

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Кунгурский автотранспортный колледж»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО  
ВЫПОЛНЕНИЮ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ  
РАБОТЫ**

---

по учебной дисциплине

---

ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

---


по специальности:

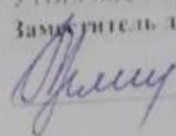
---

23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

---

Одобрено на заседании  
Комиссии профессиональных циклов направления  
«Техническое обслуживание и ремонт  
автомобильного транспорта»  
Протокол № 1 от 24.09.2018 г.

Председатель комиссии:  
 Е.А. Попова

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора  
 М.Г. Целищева

Составитель: Киселев Е.С., преподаватель ГБПОУ КАТК

## СОДЕРЖАНИЕ

<u>1 Паспорт заданий для внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине/междисциплинарному курсу</u>	<u>4</u>
<u>2 Распределение часов на выполнение внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по разделам УД/МДК</u>	<u>5</u>
<u>3 Виды внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине/МДК</u>	<u>5</u>
<u>4 Общие рекомендации обучающимся по выполнению внеаудиторных самостоятельных работ</u>	<u>6</u>
<u>4.1 Методические рекомендации по составлению плаката</u>	<u>6</u>
<u>4.2 Методические рекомендации по написанию эссе</u>	<u>7</u>
<u>4.3 Методические рекомендации по составлению тестов</u>	<u>7</u>
<u>4.4 Методические рекомендации по оформлению реферата</u>	<u>9</u>
<u>4.5 Методические рекомендации по составлению памятки</u>	<u>11</u>
<u>4.6 Методические рекомендации к оформлению презентации</u>	<u>12</u>
<u>4.7 Методические рекомендации по составлению кроссвордов</u>	<u>14</u>
<u>5 Задания для самостоятельной работы обучающихся по УД/МДК</u>	<u>17</u>
<u>Перечень рекомендуемых источников</u>	<u>18</u>

## 1 Паспорт заданий для внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине/междисциплинарному курсу \_\_\_\_\_

Согласно федеральным профессиональным образовательным стандартам среднего профессионального образования: «При формировании ППКРС/ППССЗ образовательное учреждение обязано обеспечивать эффективную самостоятельную работу обучающихся в сочетании с совершенствованием управления ею со стороны преподавателей и мастеров производственного обучения...»

Данные методические указания составлены в соответствии с содержанием рабочей программы УД/ПМ ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности профессии/специальности 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

УД/МДК ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности изучается в течение II семестров. Общий объем времени, отведенный на выполнение самостоятельной работы по УД/МДК ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности, составляет в соответствии с учебным планом и рабочей программой – 87 час.

Методические указания призваны помочь обучающимся правильно организовать самостоятельную работу и рационально использовать свое время при овладении содержанием УД/МДК ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности, закреплении теоретических знаний и умений.

Внеаудиторная самостоятельная работа направлена на освоение обучающимися следующих результатов обучения согласно ФГОС специальности 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта и требованиям рабочей программы ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности.

## 2 Распределение часов на выполнение внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по разделам УД/МДК \_

Наименование раздела	Количество часов на ВСР
<b>Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья в повседневной жизни</b>	<b>10</b>
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>5</b>
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>10</b>
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>	<b>10</b>
<b>Итого</b>	<b>35</b>

## 3 Виды внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине

(виды ВСР приводятся в качестве примера)

- Проработка учебной и специальной технической литературы.

- *Написание и защита доклада; подготовка к сообщению или беседе на занятии по заданной преподавателем теме (с учетом использования Интернет-ресурсов).*
- *Выполнение расчетных заданий.*
- *Работа со справочной литературой.*
- *Оформление отчетов по лабораторным и практическим работам, и подготовка к их защите.*
- *Изготовление информационных моделей (одиночных) или блоков моделей.*
- *Составление и решение ситуационных задач (кейсов)*

#### **4 Общие рекомендации обучающимся по выполнению внеаудиторных самостоятельных работ**

##### **4.1. Работа с конспектом лекций**

1. Внимательно прочитайте текст не менее двух раз весь предложенный материал изучаемой темы;

2. Внимательно прочитай текст по частям (абзацам), выделите главное; отметьте желтым маркером термины и мысли, знакомые и понятные Вам, отметьте зелёным маркером термины и мысли не понятные Вам, и затем постарайтесь самостоятельно найти ответы на свои вопросы, отметьте красным маркером термины и мысли, так и оставшиеся не понятными, чтобы задать вопросы преподавателю.

3. Разберитесь с тем, что означают новые термины, названия, используйте для этого кроме глоссария и словари, не пропускайте слово, значение которого вам не ясно.

4. Вернитесь до того места, где материал показался запутанным, трудным.

5. Тщательно изучите рисунки, схемы, поясняющие данный текст.

6. Внесите в тетрадь записи важных определений, терминов, названий.

7. Прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке:- прокомментировать новые данные;- оценить их значение;- поставить вопросы.

8. Сопоставить полученные сведения с ранее изученными.

9. Ответьте на контрольные вопросы (если такие имеются).

***Критерии оценивания:*** «4-5» выставляется, если:

- студент дает правильные и полные ответы на поставленные контрольные вопросы;

«3» выставляется, если:

- студент дает правильные ответы на поставленные контрольные вопросы, но при этом требуется дополнительная помощь со стороны преподавателя;

«2» выставляется, если:

- студент не дает ответы на поставленные контрольные вопросы.

##### **4.2. Работа с контрольными вопросами**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно-справочному материалу, и конспекту.

2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь

3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ

4. Прочитайте выписанные ответы.

5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.

**Критерии оценки ответов на контрольные вопросы:**

1. Ответ соответствует поставленному вопросу;

2. Ответ логичный, полный, четкий, с использованием терминов и понятий;

3. Безошибочный.

***Критерии оценивания:*** «4-5» выставляется, если:

- студент дает правильные и полные ответы на поставленные контрольные вопросы;

«3» выставляется, если:

- студент дает правильные ответы на поставленные контрольные вопросы, но при этом требуется дополнительная помощь со стороны преподавателя;

«2» выставляется, если:

- студент не дает ответы на поставленные контрольные вопросы.

#### **4.3. Составление опорного конспекта**

1. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.

2. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.

3. Материал сгруппируйте и представьте блочно.

4. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)

5. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)

6. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.

**Критерии оценивания:** «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

#### **4.4. Работа с опорным конспектом**

1. Внимательно изучите опорный конспект и сопоставьте его с конспектом лекций

2. Повторите текст вслух, иногда заглядывая в конспект;

3. Прodelайте то же самое беззвучно;

4. В течение 2-3 минут слушайте тихую музыку;

5. Не глядя в конспект, письменно воспроизведи текст конспекта.

**Критерии оценки опорного конспекта:**

1. Соответствие содержания теме;

2. Правильная структурированность информации;

3. Наличие логической связи изложенной информации;

4. Соответствие оформления требованиям;

5. Аккуратность и грамотность изложения;

6. Работа сдана в срок.

**Критерии оценивания:** «4-5» выставляется, если:

- письменно воспроизводит текст конспекта, указывает основные определения, даны ответы на поставленные вопросы в полном объеме;

«3» выставляется, если:

- письменно воспроизводит не весь текст конспекта, указывает не все основные определения, даны не полные ответы на поставленные вопросы;

«2» выставляется, если:

- работа не выполнена.

### **5 Задания для самостоятельной работы обучающихся по ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

## Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья в повседневной жизни

### Самостоятельная работа 1.

**Номер и тема занятия:** №1 «Факторы способствующие укреплению здоровья»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 18-29 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)
11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.
12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

### Самостоятельная работа 2.

**Номер и тема занятия:** №2 «Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 30-39 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.

2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попробуйте ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)
11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.
12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

### **Самостоятельная работа 3.**

**Номер и тема занятия:** №3 «Семья и репродуктивное здоровье.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 39-49 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попробуйте ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе



определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)

11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.

12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

## Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.

### Самостоятельная работа 4.

**Номер и тема занятия:** №4 «Общие понятия и классификация ЧС природного и техногенного характера.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 51-60 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.

2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь

3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ

4. Прочитайте выписанные ответы.

5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.

6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.

7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.

8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.

9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)

10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)

11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.

12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

## **Самостоятельная работа 5.**

**Номер и тема занятия:** №5 «Характеристики ЧС природного и техногенного характера, правила поведения в условиях ЧС, РСЧС.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 61-87 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо компоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)
11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.
12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

## **Самостоятельная работа 6.**

**Номер и тема занятия:** №6 «ГО- составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи ГО.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 87-90 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попробуйте ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)
11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.
12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

### **Самостоятельная работа 7.**

**Номер и тема занятия:** №7 «АСДНР проводимые в зонах ЧС»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 110-113 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попробуйте ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.

9.Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)

10.При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)

11.Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.

12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

## **Самостоятельная работа 8.**

**Номер и тема занятия:**№8«Обучение населения защите от ЧС. Основные направления деятельности органов и ведомств РФ по защите населения от ЧС. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 90-110, 113-114 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1.Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.

2.Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь

3.Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ

4.Прочитайте выписанные ответы.

5.Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.

6.Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.

7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.

8.Материал сгруппируйте и представьте блочно.

9.Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)

10.При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)

11.Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.

12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

### **Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.**

#### **Самостоятельная работа 9.**

**Номер и тема занятия:** №9 «Ключевые вехи Российской военной истории, развитие отечественных вооруженных сил и их традиций.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 127-132 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)
11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.
12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

#### **Самостоятельная работа 10.**

**Номер и тема занятия:** №10 «Правовые основы оборонного строительства ВС РФ.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 140-160 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попробуйте ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)
11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.
12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

## **Самостоятельная работа 11.**

**Номер и тема занятия:** №11 «Общевоинские уставы. Устав внутренней службы. Обязанности дневального по роте. Обязанности часового. Основы тактической подготовки.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 167-196 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.

5. Попробуйте ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)
11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.
12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

## **Раздел 4. Основы медицинских знаний**

### **Самостоятельная работа 12.**

**Номер и тема занятия:** №12 «Понятие первой помощи. Перечень состояний при которых оказывается первая помощь.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 227-248 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попробуйте ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе

определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)

11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.

12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

### Самостоятельная работа 13.

**Номер и тема занятия:** №13 «Первая помощь при ожогах.»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 249-261 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

**Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.

2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь

3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ

4. Прочитайте выписанные ответы.

5. Попробуйте ответить устно на каждый вопрос.

6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.

7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.

8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.

9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)

10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)

11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.

12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:



- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

## **Самостоятельная работа 14.**

**Номер и тема занятия:** №14 «ПП при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. ПП при отравлениях. ПП при отсутствии сознания»

**Задание:** Прочитать учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко стр. 262-277 и ответить на вопросы для самоконтроля. Составить опорный конспект.

### **Требования:**

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно- справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.
6. Прежде чем составлять опорный конспект, изучите предложенный материал используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
7. Исключите второстепенное содержание, а оставшееся укрупните, выделите в нем главное.
8. Материал сгруппируйте и представьте блочно.
9. Отберите для запоминания не более семи единиц информации (используйте однопорядковые структурные единицы информации: слова, предложения, логические блоки.)
10. При оформлении конспекта помните о зрении, о слухе, логике связях и наглядности (размещая материал необходимо скомпоновать его на основе определенной обоснованной структуры с выделением смысловых опорных пунктов броскими зрительными символами, цветной гаммой)
11. Попробуйте повторить изученный материал по составленному конспекту.
12. Объем конспекта не менее 3-4 страниц.

**Форма отчетности:** представить конспект

**Критерии оценивания:** : «4-5» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны основные определения, даны ответы на контрольные вопросы, по составленному конспекту возможно провести занятие, отражены основные моменты изучаемой темы;

«3» выставляется, если:

- конспект составлен в объеме не менее 3-4 страниц, выписаны не все основные определения, даны не полные ответы на контрольные вопросы, изучаемая тема не раскрыта в полном объеме;

«2» выставляется, если:

- конспект не предоставлен.

## **Перечень рекомендуемых источников (в том числе Интернет-ресурсы)**

Айзман Р. И., Омельченко И. В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.

Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. — М., 2012.

*Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А.* Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.

*Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А.* Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.

*Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л.* Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

*Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л.* Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2013.

*Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.

*Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

*Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

*Микрюков В. Ю.* Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.

*Микрюков В. Ю.* Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014.

*Микрюков В. Ю.* Азбука патриота. Друзья и враги России. — М., 2013.