



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

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

**по организации и методическому сопровождению
самостоятельной работы студентов**

при изучении общеобразовательной учебной дисциплины

ОУД.07 «Основы безопасности жизнедеятельности»

по специальности

43.02.16 ТУРИЗМ И ГОСТЕПРИИМСТВО

Ижевск, 2023

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.

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

2.1. Общеобразовательной учебной дисциплиной предусмотрен следующий объем самостоятельной работы обучающихся:

Вид самостоятельной работы студентов	Объем часов (очно/заочно/очно-заочно)
Внеаудиторная самостоятельная работа	0/60

2.2. Формы самостоятельной работы, виды заданий по учебным темам:

Тема самостоятельной работы № 1, Тема 1.1 В чем особенности картины опасностей современной молодежи

- **1. Темы для рефератов:**
- Классификация опасных и чрезвычайных ситуаций по происхождению: природные, техногенные и социальные.
- Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, возможные последствия, принимаемые меры по их предупреждению и снижению ущерба.
- Защита населения территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- Краткая характеристика опасных ситуаций социального характера.
- Криминогенная обстановка в местах проживания, правила безопасного поведения в местах повышенной криминогенной опасности (на рынке, стадионе, вокзале и др.).
- Роль несовершеннолетних в возникновении опасных ситуаций социального характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних.
- Хулиганство, вандализм, грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества, насилие над личностью. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

- ...2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;
3. Презентация 10 слайдов Особенности опасностей современной молодежи
4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
6. составление плана и тезисов ответа;
7. решение задач и упражнений по образцу;
8. доклад Особенности опасностей современной молодежи

Тема самостоятельной работы № 2. Тема 1.2 Как выявить опасности развития

- **1. Темы для рефератов**
 - Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия.
 - Алкоголь, влияние на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности человека.
 - Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составляющие части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему.
 - Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.
 - Профилактика вредных привычек.
 - Семья и ее значение в жизни человека.
 - Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (технологический, культурный и материальный факторы).
 - Качества, которые необходимо воспитывать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.
2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;
 3. Презентация 10 слайдов Особенности опасностей современной молодежи
 4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
 5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
 6. составление плана и тезисов ответа;
 7. решение задач и упражнений по образцу;

..... Алгоритм целе-и ценностного полагания в ситуации конфликта в развитии



1. ОБЩЕСТВО. Объект защиты – качество жизни населения

Признаки опасных явлений в развитии

- ✓ Ухудшение качества жизни людей, снижение среднего уровня жизни
- ✓ Ухудшение демографической ситуации, снижение рождаемости, рост смертности
- ✓ Рост заболеваемости людей
- ✓ Падение нравственности, образованности, культуры общества в целом
- ✓ Сокращение уровня свободы в обществе
- ✓ Упадок в экономике, кризисные явления
- ✓ Решение вопросов силовыми методами и способами
- ✓ Ослабление страны в целом и её международного положения

Последствия прогресса



- развитие промышленности
ресурсов
- цифровой мир
отклонения, утрата смысла жизни

- загрязнение воздуха, истощение
- психические

2. ЧЕЛОВЕК. Объект защиты - смысл жизни Человека

Смысл жизни человека



... О чем новом узнают?

- об опасностях/препятствиях развития человека
- о негативных социальных факторах развития в подростковом возрасте

Как это узнают?

- в ходе поиска ответов на вопросы пирамиды Дилтса;
- в ходе моделирования причинно-следственных связей социальных факторов и развития в подростковом возрасте.

Какой новый способ действия построят?(схему организации действия – порядок определения факторов/препятствий на пути к цели/мечте

Чтобы решить, что является опасным фактором/препятствием на пути к мечте/цели, необходимо:

- ✓ Определить для себя ключевые понятия: смысл жизни человека, любовь, мечта
- ✓ Определить зачем они нужны человеку
- ✓ Выявить основные препятствия
- ✓ Определить понятие/сущность препятствий

Задание	Действие обучающегося
Старт-задание:	Демонстрирует применение понятия самореализация в решении учебной задачи
Задание-эксперимент	Создает опорную конструкцию понятий по пирамиде Дилтса
Тест-задание:	Демонстрирует умение работы с тематическим текстом Демонстрирует умение определять причинно-следственные связи

1. Старт-задание:

Дано:

Понятие о самореализации по А. Маслоу, пирамида Дилтса, важнейшие аспекты самореализации: жизненные Цели, Мечта, Творчество, раскрытие способностей, Любовь к Делу.

Требуется: предположить опасности развития человека

Варианты ответов: утрата важнейших аспектов самореализации, смысла жизни, желания развиваться, жить

2 Задание-эксперимент

Дано: пирамида Дилтса и конструкция вопросов к ней, примеры из жизни известных людей, преодолевших массу преград на пути к Мечте и самореализации в своем Деле [ТОП-10 известных людей, которые добились успеха в жизни с нуля сами: интересные краткие истории успеха, фото.

Примеры русских знаменитых людей, которые сами добились успеха своим трудом, самообразованием, дисциплиной (heaclub.ru).]

Требуется: 1) создать понятийную платформу для самореализации из ответов на блоки вопросов; 2) выявить и определить понятийно препятствия к мечте.

БЛОК 1 Понимание аспектов самореализации

1. *В чем смысл жизни вообще* (всего живого)?

Опорная конструкция (вариант ответа): смысл жизни вообще – в продолжении (не прекращении) жизни с условием отсутствия регресса (деградации).

2. *В чем смысл жизни каждого человека?*

Опорная конструкция (вариант ответа):

а) максимальная точка создающих достижений

б) смысл жизни – найти смысл жизни.

в) наметить высшую точку реализации (Мечту) – и осознанно пройти весь жизненный путь для достижения Цели-Мечты.

3. *Что такое Любовь?* (к близким, к Делу, к малой и большой родине)?

Опорные конструкции (варианты ответов) – любовь к человеку как принятие его без условностей, в максимальной форме – бескомпромиссное желание ему Счастья, а в идеальной форме – способность умереть за него здесь и сейчас без колебаний.

Любовь к Делу – состояние деятельности в режиме проявления максимальных творческих способностей.

Любовь к родине – видение в местности своего рождения и проживания идеальной комбинации гармоничных красок, форм, эмоций и воспоминаний.

4. *Что такое мечта и зачем она нужна?*

Опорная конструкция (вариант ответа): Мечта – это воображаемый образ желаемой действительности.

5. *Почему она нужна и важна?*

Опорная конструкция (вариант ответа): Мечты – важная составляющая человеческого счастья. Без них мы бы не могли меняться сами и менять мир вокруг. Нельзя бояться создавать мечты и бояться претворять их в жизнь (при постоянном соблюдении осторожности и трезвости ума).

БЛОК 2 Базовые понятия-препятствий на осознанном пути к мечте и реализации

1. *Что такое Зло и почему оноечно?*

Опорная конструкция (вариант ответа): продукт эволюции Живого, выражающийся в намеренном совершение поступков, причиняющих

страдания, гибель или ущерб живому одному существу ради выгоды (испытываемых ощущений) другого живого существа. Как такого зла нет, есть взаимодействие вещей

2. Что такое Страх?

Опорная конструкция (вариант ответов): Страх – это сильная отрицательная эмоция, которая возникает в результате воображаемой или реальной опасности и представляет угрозу жизни для индивида. Под страхом в психологии понимают внутреннее состояние человека, которое обусловлено предполагаемым или реальным бедствием.

3. Почему страхи надо побеждать?

Опорная конструкция (вариант ответа): Только преодоление страха, управление эмоциями, а не подчинение им, дает возможность развиваться и двигаться со смыслом к мечте.

4. Что такое Лень? И почему ее надо осознавать и побеждать?

Опорная конструкция (вариант ответов): вредная привычка, являющаяся причиной низкой самооценки, дурных черт характера, отсутствия дисциплины, неуверенности в собственных силах, отсутствие интереса к какой-либо деятельности или же убеждений в её неэффективности. Является наряду со страхом серьезнейшим фактором, тормозящим развитие личности.

Задание на самостоятельное выполнение

1. Задание на работу с научным текстом

Дано: Текст из статьи [Фельдштейн Д. И. Изменяющийся ребенок в изменяющемся мире: психолого-педагогические проблемы новой школы // Национальный психологический журнал — 2010. — №2\(4\) — с.6-11. \(npsyj.ru\)](#) с описанием изменений в развитии современных подростков

Требуется:

- 1) Выявить нарушения и сбои в развитии современных подростков и их причины.
- 2) Представить в виде схемы причинно-следственные связи социальных факторов и сбоев в развитии подростков

Тема самостоятельной работы № 3. Тема 1.3. Как выявить и описать опасности на дорогах

1. Темы для рефератов

Характеристика техногенных ЧС

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;
3. Презентация 10 слайдов ПДД

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
6. составление плана и тезисов ответа;
7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 4. Тема 1.4. Как выявить и описать опасности в ситуации пожара в общественном месте

1. Темы для рефератов

- Пожар в общественном месте
- Характеристика техногенных ЧС

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;
3. Презентация 10 слайдов Пожар в общественном месте
4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
6. составление плана и тезисов ответа;
7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 5. Тема 1.5 Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

1. Темы для рефератов опасности ситуации захвата заложников в общественном месте

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;
3. Презентация 10 слайдов выявления и описания опасностей в ситуации захвата заложников террористами, стрельбе в общественных местах (колледже, публичном мероприятии)
4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
6. составление плана и тезисов ответа;
7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 6 Тема 1.6 По выбору студентов-опасности. (ЧС)

1. Темы для рефератов

- Классификация опасных и чрезвычайных ситуаций по происхождению: природные, техногенные и социальные.
- Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, возможные последствия, принимаемые меры по их предупреждению и снижению ущерба.
- Защита населения территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва.

- Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.
- Бактериологическое (биологическое) оружие, способы и признаки его применения.
- Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы. Проводимые мероприятия по защите населения от современных средств поражения.
- Организационная структура гражданской обороны (ГО) на промышленном или сельскохозяйственном объекте, ее задачи на мирное и военное время.
- Планы ГО, проводимые мероприятия по защите населения.
- Единая система доведения до населения предупредительного сигнала “Внимание всем!”.
- Передача речевой информации в чрезвычайных ситуациях, примерное ее содержание.
- Действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения.
- Защитные сооружения ГО, их предназначения, виды сооружений.
- Правила поведения в защитных сооружениях.

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, возможные последствия, принимаемые меры по их предупреждению и снижению ущерба.

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. решение задач и упражнений по образцу;

8. Экскурсия в бомбоубежище

Тема самостоятельной работы № 6 Тема 2.1 Как измерять опасности

1. Темы для рефератов

определение вероятности осуществления риска и масштаба последствий воздействия вредных и опасных факторов среды для разработки/выбора мер по профилактике и защите

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов расчета риска по формуле

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. решение задач и упражнений по образцу;

Формула расчета риска

$$R = n/N$$

R – это возможность угрозы **жизнедеятельности** человека,
 n – количество летальных исходов за год по определенной причине,
 N – численность населения на конкретной территории

Тема самостоятельной работы № 7 Тема 2.2. Как оценить риски на дорогах

1. Темы для рефератов

Алгоритм оценки риска для разных участников дорожного движения (пешеход, электросамокатчик/райдер, мотоциклист)

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами; расчета риска по формуле
3. Презентация 10 слайдов
4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
6. составление плана и тезисов ответа;
7. решение задач и упражнений по образцу;

Задание. Подберите необходимые статистические данные для расчета риска гибели/травмирования для участника дорожного движения: пешехода, райдера, велобайкера, мотоциклиста (по выбору)

Сделайте вывод об уровне последствий (таблица 2, 3)

Таблица 2 – Классификация последствий опасных событий на дорогах (U)

Обозначение уровня	Наименование уровня последствий	Описание вреда, наносимого участникам дорожного движения
$U1$	Катастрофические	Гибель, невосстанавливаемая полная нетрудоспособность, существенные травмы или ущерб здоровью более 50-ти человек
$U2$	Существенные	Гибель, невосстанавливаемая полная нетрудоспособность, существенные травмы или ущерб здоровью более 10-ти человек
$U3$	Умеренные	Существенные травмы или ущерб здоровью, потеря рабочих дней 5-ти и более человек
$U4$	Малозначительные	Небольшие травмы или ущерб здоровью
$U5$	Незначительные	Легкий вред здоровью

Таблица 3 – Матрица риска

Уровень частоты (вероятности) опасных событий	Уровень последствий опасных событий				
	$U1$	$U2$	$U3$	$U4$	$U5$
$P1$	R_{kp}	R_{kp}	R_{kp}	R_{kp}	R_v
$P2$	R_{kp}	R_{kp}	R_v	R_v	R_d

<i>P3</i>	<i>R_{кр}</i>	<i>R_в</i>	<i>R_в</i>	<i>R_д</i>	<i>R_{онм}</i>
<i>P4</i>	<i>R_в</i>	<i>R_в</i>	<i>R_д</i>	<i>R_{он} m</i>	<i>R_{онм}</i>
<i>P5</i>	<i>R_в</i>	<i>R_д</i>	<i>R_{онм}</i>	<i>R_{он} m</i>	<i>R_{онм}</i>

R_{онм} – оптимальный риск

R_д – допустимый (приемлемый) риск

R_в – практически возможный риск

R_{кр} – критический (неприемлемый) риск

Тема самостоятельной работы № 8 Тема 2.3 Как оценить риски в ситуации пожара в общественном месте (ЧС)

1. Темы для рефератов

- риски в ситуации пожара в общественном месте - количественная мера опасности для посетителя, сочетающая риск 1) вероятности (или частоты) пожара и
- тяжести его ущерба жизни и здоровью от опасных факторов пожара (ожоги, отравление угарным газом, гибель)

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов пожар в «хромой лошади», «Зимней вишне»

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 9 Тема 2.4. Как оценить риск реализации ситуации захвата заложников/стрельбы в общественном месте (ЧС)

1. Темы для рефератов

- риск захвата заложников в общественном месте - количественная мера опасности для посетителя, сочетающая риск 1) вероятности (или частоты) захвата заложников/стрельбы и
- тяжести его ущерба жизни и здоровью (травмы, в т.ч. психологическая, ранения, гибель)

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов захват заложников в Беслане, Норд-осте

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 10. Тема 2.5 Как оценить риски для здоровья в подростковом возрасте

1. Темы для рефератов

- риски для здоровья в подростковом возрасте
- Влияние на организм человека метеорологических условий.
- Основные параметры микроклимата в производственных помещениях.
- ЗОЖ и его обеспечение
- Вредные привычки
- Наркотики
- Курение
- ИППП и меры их профилактики

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов ЗОЖ и его обеспечение

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 11 Тема 2.6 Как оценить риск реализации ситуации, актуальной для обучающихся

1. Темы для рефератов

- Обеспечение безопасности при работе с компьютером.
- Правовые и организационные основы безопасности жизнедеятельности.
- Основные законодательные документы.
- Организационные вопросы безопасности труда.
- Понятие об устойчивости предприятия. Мероприятия по защите персонала в условиях ЧС и военного времени.

Система прогнозирования и предупреждения ЧС

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Обеспечение безопасности при работе с компьютером

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 12. Тема 3.1 Понятие о защите от опасности

1. Темы для рефератов

- Понятие и определение чрезвычайных ситуаций.
- Классификация чрезвычайных ситуаций.
- Причины и стадии техногенных катастроф.
- Устойчивость работы объектов народного хозяйства в чрезвычайных ситуациях.
- Основные принципы и способы обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.
- Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций.
- Опасные и вредные производственные факторы.
- Влияние на организм человека метеорологических условий.
- Основные параметры микроклимата в производственных помещениях.
- Создание требуемых параметров микроклимата в производственных помещениях.
- Воздействие на организм человека вредных веществ, содержащихся в воздухе рабочей зоны.
- Виды вредных веществ.
- Оздоровление воздушной среды.

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Классификация чрезвычайных ситуаций

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 13 Тема 3.2 Как снизить риски для здоровья. Профилактика заболеваний. Здоровый образ жизни

1. Темы для рефератов

здоровый образ жизни. Как снизить риски для здоровья, профилактика заболеваний.

- ЗОЖ и его обеспечение
- Вредные привычки
- Наркотики
- Курение
- ИППП и меры их профилактики

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;
3. Презентация 10 слайдов Классификация инфекционных заболеваний
4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
6. составление плана и тезисов ответа;
7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 14 Тема 3.3 Как защититься от опасностей на дорогах

1. Темы для рефератов

- *Алгоритм оценки риска для разных участников дорожного движения (пешеход, электросамокатчик/райдер, мотоциклист)*

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами; расчета риска по формуле
3. Презентация 10 слайдов
4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
6. составление плана и тезисов ответа;
7. решение задач и упражнений по образцу;

Задание. Подберите необходимые статистические данные для расчета риска гибели/травмирования для участника дорожного движения: пешехода, райдера, велобайкера, мотоциклиста (по выбору)
Сделайте вывод об уровне последствий (таблица 2, 3)

Таблица 2 – Классификация последствий опасных событий на дорогах (U)

Обозначение уровня	Наименование уровня последствий	Описание вреда, наносимого участникам дорожного движения
U1	Катастрофические	Гибель, невосстанавливаемая полная нетрудоспособность, существенные травмы или ущерб здоровью более 50-ти человек
U2	Существенные	Гибель, невосстанавливаемая полная нетрудоспособность, существенные

		травмы или ущерб здоровью более 10-ти человек
<i>U3</i>	Умеренные	Существенные травмы или ущерб здоровью, потеря рабочих дней 5-ти и более человек
<i>U4</i>	Малозначительные	Небольшие травмы или ущерб здоровью
<i>U5</i>	Незначительные	Легкий вред здоровью

Таблица 3 – Матрица риска

Уровень частоты (вероятности) опасных событий	Уровень последствий опасных событий				
	<i>U1</i>	<i>U2</i>	<i>U3</i>		<i>U5</i>
<i>P1</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rкр</i>		<i>Rв</i>
<i>P2</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rв</i>		<i>Rд</i>
<i>P3</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rв</i>	<i>Rв</i>		<i>Rопт</i>
<i>P4</i>	<i>Rв</i>	<i>Rв</i>	<i>Rд</i>		<i>Rопт</i>
<i>P5</i>	<i>Rв</i>	<i>Rд</i>	<i>Rопт</i>		<i>Rопт</i>

Rопт – оптимальный риск

Rд – допустимый (приемлемый) риск

Rв – практически возможный риск

Rкр – критический (неприемлемый) риск

Тема самостоятельной работы № 15 Тема 3.4. Как безопасно вести себя в ситуации пожара в общественном месте

1. Темы для рефератов

- риски в ситуации пожара в общественном месте - количественная мера опасности для посетителя, сочетающая риск 1) вероятности (или частоты) пожара и
 - тяжести его ущерба жизни и здоровью от опасных факторов пожара (ожоги, отравление угарным газом, гибель)
 - Пожарная и взрывная безопасность.
 - Основные способы тушения пожаров.
2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;
 3. Презентация 10 слайдов пожар в «хромой лошади», «Зимней вишне»
 4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
 5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
 6. составление плана и тезисов ответа;
 7. решение задач и упражнений по образцу;

Тема самостоятельной работы № 16 Тема 3.5 Как безопасно вести себя в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

1. Темы для рефератов

- защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
- Устойчивость работы объектов народного хозяйства в чрезвычайных ситуациях.
- Основные принципы и способы обеспечения безопасности населения в чрезвычайных ситуациях.
- Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций.

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов захват заложников в Беслане, Норд-осте

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

Тема самостоятельной работы №17 Тема 4.1. История создания Вооруженных Сил России

1. Темы для рефератов

- история создания Вооруженных Сил России
- Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны, их предназначение. Виды Вооруженных Сил, рода войск, их предназначение.

- Вооруженные Силы Российской Федерации на современном этапе. Вооруженные Силы и порядок подготовки граждан к военной службе в ряде развитых стран.
 - Боевые традиции и история Вооруженных Сил России, символы воинской чести.
2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;
 3. Презентация 10 слайдов история создания Вооруженных Сил России
 4. работа с конспектом лекции (обработка текста);
 5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);
 6. составление плана и тезисов ответа;

Тема самостоятельной работы № 18 Тема 4.2 Основные понятия о воинской обязанности

1. Темы для рефератов

- Воинская обязанность граждан и воинский учет. Обязательная подготовка к военной службе. Виды добровольной подготовки к военной службе.
- Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по призыву. Пребывание в запасе. Виды воинской деятельности и их особенности.
- Общие требования, предъявляемые воинской деятельностью к духовным и физическим качествам, уровню образования призывников.
- Права и свободы военнослужащих

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Права и свободы военнослужащих

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. работа с диаграммами

В ст. 22 п. 1 ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» говорится:

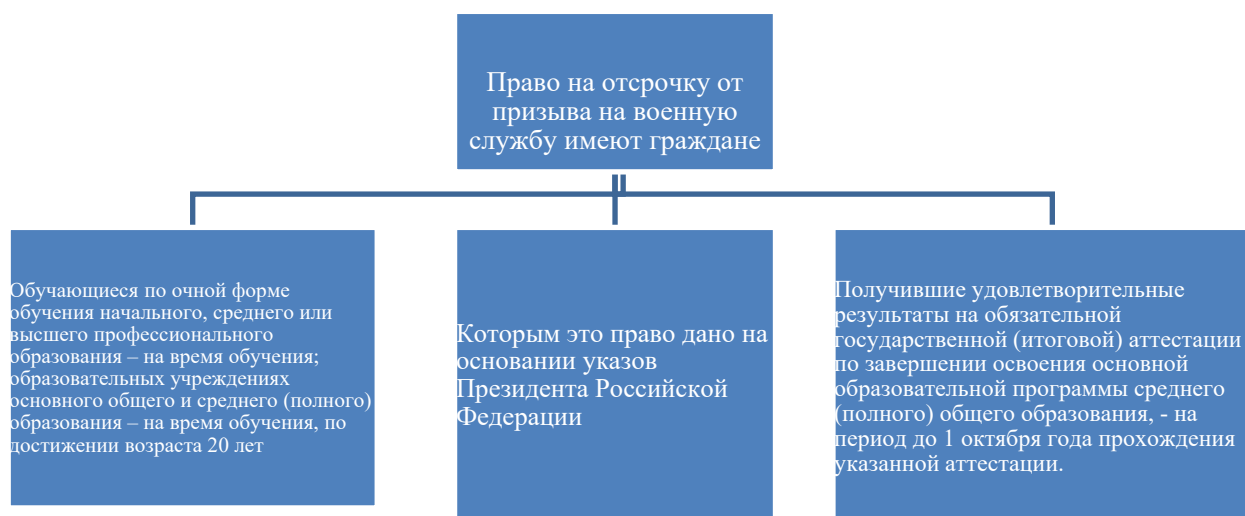


Призыв на военную службу граждан, не пребывающих в запасе, осуществляется два раза в год:

- с 1 апреля по 15 июля; - с 1 октября по 31 декабря



Согласно нормам, определенных в ч.2 ст.5.1 ФЗ №53, установлены категории годности к военной службе.



Тема самостоятельной работы № 19 Тема 4.3 Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Тренинг бесконфликтного общения и саморегуляции

1. Темы для рефератов

- *Понятие* о психологических основах взаимодействия военнослужащих в коллективе, совместной жизнедеятельности военнослужащих.
- Понятие конфликта и его влияние на уровень боеспособности и боеготовности отделения, экипажа, расчета.
- Понятие о способах бесконфликтного общения в условиях военной службы.

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Понятие конфликта и его влияние на уровень боеспособности и боеготовности отделения, экипажа, расчета

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. тесты на темперамент, характер, конфликтность, коммуникабельность

Тема самостоятельной работы № 20. Тема 4.4 Как стать офицером РА. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования

1. Темы для рефератов

- *Понятие* об офицерском составе,
- порядке поступления и обучения в военных образовательных учреждениях, требованиях, предъявляемых к подготовке офицеров.
- Кодексе чести Российского офицера,
- требованиях общества, предъявляемых к офицеру

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

Тема самостоятельной работы № 21. Тема 4.5 Строевая подготовка

1. Темы для рефератов

- *Понятия* об одиночной строевой подготовке и слаживания подразделений.
- *Правила и алгоритмы предметных действий:* Строевой стойки.
- Выполнение команд «Становись, Равняйся, Смирно, Вольно, Заправиться».

- Повороты на месте.
- Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй и обратно.
- Движение строевым шагом. Повороты в движении.
- Прохождение в составе подразделения торжественным маршем и в составе подразделения с песней.
- Приветствие в движении.

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Военные парады разных государств

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. отработка строевых приемов

Тема самостоятельной работы № 22 Тема 4.6 Огневая подготовка.

Порядок неполной сборки и разборки ММГ АК-74 объем часов

1. Темы для рефератов

- *Понятие* о назначении и боевых свойствах оружия, его устройстве, мерах безопасности при обращении с оружием и патронами, о неполной и полной разборке автомата, назначении частей, узлов и механизмов автомата.
- *Правило и алгоритмы предметных действий:* неполной разборки, сборки автомата ММГ АК-74
- *Правила и приемы* стрельбы, способов поиска целей и управления огнем, действиях по командам руководителя стрельб

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Биография Калашникова

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. стрельба в тире (по возможности)

Тема самостоятельной работы № 23. Тема 5.1. Помощь при состояниях вызванных нарушением сознания

1. Темы для рефератов

- *Понятие* об эпилепсии,
- инсульте,
- обмороке,
- инфаркте,
- диабете,

- токсикологическом опьянении.
- *Правила и алгоритмы* поведения и оказания первой помощи при этих состояниях

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Биография Калашникова

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. изучение схемы

Помощь при состояниях, вызванных нарушением сознания (схема содержания лекции)



Тема самостоятельной работы № 24. Тема 5.2. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок оказания. Алгоритм помощи пострадавшим при ДТП и ЧС

1. Темы для рефератов

- *Понятие* о неотложных состояниях в УК РФ Статья 124, Статья 125, *Правила* проведения диагностики и помощи в неотложных состояниях
- *Алгоритм* Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких
- *Понятие* об ДТП и ЧС на транспорте.
- *Правила* помощи при травмах рук, ног, головы, при переломах, вывихах, ушибах и т.д.
- *Алгоритмы* оказание первой помощи при травмах, ранениях, переломах.
- Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов *Понятие* об ДТП и ЧС на транспорте.

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

Тема самостоятельной работы № 25. Тема 5.3. Алгоритм помощи при кровотечениях и ранениях

1. Темы для рефератов

- *Понятие* о видах кровотечений, средствах обеззараживания и дезинфекции.
- *Правило* остановки кровотечений способом наложение жгута и закрутки.
- *Алгоритмы* оказания первой помощи при кровотечениях

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Виды кровотечений

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. изучение схемы

8. Просмотр видеоролика «остановка кровотечения»

Тема самостоятельной работы № 26. Тема 5.4. Оказание помощи подручными средствами в природных условиях

1. Темы для рефератов

- *Понятие* об экстремальных ситуациях в природных условиях.
- *Способы* и особенности фиксации конечностей.
- Способы транспортировки пострадавших.
- Способы согревания на открытой местности,
- Вынужденное автономное существование.
- Правило добычи: воды, пищи, огня. Временное жилище.

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Вынужденное автономное существование.

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. изучение схемы

9. Просмотр видеоролика «Выживание»

Тема самостоятельной работы № 27 Тема 5.5. Помощь при воздействии температур на организм человека. Способы самоспасения.

1. Темы для рефератов

- Понятие об ожогах и их видах (термические, химические, кислотные, щелочные).
- Правило алгоритм помощи при ожогах различных видов.
- Способы самоспасения.
- Первая помощь пострадавшему на производстве.
- Алгоритм поведения при ЧС.

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов. Виды ожогов

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля)

Тема самостоятельной работы № 28 Тема. Как выявить и описать опасности на рабочем месте

.Темы для рефератов

- Классификация опасностей: по видам профессиональной деятельности, по причинам возникновения на рабочем месте, по опасным событиям вследствие воздействия опасностей.
- Источники опасностей и вредностей, факторы риска, условия возникновения и развития нежелательных событий.
- Порядок проведения идентификации опасностей на рабочем месте

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. экскурсия на предприятие по выбору

Тема самостоятельной работы № 29 Тема. Оценка рисков на рабочем месте

Темы для рефератов

- Возможные последствия опасностей по степени тяжести: гибель, травма, профессиональное заболевание.
- Статистические данные по несчастным случаям на производстве.
- Определение вероятности наступления опасностей.

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов профессиональное заболевание

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. экскурсия на предприятие по выбору

Тема самостоятельной работы № 30 Тема. Определение методов защиты от опасностей на рабочем месте

Темы для рефератов

- Основные причины травматизма и профессиональных заболеваний: технические, организационные, санитарно-гигиенические, психофизиологические.
- Методы уменьшения опасностей на рабочем месте, выбор средств индивидуальной и коллективной защиты.
- Типовые отраслевые нормы выдачи средств индивидуальной защиты

2. Работа с основной и дополнительной литературой, Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов Методы уменьшения опасностей на рабочем месте, выбор средств индивидуальной и коллективной защиты.

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. экскурсия на предприятие по выбору

Тема самостоятельной работы № 31 Тема. Знакомство с повседневным бытом военнослужащих

1. Работа с основной и дополнительной литературой,

2. Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов музеев воинской славы

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. экскурсия с показом учебных классов, казармы, специальной военной техники, посещение музея части.

Тема самостоятельной работы № 32 Тема. Методы оказания первой помощи гражданам при ЧС и автомобильных катастрофах

1. Работа с основной и дополнительной литературой,

2. Интернет - ресурсами;

3. Презентация 10 слайдов музеев воинской славы

4. работа с конспектом лекции (обработка текста);

5. повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей);

6. составление плана и тезисов ответа;

7. экскурсия тематическая в Центр медицины и катастроф.

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

Печатные и электронные издания, рекомендованные для использования при реализации общеобразовательной учебной дисциплины

4.1. Основные печатные издания

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, 2023. — 635 с. — (Общеобразовательный цикл). — ISBN 978-5-534-17401-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533017>

4.2. Электронные издания

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.minzdrav.gov.ru> Министерство здравоохранения Российской Федерации
6. <http://www.rostrud.gov.ru> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)
7. <http://www.gospotrebnadzor.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)
8. <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
9. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
10. <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
11. <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
12. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
13. <http://www.school-obz.org/> Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности
14. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях
15. <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям
16. <http://www.consultant.ru> Справочная правовая система «Консультант Плюс»
17. <http://www.garant.ru> Справочная правовая система «Гарант»
18. <http://www.safety.ru> ОАО НТИЦ «Промышленная безопасность».

- 19.<http://www.mspbsng.org> Межгосударственный совет по промышленной безопасности
- 20.<http://www.ilo.org> Международная организация труда (МОТ)
- 21.<http://www.edu.ru> Федеральный портал «Российское образование»
- 22.<http://ru.wikipedia.org> Энциклопедия Википедия

4.3. Дополнительные источники

1. 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, 2023. — 475 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16111-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/530445>
2. 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, 2023. — 641 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17728-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/533629>

4.4. Программное обеспечение

1. Операционная система Microsoft Windows 10
 2. 7-zip GNU Lesser General Public License (свободное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
 3. Интернет браузер Google Chrome (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
 4. K-Lite Codec Pack – универсальный набор кодеков (кодировщиков-декодировщиков) и утилит для просмотра и обработки аудио- и видеофайлов (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
 5. WinDjView – программа для просмотра файлов в формате DJV и DjVu (свободное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
- Foxit Reader – прикладное программное обеспечение для просмотра электронных документов в стандарте PDF (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно).