Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ ВОСТОЧНО-ЕВРОПЕЙСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
Пушкинская ул., д. 268, 426008, г. Ижевск. Тел.: (3412) 77-68-24. E-mail: mveu@mveu.ru, www. mveu.ru
ИНН 1831200089. ОГРН 1201800020641

30.08.2024 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по организации и методическому сопровождению самостоятельной работы студентов

при изучении общеобразовательной учебной дисциплины

ОУД.08 Основы безопасности и защиты Родины

для специальности

38.02.08 Торговое дело

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 02331665009DB114B6428B01EEA9C49F16
Владелец: Новикова Варвара Валентиновна
Действителен: с 28.06.2024 до 28.09.2025

Ижевск, 2024

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ ПО ПЛАНИРОВАНИЮ И ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

1.1. Методические рекомендации по организации и методическому сопровождению самостоятельной работы обучающихся СПО разработаны согласно Федеральному закону Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; ФГОС СОО; Приказу Минпросвещения России от 24.08.2022 N 762 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования", Положения об организации самостоятельной работы студентов, Методических рекомендаций по организации и методическому сопровождению самостоятельной работы студентов СПО.

1.2. Обоснование расчета времени, затрачиваемого на выполнение внеаудиторной самостоятельной работы обучающимися:

Преподаватель эмпирически определяет затраты времени на самостоятельное выполнение конкретного содержания учебного задания: на основании наблюдений за выполнением обучающимися аудиторной работы, опроса обучающихся о затратах времени на то или иное задание, хронометража собственных затрат на решение той или иной задачи из расчета уровня знаний и умений студентов. По совокупности затрачиваемых усилий и в зависимости от трудоемкости выполняемых заданий, определяется количество часов на выполнение каждого задания по самостоятельной работе. По совокупности заданий определяется объем времени на внеаудиторную самостоятельную работу по каждой теме и в целом по учебной дисциплине.

2. ВИДЫ И ФОРМЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

2.1. Общеобразовательной учебной дисциплиной ОУД.08 Основы безопасности и защиты Родины предусмотрен следующий объем самостоятельной работы обучающихся:

Вид самостоятельной работы студентов	Объем часов (заочно)
Внеаудиторная самостоятельная работа	60

2.2. Формы самостоятельной работы, виды заданий:

Тема самостоятельной работы № 1. Российская Федерация в современном мире. Правовая основа обеспечения национальной безопасности. Принципы обеспечения национальной безопасности. Реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации. Взаимодействие личности, государства и общества в реализации национальных приоритетов. Государственные службы обеспечения безопасности, их роль и сфера ответственности, порядок взаимодействия с ними. Общественные институты

и их место в системе обеспечения безопасности жизни и здоровья населения, объем часов 2.

Задание: Составьте презентации на темы:

1. Система национальной безопасности Российской Федерации
2. Законодательство Российской Федерации о безопасности
3. Национальная культура как важный фактор национальной безопасности
4. История создания МЧС России
5. Морально-психологические качества спасателя МЧС России
6. Медицина катастроф МЧС России.

Тема самостоятельной работы № 2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, режимы функционирования. Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Задачи гражданской обороны. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны, объем часов 2

Задания:

1. Составьте схемы, характеризующие РСЧС, ее структуры, режимы функционирования, территориальный и функциональный принцип организации РСЧС.
2. Опишите задачи РСЧС и приведите конкретные примеры их решения.
3. Создайте памятку: Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.
4. Создайте памятку: Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны.

Тема самостоятельной работы № 3. Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества и государства. Соотношение понятий «опасность», «безопасность», «риск» (угроза). Соотношение понятий «опасная ситуация», «чрезвычайная ситуация». Представление об уровнях взаимодействия человека и окружающей среды. Понятие «виктимность», «виктимное поведение», «безопасное поведение». Общие принципы (правила) безопасного поведения. Индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровень решения задачи обеспечения безопасности. Влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие. Действия, позволяющие предвидеть опасность. Действия, позволяющие избежать опасности. Действия в опасной и чрезвычайной ситуации, объем часов 2.

Задания:

1. Пользуясь доступными вам источниками информации, найдите примеры действий людей в опасных, экстремальных и чрезвычайных

ситуациях. Поразмышляйте над тем, какие действия помогли, а какие, наоборот, усугубили ситуацию. Оформите в виде доклада.

2. Используя материал из курса истории, порассуждайте о том, возрастание каких угроз (рисков) привело к началу Первой мировой войны. Оформите в виде доклада.

3. Подготовьте эссе о биографии любого российского деятеля (политика, учёного, писателя, военачальника), который внёс вклад в обеспечение безопасности. Приведите конкретные примеры.

Тема самостоятельной работы № 4. Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения. Причины и профилактика бытовых отравлений. Первая помощь, порядок действий в экстренных случаях в ситуациях бытового отравления. Предупреждение бытовых травм. Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и другое). Первая помощь при ушибах переломах, кровотечениях, объем часов 2.

Задания:

1. Проверьте сроки хранения лекарств в вашей домашней аптечке. По результатам подготовьте презентацию, чтобы поделиться своим опытом с одногруппниками.

2. Пользуясь доступными вам источниками информации, найдите материал о жизни и работе З.В.Ермольевой. Подготовьте доклад об одном из её достижений. Охарактеризуйте вклад Зинаиды Ермольевой в обеспечение безопасности.

3. Составьте список людей из вашего круга общения, к которым можно обратиться за помощью при необходимости.

Тема самостоятельной работы № 5. Основные правила пожарной безопасности в быту. Термические и химические ожоги. Основные правила безопасного поведения при обращении и газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации. Первая помощь при ожогах, объем часов 2.

Задания:

1. Разработайте алгоритмы поведения при:

1) пожаре в бытовой ситуации;

2) при получении термических и химических ожогов;

3) при обращении и газовыми и электрическими приборами;

4) при получении электротравмы;

5) проведения сердечно-легочной реанимации;

6) первой помощи при ожогах.

2. Придумайте сценарий бытовой экстремальной ситуации (утечка газа, эксплуатация неисправного бытового прибора, электротравма и т. д.).

3. Отработайте с членами Вашей семьи или друзьями алгоритм действий из заданий 1 в придуманной вами ситуации.

4. Подведение итогов, выводы – в форме доклада.

Тема самостоятельной работы № 6. Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействие с ними, объем часов 2.

Задания:

1. Подготовьте памятку: Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и др. – распределяются между подгруппами).

2. Пропишите правила коммуникации с соседями.

3. Перечислите меры по предупреждению преступлений для конкретной ситуации (ситуации – по выбору обучающихся).

4. Составьте схему: Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействие с ними

Тема самостоятельной работы № 7. История появления правил дорожного движения и причины их изменчивости. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте. Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности). Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников), объем часов 2.

Задания:

1. Из Правил дорожного движения выберите дорожные знаки, с помощью которых регулируется движение пешеходов на дороге и на улицах. Запомните их.

2. Составьте схему: Основные принципы риск-ориентированного подхода к обеспечению безопасности на транспорте.

2. Вспомните или найдите в средствах массовой информации Удмуртской Республики пример крупного дорожно-транспортных происшествия. Проанализируйте ситуацию и ответьте на вопрос: можно ли было избежать данного ДТП?

3. Разработайте алгоритмы:

А) Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности).

Б) Поведение участников дорожного движения при ДТП.

4. Разработайте памятку: Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников – по выбору обучающихся).

Тема самостоятельной работы № 8. Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на водном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на авиационном транспорте. Правила

безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации, объем часов 2.

Задание: подготовьте презентацию на тему «Правила поведения в железнодорожном и др. видах транспорта».

Тема самостоятельной работы № 9. Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения. Опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек – ребенок, взрослый, пожилой человек, человек с ментальными нарушениями и т.п.), объем часов 2.

Задания:

1. Составьте схему «Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения».

2. Пользуясь доступными вам источниками информации, изучите случаи возникновения - толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек – ребенок, взрослый, пожилой человек, человек с ментальными нарушениями и т.п. – опишите обстоятельства и последствия. Опишите наиболее безопасную модель поведения, обоснуйте своё мнение.

3. Пользуясь доступными вам источниками информации, найдите случаи нейтрализации агрессивного поведения. Прокомментируйте их.

Тема самостоятельной работы № 10. Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта. Порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественных местах, на объектах с массовым пребыванием людей (лечебные, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения). Меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций, объем часов 2.

Задания

1. Пользуясь доступными вам источниками информации, найдите описание пожаров, которые происходили в общественных местах. Проанализируйте, какие действия привели к беде. Опишите наиболее безопасную модель поведения.

2. Составьте памятку на тему «Порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественных местах, на объектах с массовым пребыванием людей (по выбору : лечебные учреждения, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения).

3. Разработайте алгоритм «Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта».

4. Составьте алгоритм поведения и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций. Оформить в виде презентации.

Тема самостоятельной работы № 11. Источники опасности в природной среде. Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах. Общие правила безопасности в походе. Особенности обеспечения безопасности в лыжном походе. Особенности обеспечения безопасности в водном походе. Особенности обеспечения безопасности в горном походе. Ориентирование на местности. Карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS). Порядок действий в случаях, когда человек потерялся в природной среде. Сооружение убежища. Получение воды и питания. Способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях. Первая помощь при перегревании, переохлаждении, объем часов 2.

Задания:

1. Составьте таблицу: Основные источники опасности в природе.
2. Составьте памятки на темы:
- Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах.
- Общие правила безопасности в походе.
- Особенности обеспечения безопасности в лыжном походе.
- Особенности обеспечения безопасности в водном походе.
- Особенности обеспечения безопасности в горном походе.
- Ориентирование на местности. Карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS).
- Порядок действий в случаях, когда человек потерялся в природной среде. Сооружение убежища. Получение воды и питания.
- Способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях. Первая помощь при перегревании, переохлаждении.

3. Какие опасные ситуации могут возникнуть во время похода выходного дня. Распределите перечисленные вами опасности по группам, например, по источникам угрозы (угроза пожара, угроза отравления, угроза насилия, угроза сохранности природы, иные угрозы).

Тема самостоятельной работы № 12. Природные чрезвычайные ситуации. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дождаться помощи). Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения. Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды. Опасные геологические явления и процессы: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады. Опасные гидрологические явления и процессы: наводнения, паводки, половодья, цунами, сели, лавины. Опасные метеорологические явления и процессы: бури, ливни, град, мороз, жара. Чрезвычайные ситуации экологического характера, возможности прогнозирования, предупреждение, объем часов 2.

Задания:

1. Вспомните, какая информация передается для населения при оповещении об угрозе возникновения стихийных бедствий: составьте таблицу и запишите по видам ЧС.

2. Природные пожары и причины их возникновения. Запишите схему классификации природных пожаров

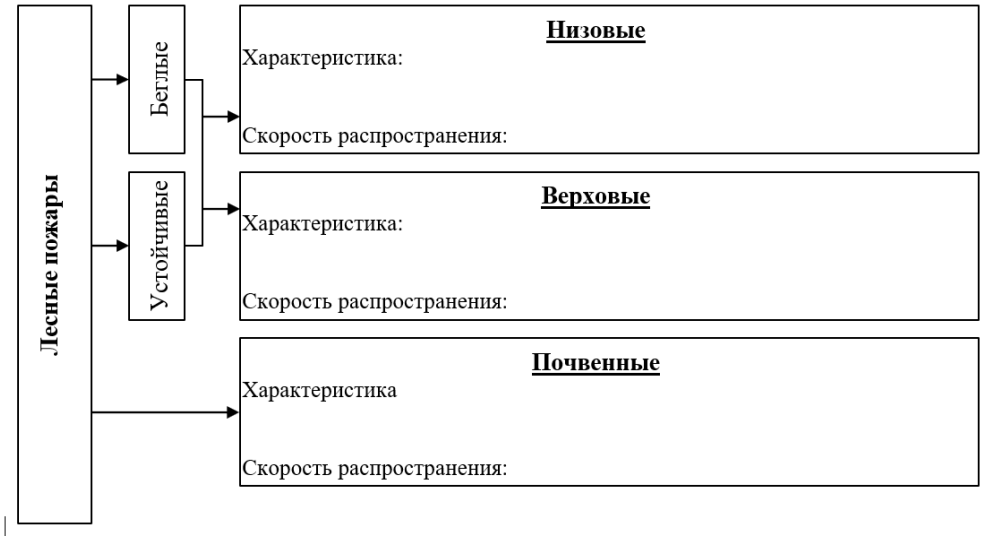


3. Заполните Таблицу:

Причины возникновения природных пожаров

Природные причины	Антропогенные причины

4. Заполните блок-схему «Виды лесных пожаров по месту распространения»:



6. Заполните таблицу: Действия населения по профилактике возникновения и при пожаре

До пожара	Во время пожара	После пожара

7. Приведите известные вам примеры природных явлений, которые наиболее часто наблюдаются на территории Удмуртской республики и вызывают возникновение чрезвычайных ситуаций природного характера, и сделайте сообщение на эту тему.
8. Сделайте сообщение на тему «Комплекс мероприятий для обеспечения личной безопасности от чрезвычайных ситуаций природного происхождения, наиболее характерных для Удмуртской Республики».
9. Составьте и запишите алгоритм ваших действий в случае возникновения например-урагана и др. ЧС, характерных для Удмуртской Республики.
10. Во время прогулки в лесу в пожароопасный период (сухая погода и ветер) вы уловили запах дыма и определили, что попали в зону лесного пожара. Ваши действия.

Тема самостоятельной работы № 13. Понятия «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение», «профилактика». Биологические, социально-экономические, экологические (геофизические), психологические факторы, влияющие на здоровье человека. Составляющие здорового образа жизни: сон, питание, физическая активность, психологическое благополучие. Общие представления об инфекционных заболеваниях. Механизм распространения и способы передачи инфекционных заболеваний. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера. Меры профилактики и защиты. Роль вакцинации. Национальный

календарь профилактических прививок. Вакцинация по эпидемиологическим показаниям. Значение изобретения вакцины для человечества, объем часов 2.

Задания:

1. Составьте схему «Факторы, влияющие на здоровье».
2. Напишите эссе о том, какие привычки вам следует изменить для того, чтобы ваш образ жизни стал более здоровым и представьте группе.
3. Составьте презентацию: Какой вклад внесли Михаил Петрович Чумаков (1909—1993) — вирусолог, академик РАМН, Герой Социалистического Труда и Лев Александрович ЗИЛЬБЕР (1894—1966) — советский иммунолог и вирусолог в науку вирусологию.
4. Приходилось ли вам проходить профилактический осмотр? Объясните цель и порядок его прохождения. Оформите в виде доклада.
5. пропишите алгоритмы мер профилактики и защиты при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера.
6. Напишите эссе на тему: «Роль вакцинации. Национальный календарь профилактических прививок. Вакцинация по эпидемиологическим показаниям. Значение изобретения вакцины для человечества».

Тема самостоятельной работы № 14. Неинфекционные заболевания. Самые распространённые неинфекционные заболевания. Факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Факторы риска возникновения онкологических заболеваний. Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы. Факторы риска возникновения эндокринных заболеваний. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний. Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия, кровотечения и др.). Состояния, при которых оказывается первая помощь. Основные правила оказания первой помощи, объем часов 2

Задание: составьте памятку на одну из тем (распределить между обучающимися):

1. Неинфекционные заболевания. Самые распространённые неинфекционные заболевания.
2. Факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний.
3. Факторы риска возникновения онкологических заболеваний.
4. Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы.
5. Факторы риска возникновения эндокринных заболеваний.
6. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний.

7. Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия, кровотечения и др.).
8. Состояния, при которых оказывается первая помощь. Основные правила оказания первой помощи.

Тема самостоятельной работы № 15. Психическое здоровье и психологическое благополучие. Критерии психического здоровья и психологического благополучия. Основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие. Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учёбы; профилактика злоупотребления алкоголя и употребления наркотических средств; помощь людям, перенёсшим психотравмирующую ситуацию). Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья, объем часов 2.

Задания:

1. Составьте доклад на тему «Психическое здоровье и психологическое благополучие» по плану:
1) Психическое здоровье и психологическое благополучие.
2) Критерии психического здоровья и психологического благополучия.
3) Основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие.
4) Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учёбы; профилактика злоупотребления алкоголя и употребления наркотических средств; помощь людям, перенёсшим психотравмирующую ситуацию).
5) Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья.
2. Пользуясь доступными вам источниками информации, найдите высказывания известных людей о вреде алкоголя или наркотиков. Напишите эссе, используя понравившуюся вам цитату в качестве эпиграфа.
3. Найдите в русской и советской литературе XIX—XX вв. примеры описаний переживания персонажами трагических событий. Проанализируйте, как эти события повлияли на внутренний мир героев.

Тема самостоятельной работы № 16. Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе. Факторы способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций

при разрешении конфликта, виды эмоциональной регуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта. Опасные проявления конфликтов. Способы противодействия проявлению насилия, объем часов 2

Задания:

1. Что может послужить причиной конфликта? Приведите примеры подлинного, случайного, смещённого, неверно приписанного, латентного и ложного конфликтов из фильмов или литературы.
2. Приведите примеры поведения в конфликте на разных стадиях: «Возникновение конфликтной ситуации» или «Осознание конфликтной ситуации».
3. Сформулируйте принципы, которые могли бы лечь в основу работы «Школьной службы примирения».
4. Какие рекомендации вы бы дали своему младшему брату (сестре), если бы узнали, что он (она) стал(а) жертвой буллинга в своём классе? Какие действия вы бы предприняли?
5. Представьте себе ситуацию: друг настойчиво, применяя приёмы манипуляции, приглашает вас присоединиться к походу в выходные (его интерес в том, что вы — опытный турист, умеете обращаться с палаткой, разводить костёр, ловить рыбу), а у вас намечается свидание с девушкой, которая вам очень нравится. Придумайте способы разрешения данной конфликтной ситуации.

Тема самостоятельной работы № 17. Определение понятия «общение». особенности общения людей, принципы и показатели эффективного общения. Общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа». Способы психологического воздействия. Психологическое влияние в малой группе. Положительные и отрицательные стороны конформизма. Эмпатия и уважение к партнёру (партнёрам) по общению как основа коммуникации. Убеждающая коммуникация. Этапы убеждения. Подчинение и сопротивление влиянию. Манипуляция в общении. Цели, технологии и способы противодействия. Манипулятивное воздействие в группе. Манипулятивные приёмы. Манипуляция и мошенничество объем часов 2

Задание: дайте краткие ответы на вопросы:

1. Определение понятия «общение».
2. Особенности общения людей, принципы и показатели эффективного общения.
3. Общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа».

4. Способы психологического воздействия.
5. Психологическое влияние в малой группе.
6. Положительные и отрицательные стороны конформизма.
7. Эмпатия и уважение к партнёру (партнёрам) по общению как основа коммуникации.
8. Убеждающая коммуникация.
9. Этапы убеждения.
10. Подчинение и сопротивление влиянию.
11. Манипуляция в общении.
12. Цели, технологии и способы противодействия.
13. Манипулятивное воздействие в группе.
14. Манипулятивные приёмы.
15. Манипуляция и мошенничество

Оформите в виде доклада.

Тема самостоятельной работы № 18. Психологическое влияние в больших группах. Способы воздействия на человека в большой группе (заражение; убеждение; внушение; подражание). Деструктивные и псевдопсихологические технологии. Противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность, объем часов 2

Задания:

1. Зайдите в социальную сеть и найдите любое объявление об оказании психологических услуг. Проанализируйте его. Какие признаки его надёжности или ненадёжности вы увидели?
2.. Приходилось ли вам наблюдать, как кто-то пытается что-либо внушить аудитории? Какими приёмами пользовался этот человек?
3. Пользуясь доступными вам источниками информации, найдите и опишите случаи использования в рекламе или политике механизма подражания. Приведите удачный, с вашей точки зрения, пример.
4. Составьте памятку направленную на противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность.

Тема самостоятельной работы № 19. Понятия «цифровая среда», «цифровой след». Влияние цифровой среды на жизнь человека. Приватность, персональные данные. «Цифровая зависимость», её признаки и последствия. Опасности и риски цифровой среды, их источники. Правила безопасного поведения в цифровой среде. Кража персональных данных, паролей. Мошенничество, правила защиты от мошенников. Правила безопасного использования устройств и программ объем часов 2.

Задания:

1. Проанализируйте, сколько времени и как проводят в цифровой среде ваши родственники, друзья, знакомые. Составьте рекомендации по

профилактике цифровой зависимости, учитывая возраст пользователя. Подумайте, как именно вы объясняли бы смысл этих рекомендаций родителям, родственникам или сверстникам.
2. Составьте обзор надёжного программного обеспечения для антивирусной защиты, используя доступные в Интернете сведения. Подготовьте презентацию.
3. Какие меры защиты необходимо использовать в дополнение к антивирусному программному обеспечению? Подготовьте в виде памятки.
4. Выберите одну из тем (пароли; посещение сайтов и использование интернет-сервисов; электронная почта и т. д.) и подготовьте памятку с правилами цифровой гигиены для пользователей.
5. Разработайте мини-тренинг по защите от фишинговых звонков. Составьте перечень возможных обращений мошенников и варианты реакции/ответов пользователей на них. Оформите материалы в виде презентации.

Тема самостоятельной работы № 20. Поведенческие риски в цифровой среде и их причины. Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры. Травля в Сети, методы защиты от травли. Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. Радикализация деструктива. Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества. Правила коммуникации в цифровой среде, объем часов 2

Задания:

1. Составьте памятку: Поведенческие риски в цифровой среде и их причины. Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры.
2. Составьте схемы: Травля в Сети, методы защиты от травли.
3. Напишите эссе: Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. Радикализация деструктива.
4. Составьте памятку: Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества.
5. Пропишите правила коммуникации в цифровой среде.

Тема самостоятельной работы № 21. Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации. Проверка на достоверность. Информационный пузырь», манипуляция сознанием, пропаганда.

Фальшивые аккаунты, вредные советчики, манипуляторы. Понятие «фейк», цели и виды, распространение фейков. Правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений. Понятие прав человека в цифровой среде, их защита. Ответственность за действия в Интернете. Запрещённый контент. Защита прав в цифровом пространстве объем часов 2.

Задания:

1. Разработайте наглядную памятку-алгоритм о том, как проверить достоверность информации и выбрать надёжные источники информации.
2. Проанализируйте информацию, которую вы ежедневно получаете из СМИ, социальных сетей и т. д. Насколько разнообразны источники и представленные в них темы? Какая информация преобладает? Находитесь ли вы в «информационном пузыре»? Оформите в виде схемы.
3. Как следует организовать свои источники, каналы получения информации, чтобы не оказаться в нём? Оформите в виде памятки.
4. В чём заключается опасность распространения ложной информации? Приведите примеры. Обоснуйте. Оформите в виде доклада.
5. Подготовьте доклад о проверке какой-либо фейковой информации. Подробно опишите, как проводилась проверка, какие инструменты использовались, какие источники изучались

Тема самостоятельной работы № 22. Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества. Понятия «экстремизм» и «терроризм», их взаимосвязь. Варианты проявления экстремизма, возможные последствия. Преступления террористической направленности, их цель, причины, последствия. Опасность вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность: способы и признаки. Предупреждение и противодействие вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, объем часов 2.

Задания:

1. Напишите эссе: Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества. Понятия «экстремизм» и «терроризм», их взаимосвязь.
2. Составьте схему: Варианты проявления экстремизма, возможные последствия.
3. Составьте и заполните таблицу: Преступления террористической направленности, их цель, причины, последствия.
4. Перечислите способы и признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность.
5. Составьте памятку: Предупреждение и противодействие вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность.

Тема самостоятельной работы № 23. Правовые основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Основы государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, ее цели, задачи, принципы. Права и обязанности граждан и общественных организаций в области противодействия экстремизму и терроризму, объем часов 2.

Задания:

1. Проанализируйте информацию и оформите в виде доклада: Правовые основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации.
2. Составьте схему: Основы государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, ее цели, задачи, принципы.
3. Пропишите права и обязанности граждан и общественных организаций в области противодействия экстремизму и терроризму.

Тема самостоятельной работы № 24. Роль Вооружённых Сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. Воинские звания и военная форма одежды. Сущность единоначалия. Командиры (начальники) и подчинённые. Старшие и младшие. Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения. Особенности прохождение службы по призыву, освоение военно-учетных специальностей. Особенности прохождение службы по контракту. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Военно-учебные заведение и военно-учебные центры, объем часов 2.

Задания:

1. Продумайте и подготовьте сообщение «Возрастание роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России».
2. С помощью средств массовой информации и Интернета подготовьте сообщение на тему «Трансграничная преступность как угроза национальной безопасности Российской Федерации».
3. Составьте конспект в виде ответов на вопросы: Воинские звания и военная форма одежды. Сущность единоначалия. Командиры (начальники) и подчинённые. Старшие и младшие. Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения. Особенности прохождение службы по призыву, освоение военно-учетных специальностей. Особенности прохождение службы по контракту. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Военно-учебные заведение и военно-учебные центры.

4. Разработайте памятку для призывника по теме «Распределение служебного времени и поддержание повседневного порядка».

Тема самостоятельной работы № 25. Понятие оружия массового поражения. История его развития, примеры применения. Его роль в современном бою. Поражающие факторы ядерных взрывов. Отравляющие вещества, их назначение и классификация. Внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия. Основные виды средств индивидуальной и коллективной защиты. Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, объем часов 4.

Задания:

1. Подготовьте сообщение на тему «Примеры использования воюющими сторонами химического и бактериологического оружия из истории войн и военных конфликтов в XX столетии».
2. Подготовьте сообщение на тему «Как действовать при угрозе радиоактивного поражения».
3. Подготовьте сообщение о том, как с помощью своих защитных свойств убежища защищают от всех поражающих факторов ядерного взрыва (ударной волны, светового излучения, проникающей радиации и др.).
4. Подберите примеры из литературы, как защитные сооружения спасали население от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Оформите в виде доклада.
5. Используя дополнительную литературу и Интернет, подготовьте сообщение на тему «Применение аптечки индивидуальной (АИ-2, АИ-4) после радиоактивного заражения местности».
6.Составьте порядок действий для населения, при получении сигнала «Внимание Всем!».
7. Разработайте памятку «Действия граждан при обнаружении беспилотных летательных аппаратов».

Тема самостоятельной работы № 26. Обзорная экскурсия на предприятия или объекты экономики региона. Теоретическая часть обзорной экскурсии (виртуальная экскурсия): Изучаемая отрасль (по профессии или специальности) в России, ее перспективы и развитие. Объекты экономики страны, региона, изучаемой направленности. Сфера профессиональной деятельность, родственные профессии, классификация профессии, требования к индивидуальным особенностям специалиста, медицинские противопоказания, требования к профессиональной подготовке, область применения, требуемое профобразование, карьерный рост. Практическая часть обзорной экскурсии (место проведения): Условия труда, профессиональные риски, опасные и вредные производственные факторы, Методы уменьшения опасностей на рабочем месте, выбор средств

индивидуальной и коллективной защиты. Типовые отраслевые нормы выдачи средств индивидуальной, объем часов 4.

Задания:

1. Просмотр виртуальной экскурсии. Ответы на вопросы: Изучаемая отрасль (по специальности) в России, ее перспективы и развитие. Объекты экономики страны, региона, изучаемой направленности. Сфера профессиональной деятельность, родственные профессии, классификация профессии, требования к индивидуальным особенностям специалиста, медицинские противопоказания, требования к профессиональной подготовке, область применения, требуемое профобразование, карьерный рост.

2. Выполните задания:
Задание 1. Сфера профессиональной деятельности, область применения. Рассмотрите иллюстрации и назовите по иллюстрациям, где могут осуществлять свою профессиональную деятельность специалисты отпрасли?
Задание2. Классификация профессии. Заполните концептуальную таблицу, согласно параметрам: тип профессии, класс профессии, условия труда.
Задание 3. Описание профессии: отметьте, те позиции, которые по вашему мнению, определяют основные и доминирующие виды деятельности по специальности.
Задания 4. Перечислите требования к индивидуальным особенностям специалиста, профессиональные качества и личные качества профессионала. Определите, какое из перечисленных качеств относится к личностному, а какое к профессиональному качеству. Ответ записать в цифровом формате.
Задание 5. Медицинские противопоказания. Найдите в доступных вам источниках информации приказ, в котором прописаны медицинские противопоказания и запишите их.
Задание 6. «Требования к профессиональной подготовки специалиста»:
Перечислите знания и умения по специальности.
Пропишите возможность получение высшего образования, приведите примеры.
Опишите карьерный рост.

Тема самостоятельной работы № 27. Составление статьи-отчета об экскурсии в ВЧ (по плану). Статья-отчёт об экскурсии в музей воинской славы (по плану). Разработка моего распорядка дня на военных сборах в ВЧ, объем часов 4.

Задания:

1. Ответить на вопросы:
- Какое помещение оборудуется спортивными тренажерами, гимнастическими снарядами, гирями, гантелями и другим спортивным инвентарем?

- Как часто и в каких помещениях производится уборка под руководством старшины роты?
- Можно ли хранить в прикроватной тумбочке хранятся туалетные и бритвенные принадлежности, носовые платки?
- Дневальный проветрил спальное помещение после сна, нарушил ли он правила?
- Правила хранения лекарственных препаратов?
- Режим работы мед.пункта в расположении воинской части?
- Виды мед.помощи, которая может оказываться в мед.пункте, исходя из возможностей?
- Необходимая квалификация для работников мед.пункта?

2. Составить статью-отчета об экскурсии в ВЧ (по плану).
3. Составить статью-отчёт об экскурсии в музей воинской славы (по плану).
4. Оформить памятку для призывника по теме «Распределение служебного времени и поддержание повседневного порядка» в формате буклета, используя профессиональные знания и сведения, полученные в ходе экскурсии.
5. Каждый обучающийся разрабатывает свой распорядок дня на военных сборах в ВЧ.

3. ОРГАНИЗАЦИЯ КОНТРОЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Результаты самостоятельной работы

Оценки за выполнение заданий могут выставляться по пятибалльной системе или в форме зачета и учитываться как показатели текущей успеваемости обучающихся.

Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений		**Критерии оценки результата**
балл (оценка)	**вербальный аналог**	
5	отлично	Представленные работы высокого качества, уровень выполнения отвечает всем требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, выполнены все предусмотренные программой обучения задания.
4	хорошо	Уровень выполнения работы отвечает всем требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения задания выполнены, некоторые из выполненных заданий, возможно, содержат ошибки.
3	удовлетворительно	Уровень выполнения работы отвечает большинству основных требований, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые

		практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения заданий выполнено, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.
2	не удовлетворительно	Теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения заданий не выполнено.

4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Электронные издания, рекомендованные для использования при реализации общеобразовательной учебной дисциплины:

3.1. Основные издания

1. Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень : учебник / Ю. С. Шойгу, О. В. Белинская, В. К. Ащаулов [и др.] ; под редакцией Ю. С. Шойгу. — Москва : Просвещение, [б. г.]. — Часть 1 : Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень — 2024. — 224 с. — ISBN 978-5-09-114133-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/408881
2. Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень : учебник : учебник для образовательных организаций, реализующих образовательные программы среднего профессионального образования : в 2 частях / Ю. С. Шойгу, Е. Н. Байбарина, В. А. Зуев [и др.] ; под редакцией Ю. С. Шойгу. — Москва : Просвещение, [б. г.]. — Часть 2 : Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень — 2024. — 252 с. — ISBN 978-5-09-114134-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/408884
3. Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов ; под редакцией С. Н. Егорова. — 2-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2024. — 383 с. — ISBN 978-5-09-112223-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/408875
4. Основы безопасности жизнедеятельности : 11-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов ; под редакцией С. Н. Егорова. — 2-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2024. — 319 с. — ISBN 978-5-09-112224-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/408878

3.2. Электронные источники

1. http://www.mvd.ru сайт МВД РФ
2. http://www.mil.ru сайт Министерство обороны Российской Федерации
3. http://www.fsb.ru сайт ФСБ РФ
4. http://www.mchs.gov.ru Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)

5. http://www.rostrud.gov.ru Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)
6. http://www. rospotrebnadzor.ru Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)
7. http://www.school-obz.org/ Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности
8. http://www.consultant.ru Справочная правовая система «Консультант Плюс»
9. http://www.garant.ru Справочная правовая система «Гарант»
10. http://www.safety.ru ОАО НТЦ «Промышленная безопасность».
11. http://www.ilo.org Международная организация труда (МОТ)
12. http://www.edu.ru Федеральный портал «Российское образование»

3.3. Дополнительные источники

1. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 641 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17728-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/537858
2. Медико-биологические основы безопасности : учебник для среднего профессионального образования / О. М. Родионова, Е. В. Аникина, Б. И. Лавер, Д. А. Семенов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 475 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16111-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/538791
3. Резчиков, Е. А. Основы безопасности жизнедеятельности: 10—11 классы : учебник для среднего общего образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 635 с. — (Общеобразовательный цикл). — ISBN 978-5-534-17401-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/544796