

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Санкт-Петербургский государственный аграрный университет»

Колледж
(на правах факультета непрерывного профессионального образования)



4

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы
обучающихся по дисциплине

БД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специальность
43.02.10 Туризм

Квалификация выпускника – специалист по туризму

Форма обучения – очная

Санкт-Петербург
2021

Автор

преподаватель


(подпись)

Нехорошев С.В.

Рассмотрена на заседании педагогического совета колледжа (на правах факультета непрерывного профессионального образования) от 20 апреля 2021 г., протокол № 4.

Председатель

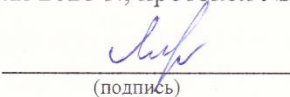
педагогического совета


(подпись)

Челей Т.М.

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии по специальности 43.02.10 Туризм от 19 апреля 2021 г., протокол № 9

Председатель УМК


(подпись)

Ямковая И.Н.

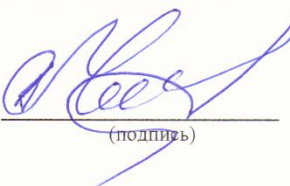
СОГЛАСОВАНО

Зав. библиотекой


(подпись)

Борош Н.А.

Начальник отдела
информационных
технологий


(подпись)

Чижиков А.С.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	4
2. Тематический план внеаудиторной самостоятельной работы.....	7
3 Основные виды внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся и их характеристика.....	12
4. Задания к выполнению внеаудиторных самостоятельных работ.....	21
5.Список рекомендуемой литературы.....	42

1. Пояснительная записка

Методические указания разработаны для проведения внеаудиторной самостоятельной работы по учебной дисциплине БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 Г. № 413.

Результатом освоения программы общеобразовательной учебной дисциплины является достижение обучающимися 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 вырабатывать 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 факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

— освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

— 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.

Выполнение ВСР должно сформировать и развить у обучающихся следующие умения и знания:

уметь:

У.1. Вести в повседневной жизни здоровый образ жизни;

У.2. Обосновать и соблюдать меры профилактики заболеваний;

У.3. Оценивать положительное значение семьи в жизни человека;

- У.4. Владеть способами защиты населения от ЧС природного и техногенного характера;
- У.5. Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- У.6. Действовать в ситуациях социального характера;
- У.7. Оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение к военной службе;
- У.8. Владеть способами оказания первой медицинской помощи пострадавшим в ЧС;
- У.9. Вызвать в случае необходимости службы экстренной помощи.

знать:

- 3.1. Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности, репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- 3.2. Вредные привычки и их профилактика;
- 3.3. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- 3.4. Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и гражданской обороне (ГО);
- 3.5. Основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- 3.6. Современные средства поражения и их поражающие факторы и мероприятия по защите населения при угрозе данных средств поражения и чрезвычайных ситуаций.
- 3.7. Террористическая опасность и национальная безопасность Российской Федерации;
- 3.8. Состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- 3.9. Основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан, основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- 3.10. Методы и средства для оказания первой помощи при неотложных состояниях до приезда скорой медицинской помощи.

При разработке содержания самостоятельных работ учитывался уровень сложности освоения обучающимися соответствующей темы, общих и профессиональных компетенций.

Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся (далее – ВСР) - это учебная, учебно-исследовательская и общественно-значимая деятельность обучающихся, направленная на развитие общих и профессиональных компетенций, которая осуществляется по заданию преподавателя, при его методическом руководстве, но без его непосредственного участия.

Основные цели ВСР обучающихся:

- овладение профессиональными навыками деятельности по профилю и усвоение соответствующих знаний;
 - формирование стремления к самообразованию, ответственности, готовности действовать самостоятельно;
 - развитие творческого подхода к решению учебных и профессиональных задач.
- Задачами самостоятельной работы обучающихся являются:
- активизация самостоятельной и познавательной деятельности;
 - содействие развитию творческого отношения обучающихся к изучаемой дисциплине;
 - выработка у обучающихся умений и навыков рациональной работы с литературой;
 - управление познавательной деятельностью обучающихся;
 - выработка у обучающихся понимания сущности и социальной значимости своей будущей профессии;

- выработка у обучающихся умений и навыков организации собственной деятельности, способности избрания типовых методов и способов выполнения профессиональных задач, оценки их эффективности и качества;

- выработка у обучающихся умений осуществления поиска и использования информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, оценки их эффективности и качества;

- содействие развитию овладения информационной культурой, анализа и оценки информации с использованием информационно – коммуникационных технологий;

- содействие развитию самостоятельного определения задач профессионального и личностного развития, умений заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

Целью настоящих методических указаний является оказание методической помощи в выполнении обучающимися внеаудиторных самостоятельных заданий.

2. Тематический план внеаудиторной самостоятельной работы

Наименование раздела/ темы	Содержание задания ВСР	Кол-во часов	Форма контроля	Срок выполнения
1 семестр				
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.		12		
Занятие № 1 Тема Введение. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	ВСР 1. Составление кроссворда и эталонов ответов.	2	Проверка кроссворда на корректность сформулированных вопросов и соответствие терминов теме.	В течение 3 дней.
Занятие № 3 Тема Личная гигиена и здоровье человека.	ВСР 2. 1. Анализ кейса по теме: «Индивидуальный режим дня студента и меню на 1 день». 2. Составление теста по теме « Личная гигиена»	2	Представление и обсуждение результатов анализа. Проверка теста и эталонов ответа	В течение 7-10 дней.
Занятие № 4 Тема Вредные привычки и их профилактика.	ВСР 3. Написание рефератов.	1	Представление и обсуждение реферата; укладывание в регламент выступления (суть) не более 2 минут.	К занятию. В течение 3 дней
Занятие № 5 Тема Вредные привычки и их профилактика.	ВСР 4. Написание рефератов.	1	Представление и обсуждение реферата; укладывание в регламент	К занятию В течение 3 дней

			выступления (суть) не более 2 минут.	
Занятие № 7 Тема Личная безопасность в повседневной жизни.	ВСР 5. 1.Составление ситуационных задач и их решений (алгоритмы действий). 2.Подготовка информационного сообщения.	1	Проверка и обсуждение сообщения, ситуационных задач.	К занятию
Занятие № 7 Тема Репродуктивное здоровье.	ВСР 6. Составление конспекта.	1	Проверка и обсуждение конспекта	К занятию
Занятие № 8 Тема Семья в современном обществе.	ВСР 7. Составление конспекта; Написание эссе.	1	1.Проверка и обсуждение конспекта 2.Проверка содержания эссе.	К занятию
Занятие № 8 Тема Основные инфекционные болезни, классификация и профилактика	ВСР 8. Составление сводной (обобщающей) таблицы по теме.	1	Проверка и обсуждение таблицы	К занятию
Занятие № 9 Тема Правила и безопасность дорожного движения.	ВСР 9 Составление памятки.	2	Проверка и обсуждение содержания памятки	В течение 7 дней
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.		6		
Занятие № 10 Тема Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС) природного и техногенного характера.	ВСР 10. 1.Составление графологической структуры; 2.Подготовка информационного сообщения.	1	1.Проверка графологической структуры 2.Представление и обсуждение сообщений	1.В течение 7 дней 2.К занятию
Занятие № 11 Тема Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС) и гражданская оборона (ГОЧС).	ВСР 11. Составление сводной (обобщающей) таблицы по теме.	1	Проверка содержания таблицы	В течение 7 дней

Занятие № 12 Тема Современные средства поражения и их поражающие факторы.	ВСР 12. Написание реферата.	1	Представление и обсуждение реферата.	В течение 3-7 дней
Занятие № 13 Тема Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применении современных средств поражения.	ВСР 13. 1. Составление графологической структуры (рисунка). 2. Составление таблицы.	1	1. Проверка графологической структуры. 2. Проверка и обсуждение содержания таблицы	В течение 7 дней
Занятие № 15 Тема Террористическая опасность.	ВСР 14. Составление памятки.	1	Проверка и обсуждение содержания памятки	К занятию
Занятие № 17 Тема Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	ВСР 15. Написание эссе	1	Проверка содержания эссе.	В течение 3 дней
2 семестр				
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.		11		
Занятие № 18 Тема История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.	ВСР 16. Составление хронологической таблицы по теме.	2	Представление и обсуждение хронологической таблицы	В течение 3 дней.
Занятие № 19 Тема Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	ВСР 17. Составление графологической структуры (схемы).	1	Проверка составления схемы	В течение 7 дней
Занятие № 20 Тема Воинская обязанность.	ВСР 18. Написание эссе.	1	Проверка содержания эссе.	В течение 3 дней
Занятие № 21 Тема Призыв на военную службу.	ВСР 19. Составление тестовых заданий и эталонов ответов к ним.	2	Проверка теста и его эталона.	В течение 7 дней

Занятие № 22 Тема Прохождение военной службы.	ВСР 20. Написание конспекта.	1	Проверка и обсуждение конспекта	К занятию В течение 3 дней
Занятие № 23 Тема Правовые основы военной службы.	ВСР 21. Подготовка информационного сообщения.	1	Проверка и обсуждение сообщения	К занятию
Занятие № 24 Тема Военнослужащий-защитник своего Отечества.	ВСР 22. Составление памятки. Заучивание текстов.	2	Проверка содержания памятки и знаний текста.	В течение 7 дней
Занятие № 26 Тема Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации	ВСР 23. Написание реферата.	1	Представление и обсуждение реферата;	К занятию
Раздел 4. Основы медицинских знаний.		10		
Занятие № 27 Тема Оказание первой помощи при травмах и ранениях.	ВСР 24 Составление конспекта.	1	Проверка и обсуждение конспекта	В течение 3 дней
Занятие № 28 Тема Оказание первой помощи при травмах и ранениях.	ВСР 25 Составление конспекта.	1	Проверка и обсуждение конспекта	К занятию
Занятие № 29 Тема Оказание первой помощи при травмах и ранениях.	ВСР 26. Составление глоссария по теме.	1	Проверка составленных терминов.	В течение 3 дней
Занятие № 30 Тема Оказание первой помощи при травмах и ранениях.	ВСР 27. Составление таблицы.	1	Проверка и обсуждение таблицы	К занятию
Занятие № 31 Тема Первая помощь при воздействии высоких и низких температур, электрического тока и отравлении.	ВСР 28. Составление конспекта.	1	Проверка и обсуждение конспекта	В течение 3 дней
Занятие № 32 Тема Первая помощь при	ВСР 29. Составление конспекта.	2	Проверка и обсуждение конспекта	В течение 3 дней

воздействии высоких и низких температур, электрического тока и отравлении				
Занятие № 33 Тема Первая помощь при отсутствии сознания ,острой сердечной недостаточности и инсульте.	ВСР 30. Составление конспекта.	1	Проверка и обсуждение конспекта	В течение 3 дней
Занятие № 34 Тема Первая помощь при остановке дыхания и сердца.	ВСР 31. Составление структурно- логической таблицы .	1	Проверка таблицы	В течение 3 дней.
Занятие № 35 Тема Итоговое занятие.	ВСР 32. Устное повторение лекционного материала	1	Выслушивание и оценивание устных и письменных ответов на вопросы, диф. зачета	По расписанию учебного заведения.
Итого за 1 семестр		18		
Итого за 2 семестр		21		
Всего		39		

3 Основные виды внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся и их характеристика

1. Подготовка информационного сообщения.
2. Написание реферата.
3. Написание конспекта первоисточника.
4. Написание эссе.
5. Составление опорного конспекта.
6. Составление глоссария.
7. Составление сводной (обобщающей) таблицы по теме.
8. Составление графологической структуры.
9. Составление тестовых заданий и эталонов ответов к ним.
10. Составление и решение ситуационных задач (кейсов).
11. Составление схем, иллюстраций (рисунков), графиков, диаграмм.
12. Составление кроссвордов по теме и ответов к ним.
13. Составление памятки.
14. Заучивание текста.

1. Подготовка информационного сообщения - это вид ВСР по подготовке небольшого по объему устного сообщения для озвучивания на семинаре, практическом занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несет новизну, отражает современный взгляд по определенным проблемам.

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

Регламент времени на озвучивание сообщения - до 5 мин.

Затраты времени на подготовку сообщения зависят от трудности сбора информации, сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем. Дополнительные задания такого рода могут планироваться заранее и вноситься в карту самостоятельной работы в начале изучения дисциплины.

Роль преподавателя:

- о определить тему и цель сообщения;
- определить место и сроки подготовки сообщения;
- оказать консультативную помощь при формировании структуры сообщения;
- рекомендовать базовую и дополнительную литературу по теме сообщения;
- оценить сообщение в контексте занятия.

Роль обучающегося:

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

Критерии оценки:

- актуальность темы;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- грамотность и полнота использования источников;
- наличие элементов наглядности.

2. Написание реферата - это более объемный, чем сообщение, вид ВСР обучающегося, содержащий информацию, дополняющую и развивающую основную тему, изучаемую на аудиторных занятиях. Ведущее место занимают темы, представляющие профессиональный интерес, несущие элемент новизны. Реферативные материалы должны

представлять письменную модель первичного документа - научной работы, монографии, статьи.

Реферат может включать обзор нескольких источников и служить основой для доклада на определенную тему на семинарах, конференциях.

Регламент озвучивания реферата - 7-10 мин.

Затраты времени на подготовку материала зависят от трудности сбора информации, сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Роль преподавателя: идентична роли при подготовке обучающимся информационного сообщения, но имеет особенности, касающиеся:

- выбора источников (разная степень сложности усвоения научных работ, статей);
- составления плана реферата (порядок изложения материала);
- формулирования основных выводов (соответствие цели);
- оформления работы (соответствие требованиям к оформлению).

Роль обучающегося: идентична при подготовке информационного сообщения, но имеет особенности, касающиеся:

- выбора литературы (основной и дополнительной);
- изучения информации (уяснение логики материала источника, выбор основного материала, краткое изложение, формулирование выводов);
- оформления реферата согласно установленной форме,

Критерии оценки:

- актуальность темы;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- грамотность и полнота использования источников;
- соответствие оформления реферата требованиям.

3. Написание конспекта первоисточника (статьи, монографии, учебника, книги и пр.) - представляет собой вид ВСП обучающегося по созданию обзора информации, содержащейся в объекте конспектирования, в более краткой форме. В конспекте должны быть отражены основные принципиальные положения источника, то новое, что внес его автор, основные методологические положения работы, аргументы, этапы доказательства и выводы. Ценность конспекта значительно повышается, если обучающийся излагает мысли своими словами, в лаконичной форме.

Конспект должен начинаться с указания реквизитов источника (фамилии автора, полного наименования работы, места и года издания). Особо значимые места, примеры выделяются цветным подчеркиванием, взятием в рамку, пометками на полях, чтобы акцентировать на них внимание и прочнее запомнить.

Работа выполняется письменно. Озвучиванию подлежат главные положения и выводы работы в виде краткого устного сообщения (3-4 мин) в рамках теоретических и практических занятий.

Контроль может проводиться и в виде проверки конспектов преподавателем.

Затраты времени при составлении конспектов зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Роль преподавателя:

- усилить мотивацию к выполнению задания подбором интересной темы;
- консультирование при затруднениях.

Роль обучающегося:

- прочитать материал источника, выбрать главное и второстепенное;
- установить логическую связь между элементами темы;
- записывать только то, что хорошо уяснил;
- выделять ключевые слова и понятия;
- заменять сложные развернутые обороты текста более лаконичными (свертывание);

- разработать и применять свою систему условных сокращений.

Критерии оценки:

- содержательность конспекта, соответствие плану;
- отражение основных положений, результатов работы автора, выводов;
- ясность, лаконичность изложения мыслей студента;
- наличие схем, графическое выделение особо значимой информации;
- соответствие оформления требованиям;
- грамотность изложения;
- конспект сдан в срок.

4. Написание эссе - это вид ВСР обучающихся по написанию сочинения небольшого объема и свободной композиции на частную тему, трактуемую субъективно и обычно неполно. Тематика эссе должна быть актуальной, затрагивающей современные проблемы области изучения дисциплины. Обучающийся должен раскрыть не только суть проблемы, привести различные точки зрения, но и выразить собственные взгляды на нее. Этот вид работы требует от обучающегося умения четко выражать мысли как в письменной форме, так и посредством логических рассуждений, ясно излагать свою точку зрения.

Эссе, как правило, имеет задание, посвященное решению одной из проблем, касающейся области учебных или научных интересов дисциплины, общее проблемное поле, на основании чего обучающийся сам формулирует тему. При раскрытии темы он должен проявить оригинальность подхода к решению проблемы, реалистичность, полезность и значимость предложенных идей, яркость, образность, художественную оригинальность изложения.

Затраты времени на подготовку материала зависят от трудности сбора информации, сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Эссе может быть представлено на практическом занятии, на конкурсе работ обучающихся, научных конференциях.

Роль преподавателя:

- помочь в выборе источников по теме;
- помочь в формулировании темы, цели, выводов;
- консультировать при затруднениях.

Роль обучающегося:

- внимательно прочитать задание и сформулировать тему не только актуальную по своему значению, но и оригинальную и интересную по содержанию;
- подобрать и изучить источники по теме, содержащуюся в них информацию;
- выбрать главное и второстепенное;
- составить план эссе;
- лаконично, но емко раскрыть содержание проблемы и свои подходы к ее решению;
- оформить эссе и сдать в установленный срок.

Критерии оценки:

- новизна, оригинальность идеи, подхода;
- реалистичность оценки существующего положения дел;
- полезность и реалистичность предложенной идеи;
- значимость реализации данной идеи, подхода, широта охвата;
- художественная выразительность, яркость, образность изложения;
- грамотность изложения;
- эссе представлено в срок.

5. Составление опорного конспекта - представляет собой вид ВСР обучающегося по созданию краткой информационной структуры, обобщающей и отражающей суть материала лекции, темы учебника. Опорный конспект призван выделить главные объекты изучения, дать им краткую характеристику, используя символы, отразить связь с другими элементами. Основная цель опорного конспекта - облегчить запоминание. В его

составлении используются различные базовые понятия, термины, знаки (символы) - опорные сигналы. Опорный конспект - это наилучшая форма подготовки к ответу и в процессе ответа. Составление опорного конспекта к темам особенно эффективно у обучающихся, которые столкнулись с большим объемом информации при подготовке к занятиям и, не обладая навыками выделять главное, испытывают трудности при ее запоминании. Опорный конспект может быть представлен системой взаимосвязанных геометрических фигур, содержащих блоки концентрированной информации в виде ступенек логической лестницы; рисунка с дополнительными элементами и др. Задание составить опорный конспект по теме может быть как обязательным, так и дополнительным.

Опорные конспекты могут быть проверены в процессе опроса по качеству ответа обучающегося, его составившего, или эффективностью его использования при ответе другими обучающимися, либо в рамках семинарских занятий может быть проведен микроконкурс конспектов по принципу: какой из них более краткий по форме, емкий и универсальный по содержанию.

Затраты времени при составлении опорного конспекта зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Роль преподавателя:

- помочь в выборе главных и дополнительных элементов темы;
- консультировать при затруднениях;
- периодически предоставлять возможность апробирования эффективности конспекта в рамках занятия.

Роль обучающегося:

- изучить материалы темы, выбрать главное и второстепенное;
- установить логическую связь между элементами темы;
- представить характеристику элементов в краткой форме;
- выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить в структуре работы;
- оформить работу и предоставить в установленный срок.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- соответствие оформления требованиям;
- аккуратность и грамотность изложения;
- работа сдана в срок.

6. Составление глоссария - вид ВСР обучающегося, выражающейся в подборе и систематизации терминов, непонятных слов и выражений, встречающихся при изучении темы. Развивает у обучающихся способность выделять главные понятия темы и формулировать их. Оформляется письменно, включает название и значение терминов, слов и понятий в алфавитном порядке.

Затраты времени зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Роль преподавателя:

- определить тему, рекомендовать источник информации;
- проверить использование и степень эффективности в рамках практического занятия.

Роль обучающегося:

- прочитать материал источника, выбрать главные термины, непонятные слова;
- подобрать к ним и записать основные определения или расшифровку понятий; критически осмыслить подобранные определения и попытаться их модифицировать (упростить в плане устранения избыточности и повторений);

- оформить работу и представить в установленный срок.

Критерии оценки:

- соответствие терминов теме;
- многоаспектность интерпретации терминов и конкретизация их трактовки в соответствии со спецификой изучения дисциплины;
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

7. Составление сводной (обобщающей) таблицы по теме - это вид ВСП обучающегося по систематизации объемной информации, которая сводится (обобщается) в рамки таблицы. Формирование структуры таблицы отражает склонность обучающегося к систематизации материала и развивает его умения по структурированию информации. Краткость изложения информации характеризует способность к ее свертыванию. В рамках таблицы наглядно отображаются как разделы одной темы (одноплановый материал), так и разделы разных тем (многоплановый материал). Такие таблицы создаются как помощь в изучении большого объема информации, желая придать ему оптимальную форму для запоминания. Задание чаще всего носит обязательный характер, а его качество оценивается по качеству знаний в процессе контроля.

Оформляется письменно.

Затраты времени на составление сводной таблицы зависят от объема информации, сложности ее структурирования и определяется преподавателем.

Роль преподавателя:

- определить тему и цель;
- осуществить контроль правильности исполнения, оценить работу.

Роль обучающегося:

- * изучить информацию по теме;
- выбрать оптимальную форму таблицы;
- информацию представить в сжатом виде и заполнить ею основные графы таблицы;
- пользуясь готовой таблицей, эффективно подготовиться к контролю по заданной теме.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры таблицы;
- правильный отбор информации;
- наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации;
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

8. Составление графологической структуры - это очень продуктивный вид ВСП обучающегося по систематизации информации в рамках логической схемы с наглядным графическим ее изображением (приложение 8). Графологическая структура как способ систематизации информации ярко и наглядно представляет ее содержание. Работа по созданию даже самых простых логических структур способствует развитию у обучающихся приемов системного анализа, выделения общих элементов и фиксирования дополнительных, умения абстрагироваться от них в нужной ситуации. В отличие от других способов графического отображения информации (таблиц, рисунков, схем) графологическая структура делает упор на логическую связь элементов между собой, графика выступает в роли средства выражения (наглядности).

Работа по созданию такой структуры ступенчата. Структурировать можно как весь объем учебного материала, так и его отдельной части. Такая работа допустима тогда, когда у студентов сформирована достаточная предметная база. Обучающемуся под силу создавать самые простые логические схемы, которые могут наглядно отражать строение

изучаемого объекта и его функцию. Все зависит от специфики материала и способностей студента к обобщению и абстрагированию. Оформляется графически.

Роль преподавателя:

- рекомендовать литературу по определенной теме или разделу;
- сообщить обучающемуся информацию о способах структурирования;
- консультировать при возникновении затруднений;
- оценить работу обучающегося в контексте занятия.

Роль обучающегося:

- изучить информацию по теме;
- провести системно-структурный анализ содержания, выделить главное (ядро), второстепенные элементы и взаимную логическую связь;
- выбрать форму (оболочку) графического отображения;
- собрать структуру воедино (покрыть ядро оболочкой);
- критически осмыслить вариант и попытаться его модифицировать (упростить в плане устранения избыточности, повторений);
- провести графическое и цветное оформление;
- составить краткий логический рассказ о содержании работы и озвучить его на занятии, либо работу сдать в срок преподавателю.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- соответствие оформления требованиям;
- аккуратность и грамотность изложения и представления работы;
- работа сдана в срок.

9. Составление тестов и эталонов ответов к ним - это вид ВСП обучающегося по закреплению изученной информации путем ее дифференциации, конкретизации, сравнения и уточнения в контрольной форме (вопроса, ответа) (приложение 9).

Обучающийся должен составить как сами тесты, так и эталоны ответов к ним. Тесты могут быть различных уровней сложности, целесообразно предоставлять студенту в этом свободу выбора, главное, чтобы они были в рамках темы. Количество тестов (информационных единиц) можно определить либо давать произвольно. Контроль качества тестов можно вынести на обсуждение ("Кто их больше составил?", "Чьи тесты более точны, более интересны?" и т. д.) непосредственно на практическом занятии. Оценка их качества также целесообразно провести в рамках занятия. Задание оформляется письменно.

Затраты времени на составление тестов зависит от объема информации, сложности ее структурирования и определяются преподавателем.

Роль преподавателя:

- конкретизировать задание, уточнить цель;
- познакомить с вариантом тестов;
- проверить исполнение и оценить в конце занятия.

Роль обучающегося:

- изучить информацию по теме;
- провести ее системный анализ;
- создать тесты;
- создать эталоны ответов к ним;
- представить на контроль в установленный срок.

Критерии оценки:

- соответствие содержания тестовых заданий теме;
- включение в тестовые задания наиболее важной информации;
- разнообразие тестовых заданий по уровням сложности;
- наличие правильных эталонов ответов;

- тесты представлены на контроль в срок.

10. Составление и решение ситуационных задач (кейсов) - это вид ВСР обучающегося по систематизации информации в рамках постановки или решения конкретных проблем. Решение ситуационных задач - чуть менее сложное действие, чем их создание. И в первом, и во втором случае требуется самостоятельный мыслительный поиск самой проблемы, ее решения. Такой вид самостоятельной работы направлен на развитие мышления, творческих умений, усвоение знаний, добытых в ходе активного поиска и самостоятельного решения проблем. Следует отметить, что такие знания более прочные, они позволяют студенту видеть, ставить и разрешать как стандартные, так и не стандартные задачи, которые могут возникнуть в дальнейшем в профессиональной деятельности.

Продумывая систему проблемных вопросов, обучающийся должен опираться на уже имеющуюся базу данных, но не повторять вопросы уже содержащиеся в прежних заданиях по теме. Проблемные вопросы должны отражать интеллектуальные затруднения и вызывать целенаправленный мыслительный поиск. Решения ситуационных задач относятся к частично поисковому методу и предполагает третий (применение) и четвертый (творчество) уровень знаний. Характеристики выбранной для ситуационной задачи проблемы и способы ее решения являются отправной точкой для оценки качества этого вида работ. В динамике обучения сложность проблемы нарастает, и к его завершению должна соответствовать сложности задач, поставленных профессиональной деятельностью на начальном этапе. Оформляются задачи и эталоны ответов к ним письменно. Количество ситуационных задач и затраты времени на их составление зависят от объема информации, сложности и объема решаемых проблем, индивидуальных особенностей обучающегося и определяются преподавателем.

Роль преподавателя:

- определить тему, либо раздел и рекомендовать литературу;
- сообщить обучающемуся информацию о методах построения проблемных задач;
- консультировать обучающегося при возникновении затруднений;
- оценить работу обучающегося в контексте занятия (проверить или обсудить ее с обучающимися).

Роль обучающегося:

- изучить учебную информацию по теме;
- провести системно - структурированный анализ содержания темы;
- выделить проблему, имеющую интеллектуальное затруднение, согласовать с преподавателем;
- дать обстоятельную характеристику условий задачи;
- критически осмыслить варианты и попытаться их модифицировать (упростить в плане избыточности);
- выбрать оптимальный вариант (подобрать известные и стандартные алгоритмы действия) или варианты разрешения проблемы (если она не стандартная);
- оформить и сдать на контроль в установленный срок.

Критерии оценки:

- соответствие содержания задачи теме;
- содержание задачи носит проблемный характер;
- решение задачи правильное, демонстрирует применение аналитического и творческого подходов;
- продемонстрированы умения работы в ситуации неоднозначности и неопределенности;
- задача представлена на контроль в срок.

11. Составление схем, иллюстраций (рисунков), графиков, диаграмм - это более простой вид графического способа отображения информации. Целью этой работы является развитие умения обучающегося выделять главные элементы, устанавливая между ними соотношение, отслеживать ход развития, изменения какого-либо процесса, явления,

соотношения каких-либо величин и т. д. Второстепенные детали описательного характера опускаются. Рисунки носят чаще схематичный характер. В них выделяются и обозначаются общие элементы, их топографическое соотношение. Рисунком может быть отображение действия, что способствует наглядности и, соответственно, лучшему запоминанию алгоритма. Схемы и рисунки широко используются в заданиях на практических занятиях в разделе самостоятельной работы. Эти задания могут даваться всем обучающимся как обязательные для подготовки к практическим занятиям.

Затраты времени на составление схем зависят от объема информации и ее сложности.

Роль преподавателя:

- конкретизировать задание, уточнить цель;
- проверить исполнение и оценить в контексте задания.

Роль обучающегося:

- изучить информацию по теме;
- создать тематическую схему, иллюстрацию, график, диаграмму;
- представить на контроль в установленный срок.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации.
- наличие логической связи изложенной информации;
- аккуратность выполнения работы;
- творческий подход к выполнению задания;
- работа сдана в срок.

12. Составление кроссвордов по теме и ответов к ним - это разновидность отображения информации в графическом виде и вид контроля знаний по ней. Работа по составлению кроссворда требует от обучающегося владения материалом, умения концентрировать свои мысли и гибкость ума. Разгадывание кроссвордов чаще применяется в аудиторных самостоятельных работах как метод самоконтроля и взаимоконтроля знаний.

Составление кроссвордов рассматривается как вид ВСП и требует от обучающихся не только тех же качеств, что необходимы при разгадывании кроссвордов, но и умения систематизировать информацию. Кроссворды могут быть различны по форме и объему слов.

Затраты времени на составление кроссвордов зависят от объема информации, ее сложности и определяются преподавателем.

Роль преподавателя:

- конкретизировать задание, уточнить цель;
- проверить исполнение и оценить в контексте занятия.

Роль обучающегося:

- изучить информацию по теме;
- создать графическую структуру, вопросы и ответы к ним;
- представить на контроль в установленный срок.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- грамотная формулировка вопросов;
- кроссворд выполнен без ошибок;
- работа представлена на контроль в срок.

13. Составление памятки. Памятка – это средство вербальной и/или визуальной передачи информации, какие-то важные сведения, которыми надо руководствоваться в определённых жизненных ситуациях или при выполнении определённой операции. Важный аспект памятки – побуждение населения к определённым действиям, направленным на профилактику каких-либо явлений, ситуаций, заболеваний, формирование ЗОЖ и т.д.

Роль преподавателя:

- конкретизировать тему, задание, уточнить цель;
- проверить исполнение и оценить в контексте занятия.

Роль обучающегося:

- подобрать источники информации по теме самостоятельно и изучить их;
- обработать и систематизировать выбранный материал;
- Разработать план изложения материала в памятке
- Разработать дизайн памятки (картинки, схемы, таблицы);
- представить на контроль в установленный срок.

Примерная структура и требования к оформлению памятки

1. Заголовок.
2. Краткая характеристика проблемы.
3. Актуализация и мотивация пациента, постановка цели.
4. Изложение материала: правила, подробный алгоритм действий, советы и рекомендации.

Примечания:

- При оформлении памятки можно использовать красочные, запоминающиеся иллюстрации.
- Буквы писать черным или синим цветом на белой бумаге.
- Размер букв должен быть оптимально удобным для чтения.
- Выбирать понятные и простые слова, не злоупотреблять терминами.
- Убедиться в полноте изложения материала.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме памятки
- направленность текста на определённую аудиторию
- наличие конкретных профилактических советов и рекомендаций
- лаконичность, научность, доступность, и кратность
- соответствие изобразительного оформления теме и особенностям восприятия целевой аудитории.

14. Заучивание текста наизусть.

Чтобы строчки наилучшим образом укладывались в голове, нужно следовать нескольким простым принципам:

- активизировать ассоциативную память (детально вообразить описываемую автором картину, разобраться в незнакомых словах).
- мысленно прочитать первую строчку и устно воспроизвести ее, не смотря в книгу. Потом следует прочитать вторую строчку, а после этого попробовать воспроизвести наизусть обе из них. Точно таким же образом следует «привязать» третью строчку к первым двум. Так можно выучить наизусть весь текст целиком.
- переписать текст из книги на бумагу. Во время переписывания нужно проговаривать строчки вслух. Вследствие активизации зрительной памяти процесс заучивания пойдет в несколько раз быстрее. Можно также попробовать записать текст на диктофон – это простимулирует другие виды мнемонической активности.
- перед сном повторить стихотворение на память еще раз.
- процесс заучивания должен занимать как минимум несколько дней – это позволит лучше «уложить в голову» прочитанное.

Роль преподавателя:

- конкретизировать текст;
- проверить исполнение и оценить.

Роль обучающегося:

- выучить текст наизусть;
- представить на контроль в установленный срок.

Критерии оценки:

- текст читается твердо, без подсказок, наизусть,
- текст о читается выразительно,
- текст прочитан наизусть в срок.

4. Задания к выполнению внеаудиторных самостоятельных работ

Самостоятельные работы выполняются индивидуально в свободное от занятий время, в специальной тетради «Дневник безопасности».

Обучающийся обязан:

- перед выполнением самостоятельной работы, повторить теоретический материал, пройденный на аудиторных занятиях;
- выполнить работу согласно заданию;
- по каждой самостоятельной работе представить преподавателю отчет
- ответить на поставленные вопросы.

Если по ходу выполнения самостоятельной работы у обучающихся возникают вопросы и затруднения, он может консультироваться у преподавателя. Каждая работа оценивается по пятибалльной системе. Критерии оценки приведены в методических указаниях по каждому виду самостоятельной работы.

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.

Занятие № 1 Тема: Введение. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Внеаудиторная самостоятельная работа №1.

Составление кроссворда «Составляющие здоровья».

Содержание задания: Составление кроссворда в дневнике безопасности.

Цель работы:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать справочную и учебную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации

Алгоритм составления кроссворда:

1. Внимательно прочитайте материал учебника по данной теме.
2. Выпишите 10-15 терминов по данной теме.
3. Создать графическую структуру, вопросы и ответы к ним;
4. Выберите 2-3 самых длинных термина и расположите их по горизонтали и по вертикали.
5. Остальные термины расположите по принципу пересечения с предыдущими.
6. Сформулируйте суть каждого термина профессиональным языком, четко и лаконично.
7. Оформите кроссворд.
 - а) каждое слово, помещенное в кроссворд, должно не менее двух раз пересекаться другими словами, идущими в перпендикулярном направлении;
 - б) если вертикальное и горизонтальное слово в кроссворде начинаются с одной клетки, то задания по вертикали и горизонтали нумеруются одинаковой цифрой;
 - в) слова, идущие в одном направлении не должны соприкасаться более, чем одной буквой.

Содержание кроссворда:

Факторы формирующие здоровья, виды здоровья, основы здорового образа жизни, критерии нормального здоровья человека.

Оформление работы: отчёт в виде составленного кроссворда.

Форма контроля: проверка кроссворда на корректность сформулированных вопросов и терминов в соответствии темы.

Критерии оценки:

1. Соответствие заданной теме.
2. Грамотная формулировка вопросов;
3. Количество примененных терминов.
4. Корректность при формулировке заданий
5. Кроссворд выполнен без ошибок;
6. Работа представлена на контроль в срок.

Занятие № 3 Тема: Личная гигиена и здоровье человека.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 2.

Анализ кейсов по теме:

- 1.«Индивидуальный режим дня студента и его меню рационального питания на 1 день».
2. Составление теста по теме «Личная гигиена».

Содержание задания: Составить индивидуальный режим дня и меню 1 дня, прием чистой воды. Проанализировать сложившуюся в кейсе проблемную ситуацию и предоставить развернутый ответ на заданный в кейсе вопрос в дневнике безопасности.

1 задание. Индивидуальный режим дня:

1. Подъём 6.00
2. Утренняя гимнастика с 6.00- 6.20
3. И т.д.

Суточное меню:

- 1.Завтрак:
- 2.Второй завтрак:
- 3.Обед:
- 4.Полдник:
- 5.Ужин:

Укажите прием Вами по часам чистой воды в объеме 1,5-2 литра в течение суток.

Проанализируйте проблемную ситуацию и ответьте на вопрос: Правильный ли ваш режим дня и суточное меню с точки зрения ЗОЖ?

2 задание. Составить тест по теме «Личная гигиена» не менее 7 вопросов и 3 варианта ответов.

Цель работы:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать справочную и учебную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- формирование управленческого образа мысли.

Содержание работы:

1. Проанализируйте проблемную ситуацию.
2. Приведите аргументы, обосновывающие Ваше решение в соответствии с изученным материалом.
3. Составьте тест с использованием наиболее важной информации по теме личная гигиена человека.

Оформление работы: отчёт в виде развернутого ответа и теста с вариантами ответов.

Форма контроля: оценка степени аргументированности ответа, соответствие законам и правилам менеджмента, здорового образа жизни и питания, личной гигиены.

Критерии оценки кейса:

- грамотное аргументирование ответа, с теоретическим обоснованием;
- выявление проблемы;
- знание принципов ЗОЖ.
- работа сдана в срок.

Критерии оценки тестовых заданий:

- соответствие содержания тестовых заданий теме;
- включение в тестовые задания наиболее важной информации;
- разнообразие тестовых заданий по уровням сложности;
- наличие правильных эталонов ответов;
- тесты представлены на контроль в срок.

Занятие № 4 Тема: Вредные привычки и их профилактика.

Внеаудиторная самостоятельная работа №3

Подготовка рефератов по теме:

1. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
2. История появления алкоголя в России и в мире.
3. Алкогольная зависимость в подростковом возрасте.
4. Пивной алкоголизм и здоровье.
5. Социальные последствия употребления алкоголя.
6. Химический состав алкоголя.
7. Табакокурение и его влияние на здоровье.
8. Табачный дым и его составляющие.

Содержание задания: проанализировать источники и подготовить реферат в соответствии с требованиями, описанными в методических указаниях.

Цель работы:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать справочную и учебную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации.

Содержание реферата:

- изучить информацию по выбранной теме;
- составить план;
- согласно плана написать реферат;
- подготовить выступление по данной теме.

Оформление работы: текст реферата на листах формата А4.

Правила оформления: представляется в формате Microsoft Word шрифт TimesNewRoman, размер шрифта 14 (таблицы – 12); межстрочный интервал – одинарный; размер поля верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см.

Форма контроля: оценка степени подготовленности реферата и качества выступления

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданной теме;
- характер и стиль изложения;
- логика выводов;
- проведенный анализ;
- соответствие оформления реферата требованиям.

- регламент выступления не превышен.

Занятие № 5 Тема: Вредные привычки и их профилактика.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 4

Подготовка рефератов по теме:

- 1.История появления курения в России и в мире.
- 2.Вред курения в подростковом возрасте.
- 3.Кальян и его вред для здоровья.
- 4.Пассивное курение и его вред для здоровья.
5. Закон РФ о запрете курения
6. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
- 7.Социальные последствия употребления наркотиков.
- 8.Ответственность за употребление наркотиков.

Содержание задания: проанализировать источники и подготовить реферат в соответствии с требованиями, описанными в методических указаниях.

Цель работы:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать справочную и учебную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации

Содержание реферата:

- изучить информацию по выбранной теме;
- составить план;
- согласно плана написать реферат;
- подготовить выступление по данной теме.

Оформление работы: текст реферата на листах формата А4.

Правила оформления: представляется в формате MicrosoftWord шрифт TimesNewRoman, размер шрифта 14 (таблицы – 12); межстрочный интервал – одинарный; размер поля верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см.

Форма контроля: оценка степени подготовленности реферата и качества выступления

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданной теме;
- характер и стиль изложения;
- логика выводов;
- проведенный анализ;
- правильность выполнения
- регламент выступления не превышен.

Занятие № 7 Тема: Репродуктивное здоровье.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 6

Написание конспекта, выполнение заданий по учебнику.

Цель данного вида ВСР: закрепление нового материала.

Результаты выполнения представляются в письменной форме.

Срок выполнения задания – до 3-х дней.

Источники информации: Internet

Методика выполнения:

- изучить информацию;
- составить план;

- ответить на контрольные вопросы и задания;
- подготовиться к выступлению по контрольным вопросам.

Контрольные вопросы и задания:

- Дайте определение понятий «репродуктивная система» и «репродуктивное здоровье».
- Укажите особенности психологических портретов полов.
- От каких факторов зависит репродуктивное здоровье человека?
- Что такое планирование семьи?
- Какой возраст считается оптимальным для рождения детей?
- Какова роль полового воспитания и образования подростков и молодежи для сохранения репродуктивного здоровья общества?
- Как менялась социальная роль женщины в различные исторические эпохи?
- Что включает понятие «социальная дискриминация женщин»?
- Как решалась проблема равенства женщин в нашей стране?
- Регламентируется ли производственная деятельность женщин с тяжелыми и вредными условиями труда?
- Каковы, на ваш взгляд, пути решения проблемы равенства полов в нашей стране?

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданному вопросу;
- характер и стиль изложения;
- уровень освоения обучающимися учебного материала;
- правильность выполнения.

Методы контроля и оценка: контроль результатов ВСР осуществляется во время учебных занятий в форме заслушивания ответов на контрольные вопросы.

Занятие № 8 (1). Тема Семья в современном обществе.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 7

1. Написание конспекта, выполнение заданий по учебнику.

2. Написание эссе на тему «Значение семьи для человека».

Цель данного вида ВСР: закрепление нового материала.

Результаты выполнения представляются в письменной форме.

Срок выполнения задания – до 3-х дней.

Источники информации: Семейный Кодекс РФ; Internet

Методика выполнения:

- изучить информацию;
- составить план;
- ответить на контрольные вопросы и задания;
- подготовиться к выступлению по контрольным вопросам.

Контрольные вопросы и задания:

- Какие вопросы регулируются Семейным Кодексом РФ?
- Каковы условия и порядок заключения брака?
- Как осуществляется расторжение брака?
- Перечислите права несовершеннолетних детей.
- Каковы права и обязанности родителей?
- В каких случаях родители могут быть лишены родительских прав?

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданному вопросу;
- характер и стиль изложения;
- уровень освоения обучающимися учебного материала;
- правильность выполнения.

Методы контроля и оценка: контроль результатов ВСР осуществляется во время учебных занятий в форме заслушивания ответов на контрольные вопросы.

Занятие № 8 (2). Тема: Основные инфекционные болезни, классификация и профилактика.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 8

Составление сводной (обобщающей) таблицы «Пути передачи и профилактика инфекционных заболеваний человека» в дневнике безопасности:

Инфекционное заболевание	Пути и механизмы передачи инфекции	Признаки инфекционного заболевания	Профилактика инфекционного заболевания

Содержание задания: заполнить колонки таблицы, используя учебник ОБЖ.

Цель ВСР: формирование навыков сбора, обобщения, сравнения, систематизации и анализа дополнительной информации по заданной теме.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры таблицы;
- правильный отбор информации;
- наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации;
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Занятие № 9. Тема: Правила и безопасность дорожного движения.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 9

Составить памятку «ПДД для пешехода» в дневнике безопасности.

- 1.
- 2.
3. и т.д

не меньше 15 пунктов.

Содержание задания: описать правила безопасного дорожного движения для пешеходов, используя личный опыт, учебник и дополнительные источники литературы, Интернет-ресурсы.

Цель ВСР: закрепление учебного материала.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры памятки;
- правильный отбор информации;
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.

Занятие № 10. Тема Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС) природного и техногенного характера.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 10

1. Составление графологической структуры на тему «Модели поведения при возникновении ЧС природного и техногенного характера».

2. Подготовка информационного сообщения на темы:

- «История наводнений в СПб и современная защита от них»,
- «Крупнейшие смерчи и ураганы в России»,
- «Чернобыльская катастрофа, причины и последствия».

Содержание задания: составить графологические структуры, используя учебник ОБЖ; подготовить сообщение., оформить задания в дневнике безопасности

Критерии оценки графологической структуры:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- с соответствие оформления требованиям;
- аккуратность и грамотность изложения и представления работы;
- работа сдана в срок.

Критерии оценки сообщения:

- актуальность темы;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- грамотность и полнота использования источников;
- наличие элементов наглядности.

Занятие № 11. Тема: Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС) и гражданская оборона (ГОЧС).**Внеаудиторная самостоятельная работа № 11**

Составление сводной (обобщающей) таблицы по теме «Сигналы ГО».

Сигнал ГО	Подача сигнала (что слышит человек)	Действия населения по сигналу

Содержание задания: заполнить колонки таблицы, используя учебник ОБЖ и интернет ресурсы.

Цель ВСР: формирование навыков сбора, обобщения, сравнения, систематизации и анализа дополнительной информации по заданной теме.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры таблицы;
- правильный отбор информации;
- наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации.
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Занятие № 12. Тема: Современные средства поражения и их поражающие факторы.**Внеаудиторная самостоятельная работа № 12**

Подготовка рефератов по теме: «Нетрадиционные средства поражения».

Содержание задания: проанализировать источники и подготовить реферат в соответствии с требованиями, описанными в методических указаниях.

Цель работы:

- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать справочную и учебную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации.

Содержание реферата:

- изучить информацию по выбранной теме;
- составить план;
- согласно плана написать реферат;
- подготовить выступление по данной теме.

Оформление работы: текст реферата на листах формата А4.

Правила оформления: представляется в формате MicrosoftWord шрифт TimesNewRoman, размер шрифта 14 (таблицы – 12); межстрочный интервал – одинарный; размер поля верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см.

Форма контроля: оценка степени подготовленности реферата и качества выступления

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданной теме;
- характер и стиль изложения;
- логика выводов;
- проведенный анализ;
- соответствие оформления реферата требованиям.
- регламент выступления не превышен.

Занятие № 13. Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применении современных средств поражения.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 13

1. Составление графологической структуры (рисунка).

Содержание задания: Зарисовать устройство убежища и других средств коллективной защиты, обозначить (подписать) входящие структуры.

Критерии оценки рисунка:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации.
- наличие логической связи изложенной информации;
- аккуратность выполнения работы;
- творческий подход к выполнению задания;
- работа сдана в срок.

2. Составление таблицы на тему: «Средства индивидуальной защиты (СИЗ)».

Название СИЗ	Что защищает	Характеристика

Содержание задания: заполнить колонки таблицы, используя учебник ОБЖ и интернет ресурсы.

Цель ВСР: формирование навыков сбора, обобщения, сравнения, систематизации и анализа дополнительной информации по заданной теме.

Критерии оценки таблицы:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры таблицы;
- правильный отбор информации;
- наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации.
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Занятие № 15. Тема: Террористическая опасность.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 14

Составить памятку на тему: «Действия населения при угрозе совершения, при совершении террористического акта и, если взяли в заложники» в дневнике безопасности.

- 1.
- 2.
3. и т.д

не менее 25 пунктов.

Содержание задания: описать действия населения при угрозе совершения террористического акта: при обнаружении бесхозной вещи, при телефонном и письменном терроризме; при совершении террористического акта: когда вы в толпе, оказались под

завалом, оказались заложником, используя личный опыт, учебник и дополнительные источники литературы, Интернет-ресурсы.

Цель ВСП: закрепление учебного материала.

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры памятки;
- правильный отбор информации;
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Занятие № 17. Тема Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 15

Написание эссе на тему: «Взаимосвязь государственных служб по охране здоровья и безопасности граждан» в дневнике безопасности.

Содержание задания: описать, что общего между этими службами, сделав акцент не менее в 10 сходствах.

Критерии оценки:

- новизна, оригинальность идеи, подхода;
- реалистичность оценки существующего положения дел;
- полезность и реалистичность предложенной идеи;
- значимость реализации данной идеи, подхода, широта охвата;
- художественная выразительность, яркость, образность изложения;
- грамотность изложения;
- эссе представлено в срок.

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.

Занятие № 18. Тема: История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 16

Составление хронологической таблицы по теме «История Вооруженных Сил России»:

Период истории (век и годы, правитель)	Комплектование армии	Призывной возраст	Срок службы	Суть реформы

Содержание задания: заполнить колонки таблицы, используя учебник ОБЖ и интернет ресурсы.

Цель ВСП: формирование навыков сбора, обобщения, сравнения, систематизации и анализа дополнительной информации по заданной теме.

Критерии оценки таблицы:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры таблицы;
- правильный отбор информации;
- наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации.
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Занятие № 19. Тема: Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 17

Составление графологической структуры (схемы).

Содержание задания: структурно-логическая схема Вооруженных Сил Российской Федерации: обозначить подчиненность структур в логической последовательности и их состав.

Критерии оценки схемы:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации.
- наличие логической связи изложенной информации;
- аккуратность выполнения работы;
- творческий подход к выполнению задания;
- работа сдана в срок.

Занятие № 20. Тема: Военная обязанность.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 18

Написание эссе на тему: «Значение воинского учета граждан для национальной безопасности государства» в дневнике безопасности.

Содержание задания: используя теоретические знания о военной обязанности поразмышлять о значении воинского учета для нашей страны.

Критерии оценки:

- новизна, оригинальность идеи, подхода;
- реалистичность оценки существующего положения дел;
- полезность и реалистичность предложенной идеи;
- значимость реализации данной идеи, подхода, широта охвата;
- художественная выразительность, яркость, образность изложения;
- грамотность изложения;
- эссе представлено в срок.

Занятие № 21. Тема: Призыв на военную службу.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 19

Составление тестовых заданий.

Содержание задания: составить как сами тесты, так и эталоны ответов к ним. Тесты могут быть различных уровней сложности, информационных единиц теста от 10 до 15 (вопросов) и 4 варианта ответов.

Критерии оценки тестовых заданий:

- соответствие содержания тестовых заданий теме;
- включение в тестовые задания наиболее важной информации;
- разнообразие тестовых заданий по уровням сложности;
- наличие правильных эталонов ответов;
- тесты представлены на контроль в срок.

Занятие № 22. Тема: Прохождение военной службы.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 20

Написание конспекта, выполнение заданий по учебнику.

Цель ВСП: закрепление нового материала.

Результаты выполнения представляются в письменной форме. Срок выполнения задания – до 3-х дней.

Содержание задания: изучить информацию; составить план; ответить на контрольные вопросы и задания; подготовиться к выступлению по контрольным вопросам.

Контрольные вопросы и задания:

- Какой основной закон определяет правовую основу призыва на военную службу?

- Каков общий порядок призыва на военную службу граждан Российской Федерации, не прибывающих в запасе?
- Какова роль военного комиссариата в организации призыва на военную службу?
- Как организуется работа призывной комиссии?
- Для какой цели осуществляется медицинское освидетельствование призывников?
- Что должны знать призывники о прибытии на сборный пункт?
- Какова особенность порядка призыва на военную службу граждан Российской Федерации, зачисленных в запас с присвоением воинского звания офицера?
- Какой документ регулирует вопросы прохождения военной службы по призыву?
- С какого момента гражданин приобретает статус военнослужащего?
- Какова продолжительность начальной военной подготовки военнослужащего?
- Когда военнослужащий приводится к военной присяге?
- Что запрещается выполнять военнослужащему до принятия военной присяги?
- Что такое внутренняя служба?
- Какие воинские звания соответствуют составам «солдаты» и «матросы»?
- Какую форму одежды носят военнослужащие, проходящие службу по призыву?
- Что значит военная служба по контракту?
- Назовите основные условия прохождения военной службы по контракту?
- Каков срок военной службы по контракту?
- Когда заключаются первый и новый контракты о прохождении военной службы?
- Какие предоставляются права и льготы военнослужащим, проходящим военную службу по контракту?
- Что значит альтернативная гражданская служба?
- В каком случае призывник проходит альтернативную гражданскую службу?
- Каков срок и особенности альтернативной службы?

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданному вопросу;
- характер и стиль изложения;
- уровень освоения обучающимися учебного материала;
- правильность выполнения.

Методы контроля и оценка: контроль результатов ВСР осуществляется во время учебных занятий в форме заслушивания ответов на контрольные вопросы.

Занятие № 23. Тема Правовые основы военной службы.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 21

Подготовка информационного сообщения на темы:

- Правовые документы, устанавливающие права и обязанности военнослужащих.
- Социально-экономические права военнослужащих.
- Политические права и свободы военнослужащих.
- Исполнение обязанностей военной службы
- Виды обязанностей, установленные для военнослужащих.
- Основные качества, присущие военнослужащему – защитнику Отечества.
- Принципы уважения к человеческой личности в условиях военного конфликта закрепленные в Женевских конвенциях 1949 г.
- Наряд на работы. Нагрудный знак и нарукавная повязка.
- Дежурное подразделение
- Порядок назначения нарядов по службе и отчетность по ним.
- Подготовка суточного наряда. Развод суточного наряда
- Уставы военной службы.

Содержание задания: подготовить сообщение, используя дополнительную литературу и интернет ресурсы, оформить задание в дневнике безопасности.

Критерии оценки сообщения:

- актуальность темы;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- грамотность и полнота использования источников;
- наличие элементов наглядности.

Занятие № 24. Тема Военнослужащий- защитник своего Отечества.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 22

1. Составление памятки.

2. Заучивание текста.

Содержание задания: составление памятки на тему: «Стрельба из пневматической винтовки» и заучивание текста гимна России.

Цель ВСР: закрепление учебного материала.

Критерии оценки памятки:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры памятки;
- правильный отбор информации;
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Критерии оценки заученного текста:

- текст произносится без ошибок и пауз;
- текст выучен в срок.

Занятие № 26. Тема: Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 23

Написание реферата на темы:

1. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.

2. Патриотизм и верность воинскому долгу.

3. Дни воинской славы России.

4. Города-герои Российской Федерации.

5. Города воинской славы Российской Федерации

Содержание задания: проанализировать источники и подготовить реферат в соответствии с требованиями, описанными в методических указаниях.

Цель работы:

- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать справочную и учебную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации.

Содержание реферата:

- изучить информацию по выбранной теме;
- составить план;
- согласно плана написать реферат;
- подготовить выступление по данной теме.

Оформление работы: текст реферата на листах формата А4.

Правила оформления: представляется в формате MicrosoftWord шрифт TimesNewRoman, размер шрифта 14 (таблицы – 12);

межстрочный интервал – одинарный; размер поля верхнее и нижнее – 2 см, левое – 3 см, правое – 1,5 см.

Форма контроля: оценка степени подготовленности реферата и качества выступления

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданной теме;
- характер и стиль изложения;
- логика выводов;
- проведенный анализ;
- соответствие оформления реферата требованиям.
- регламент выступления не превышен.

Раздел 4. Основы медицинских знаний.**Занятие № 27 Тема: Оказание первой помощи при травмах и ранениях.****Внеаудиторная самостоятельная работа № 24**

Составление конспекта, выполнение заданий по учебнику.

Цель ВСР: закрепление нового материала.

Результаты выполнения представляются в письменной форме.

Срок выполнения задания – до 3-х дней.

Содержание задания: изучить информацию; составить план; ответить на контрольные вопросы и задания; подготовиться к выступлению по контрольным вопросам.

Контрольные вопросы и задания:

- В чем заключается сущность первой медицинской помощи?
- Кем и когда должна оказываться первая медицинская помощь?
- Какими принципами следует руководствоваться при оказании первой медицинской помощи?
- Что необходимо установить при первом осмотре пострадавшего?
- Каковы признаки жизни?

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданному вопросу;
- характер и стиль изложения;
- уровень освоения обучающимися учебного материала;
- правильность выполнения.

Методы контроля и оценка: контроль результатов ВСР осуществляется во время учебных занятий в форме заслушивания ответов на контрольные вопросы.

Занятие № 28. Тема: Оказание первой помощи при травмах и ранениях.**Внеаудиторная самостоятельная работа № 25**

Составление конспекта, выполнение заданий по учебнику.

Цель ВСР: закрепление нового материала.

Результаты выполнения представляются в письменной форме.

Срок выполнения задания – до 3-х дней.

Содержание задания: изучить информацию; составить план; ответить на контрольные вопросы и задания; подготовиться к выступлению по контрольным вопросам.

Контрольные вопросы и задания:

- Какие существуют виды и признаки кровотечений?
- По каким признакам можно определить острую кровопотерю?
- Каков объем помощи при капиллярном кровотечении?
- В каких случаях следует накладывать жгут?
- Каковы основные правила наложения жгута?
- Как остановить венозное кровотечение?
- Как остановить артериальное кровотечение и чем оно опасно для пострадавшего?
- Как оказать помощь при признаках кровотечения из внутренних органов?

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданному вопросу;

- характер и стиль изложения;
- уровень освоения обучающимися учебного материала;
- правильность выполнения.

Методы контроля и оценка: контроль результатов ВСР осуществляется во время учебных занятий в форме заслушивания ответов на контрольные вопросы.

Занятие № 29. Тема: Оказание первой помощи при травмах и ранениях. Оказание первой помощи при травмах и ранениях.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 26

Составление глоссария по теме.

Содержание задания: подбор и систематизация терминов, непонятных слов и выражений, встречающихся при изучении темы: прочитать материал источника, выбрать главные термины, непонятные слова; подобрать к ним и записать основные определения или расшифровку понятий; критически осмыслить подобранные определения и попытаться их модифицировать (упростить в плане устранения избыточности и повторений); оформить работу и представить в установленный срок.

Цель ВСР: развивает у обучающихся способность выделять главные понятия темы и формулировать их.

Результаты оформляются письменно, включают название и значение терминов, слов и понятий в алфавитном порядке.

Критерии оценки глоссария:

- соответствие терминов теме;
- многоаспектность интерпретации терминов и конкретизация их трактовки в соответствии со спецификой изучения дисциплины;
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Занятие № 30. Тема: Оказание первой помощи при травмах и ранениях.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 27

Составление таблицы.

Вид травмы	Тип повязки	Помощь

Содержание задания: заполнить колонки таблицы, используя учебник ОБЖ, лекционный материал и интернет ресурсы.

Цель ВСР: формирование навыков сбора, обобщения, сравнения, систематизации и анализа дополнительной информации по заданной теме.

Критерии оценки таблицы:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры таблицы;
- правильный отбор информации;
- наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации.
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Занятие № 31. Тема: Первая помощь при воздействии высоких и низких температур, электрического тока и отравлении.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 28

Составление конспекта, выполнение заданий по учебнику.

Цель ВСР: закрепление нового материала.

Результаты выполнения представляются в письменной форме.

Срок выполнения задания – до 3-х дней.

Содержание задания: изучить информацию; составить план; ответить на контрольные вопросы и задания; подготовиться к выступлению по контрольным вопросам.

Контрольные вопросы и задания:

- Что такое ожоги?
- Какие существуют виды и степени ожогов?
- Для каких целей используют «правило ладони»?
- Перечислите признаки при ожогах I степени?
- Какая оказывается первая помощь при ожогах I степени?
- Перечислите признаки при ожогах II, III и IV степеней?
- Какая оказывается первая помощь при ожогах II, III и IV степеней?
- В каких случаях наступают переохлаждение и отморожения?
- Какая оказывается первая помощь при общем переохлаждении организма?
- Какая оказывается первая помощь при отморожении?
- Перечислите признаки теплового удара?
- Как помочь человеку при тепловом ударе?

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданному вопросу;
- характер и стиль изложения;
- уровень освоения обучающимися учебного материала;
- правильность выполнения.

Методы контроля и оценка: контроль результатов ВСР осуществляется во время учебных занятий в форме заслушивания ответов на контрольные вопросы.

Занятие № 32. Тема: Первая помощь при воздействии высоких и низких температур, электрического тока и отравлении.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 29

Составление конспекта, выполнение заданий по учебнику.

Цель ВСР: закрепление нового материала.

Результаты выполнения представляются в письменной форме.

Срок выполнения задания – до 3-х дней.

Содержание задания: изучить информацию; составить план; ответить на контрольные вопросы и задания; подготовиться к выступлению по контрольным вопросам.

Контрольные вопросы и задания:

- Что такое пищевое отравление?
- Как оказать первую помощь при пищевом отравлении?
- Каковы признаки отравления угарным газом?
- Как оказать первую помощь при отравлении угарным газом?
- Как оказать первую помощь при отравлении медикаментами?
- Как оказать первую помощь при отравлении химическими веществами?
- Как оказать первую помощь при отравлении алкоголем?
- Что такое электротравма?
- Как оказать первую помощь при электротравме?

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданному вопросу;
- характер и стиль изложения;
- уровень освоения обучающимися учебного материала;
- правильность выполнения.

Методы контроля и оценка: контроль результатов ВСР осуществляется во время учебных занятий в форме заслушивания ответов на контрольные вопросы.

Занятие № 33. Тема Первая помощь при отсутствии сознания, острой сердечной недостаточности и инсульте.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 30

Составление конспекта, выполнение заданий по учебнику и дополнительной литературе.

Цель ВСР: закрепление нового материала.

Результаты выполнения представляются в письменной форме.

Срок выполнения задания – до 3-х дней.

Содержание задания: изучить информацию; составить план; ответить на контрольные вопросы и задания; подготовиться к выступлению по контрольным вопросам.

Контрольные вопросы и задания:

- Что такое обморок, инфаркт, инсульт, стенокардия?
- Перечислите признаки при обмороке?
- Как оказать первую помощь при обмороке?
- Какие признаки у человека при инфаркте?
- Как оказать первую помощь при инфаркте?
- По каким признакам у человека можно заподозрить инсульт?
- Как оказать первую помощь при инсульте?
- Перечислите признаки при стенокардии?
- Как оказать первую помощь при стенокардии?
- Перечислите признаки клинической смерти?
- Перечислите признаки биологической смерти?

Критерии оценки:

- соответствие представленной информации заданному вопросу;
- характер и стиль изложения;
- уровень освоения обучающимися учебного материала;
- правильность выполнения.

Методы контроля и оценка: контроль результатов ВСР осуществляется во время учебных занятий в форме заслушивания ответов на контрольные вопросы.

Занятие № 34. Тема: Первая помощь при остановке дыхания и сердца.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 31

Составление структурно-логической таблицы на тему: «Сердечно- лёгочная реанимация».

Возраст	Взрослый (более 8 лет)	Ребёнок (1-8 лет)	Младенец (до 1 года)
Положение рук			
Надавливания на грудную клетку (глубина в см.)			
Вдувания (продолжительность в сек.)			
Цикл			
Темп			
Счёт			

Содержание задания: заполнить колонки таблицы, используя учебник ОБЖ, лекционный материал и интернет ресурсы.

Цель ВСР: формирование навыков сбора, обобщения, сравнения, систематизации и анализа дополнительной информации по заданной теме.

Критерии оценки таблицы:

- соответствие содержания теме;
- логичность структуры таблицы;
- правильный отбор информации;

- наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации.
- соответствие оформления требованиям;
- работа сдана в срок.

Занятие № 35. Тема: Итоговое занятие.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 32

Устное повторение лекционного материала всего курса.

Результаты выполнения представляются в устной форме, по разделам дисциплины ОБЖ на дифференцированном зачете.

**Внеаудиторная самостоятельная работа по учебной дисциплине/
междисциплинарному курсу**

Специальность/ профессия

ДОКЛАД

ТЕМА _____

Выполнил: _____ (ФИО)

Группа СР-

Преподаватель:

Санкт-Петербург

201__ г.

Приложение Б

**Внеаудиторная самостоятельная работа по учебной дисциплине/
междисциплинарному курсу**

Специальность/ профессия

Презентация

ТЕМА _____

Выполнил: _____ (ФИО)

Группа -

Преподаватель:

Санкт-Петербург

201__ г.

Приложение В
Пример заданий для ВСП

Задания для самостоятельной внеаудиторной работы студентов:		
для овладения знаниями:	для закрепления и систематизации знаний:	для формирования умений:
чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы)	работа с конспектом лекции	решение задач и упражнений по образцу
составление плана текста	повторная работа над учебным материалом	решение вариантных задач и упражнений
графическое изображение структуры текста	составление плана и тезисов ответа	выполнение чертежей, схем
конспектирование текста	составление таблиц для систематизации учебного материала	выполнение расчетно-графических работ
работа со словарями и справочниками	изучение нормативных материалов	решение ситуационных производственных (профессиональных) задач
работа с нормативными документами	ответы на контрольные вопросы	подготовка к деловым играм
учебно-исследовательская работа	аналитическая обработка текста	проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности
использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники, Интернет и др.	подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции	подготовка курсовых и дипломных работ (проектов)
создание фильмов, мультимедийных презентаций.	подготовка рефератов, докладов	экспериментально-конструкторская работа
	составление библиографии	опытно-экспериментальная работа
	тестирование и др.	упражнение на тренажере
		упражнения спортивно-оздоровительного характера
		рефлексивный анализ профессиональных умений, с использованием аудио и видеотехники и др.

Приложение Г

Пример инструкции по работе с методическими указаниями для обучающихся



5.Список рекомендуемой литературы

Основные источники:

1. Косолапова, Н. В..Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для сред. проф. образования / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. - Москва : Академия, 2016. - 367 с. :
2. Косолапова, Н. В. Безопасность жизнедеятельности : учебник для сред. проф. образования. / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. - – Москва, КноРус, 2017. – 192

Дополнительные источники

1. Шимановская, Я.В. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф. : учебник / Шимановская Я.В., Сарычев А.С., Шимановская К.А. — Москва : КноРус, 2019. — 477 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-07207-3. — URL: <https://book.ru/book/931751>
2. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва : КноРус, 2018. — 155 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06120-6. — URL: <https://book.ru/book/926359>
3. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + Приложение : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2018. — 290 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06323-1. — URL: <https://book.ru/book/927027>

Интернет-ресурсы:

1. Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО <http://go-oborona.narod.ru>.
2. Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru>.
3. Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»: <http://www.rhbz.ru/main.html>.