую прокладку (вату, полотенце и т.п.).

Дополните фразу: «Радио и телевизионные приёмники необходимо включить на местной программе передач и прослушать сообщение органов «ГОЧС» после сигнала:

_____ (выберите правильный ответ):

1. Внимание всем
2. SOS
3. Говорит МЧС
4. Говорит Архангельск

5. Что нужно делать при внезапном наводнении до прибытия помощи? Какие из перечисленных действий необходимы? Укажите их последовательность:

1. Быстро перемещаться на ближайшее возвышенное место
2. Оставаться на месте до схода воды
3. Подавать сигналы бедствия белым или цветным полотнищем в дневное время, световые — в ночное

6. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:

1. Избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра облако, изменение состава атмосферного воздуха
2. Ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс, резкое понижение температуры

окружающей среды, понижение концентрации кислорода в воздухе, самовозгорания веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах.

7. В состав Сухопутных войск входят:

1. Пехотные соединения, бронетанковые войска, мобильные ракетные комплексы, армейская разведка, части и учреждения тыла;
2. Мотострелковые войска, стационарные ракетные и передвижные артиллерийские комплексы, инженерные войска, войска связи, истребительная авиация;
3. Мотострелковые, танковые, ракетные войска и артиллерия, войска ПВО, армейская авиация, части и подразделения специальных войск, части и учреждения тыла.

8. Каковы основные признаки применения химического оружия?

9. Сравните разные виды оружия массового поражения. Заполните таблицу.

Вид оружия	Поражающие факторы	Основные объекты воздействия	Наносимый ущерб
Ядерное			
Химическое			
Бактериологическое			

10. Перечислить органы, из которых состоят вооруженные силы РФ. Каждый описать подробно.