

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
среднего профессионального образования Иркутской области  
«Братский промышленно-гуманитарный техникум»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**по самостоятельной (внеаудиторной) работе обучающихся по дисциплине**  
**безопасность жизнедеятельности**

Методические указания составлены в соответствии с ФГОС СПО по специальностям: Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта; Техническая эксплуатация подъёмно-транспортных, строительных, дорожных машин и оборудования (по отраслям); Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям); Информационные системы (по отраслям); Право и организация социального обеспечения

Методические указания составил преподаватель основ безопасности жизнедеятельности \_\_\_\_\_

Методические указания обсуждены на заседании цикловой комиссии общеобразовательных и общепрофессиональных дисциплин  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2013, протокол №\_\_

Председатель ЦК \_\_\_\_\_ Т.И. Гаськова  
подпись Ф.И.О.

Методические указания согласованы с заместителем директора по УМР \_\_\_\_\_ Е.В. Тилькунова  
подпись Ф.И.О.

## Введение

Дисциплина «безопасность жизнедеятельности» является составной частью ФГОС СПО по специальностям: Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта; Техническая эксплуатация подъёмно-транспортных, строительных, дорожных машин и оборудования (по отраслям); Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям); Информационные системы (по отраслям); Право и организация социального обеспечения

Раскрывает основные положения: безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях; основы военной службы; основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Цель методических указаний — обеспечить эффективную самостоятельную работу обучающихся.

На самостоятельную работу по дисциплине учебным планом и рабочей программой отводится 34 часа

### Содержание самостоятельной работы

№ п/п	Тема	Задание	Алгоритм выполнения задания	Форма представления выполненного задания	Сроки сдачи выполненного задания	Форма контроля и оценивания
1.	Чрезвычайные ситуации мирного времени	Выполнение домашнего задания по теме: «Основные способы защиты от чрезвычайных ситуаций»; «Устойчивость производств в условиях чрезвычайных ситуаций»	Ответить на контрольные вопросы по теме [1, гл.4], [2, раздел 2]  Прочитать (1, гл.4) [2, раздел 2] Подготовить устное сообщение	Письменно в тетради;  В виде устного сообщения	К следующему занятию;  К следующему занятию	Проверка тетрадей;  Фронтальный опрос (оценивание по пятибалльной системе)
2.	Чрезвычайные ситуации военного времени	Домашнее задание по теме «Средства защиты населения от оружия массового поражения»	Прочитать [1, гл. 5], [2, раздел 2] и оформить опорный конспект в соответствии с приложением 1.	Письменно в тетради;	К следующему занятию	Проверка тетрадей; (оценивание по пятибалльной системе)
3.	Основы обороны государства	Домашнее задание на тему: «Роль вооруженных сил в обеспечении безопасности страны»	Прочитать [1, гл. 7] Подготовить устное сообщение	В виде устного сообщения	К следующему занятию;	Фронтальный опрос (оценивание по пятибалльной системе)
4.	Вооруженные силы России на	Подготовка реферата на тему:	Написать реферат; оформить в соответствии	Оформление реферата в	К итоговому занятию по теме	Проверка рефератов,

	современном этапе	«Современная боевая техника Российской Армии и Флота». Выполнение домашнего задания по теме «Порядок прохождения военной службы». Выполнение домашнего задания по теме «Область применения профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы».	с приложением 2 [6]  Прочитать [2, гл. 9, 11,12,13], [4] и оформить опорный конспект в соответствии с приложением 1. Прочитать [4] Подготовить устное сообщение	соответствии с приложением 2  Письменно в тетради;  В виде устного сообщения	К следующему занятию  К следующему занятию;	выборочное заслушивание рефератов  Проверка тетрадей  Фронтальный опрос (оценивание по пятибалльной системе)
5.	Боевые традиции и символы воинской части	Подготовка сообщения на тему: «История государственных наград России», Подготовка реферата об одном из трижды героев Советского Союза с подробным описанием воинских заслуг	Прочитать [1, гл.7,5], [3, гл.6,10] Подготовить устное сообщение  Написать реферат; оформить в соответствии с приложением 2 [7]	В виде устного сообщения  Оформление реферата в соответствии с приложением 2	К следующему занятию;  К итоговому занятию по теме	Фронтальный опрос (оценивание по пятибалльной системе)  Проверка рефератов, выборочное заслушивание рефератов
6.	Уставы Вооруженных Сил России	Выполнение домашнего задания	Прочитать [3, гл. 8] и оформить опорный	Письменно в тетради;	К следующему занятию	Проверка тетрадей (оценивание по

		по теме: «Роль общевоинских уставов в решении задач по защите Отечества», «Особенности и различия уставов»	конспект в соответствии с приложением 1.			пятибалльной системе)
7.	Строевая подготовка будущих воинов	Выполнение домашнего задания по отработке строевой подготовки	Отработка техники по изученному материалу и последовательное выполнение [2, гл.14]	Демонстрация на уроке безопасности жизнедеятельности	К каждому занятию точное и правильное выполнение ранее изученных двигательных действий	Наблюдение за выполнением на уроке (оценивание по пятибалльной системе)
8.	Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях	Выполнение домашнего задания по теме: «Основные виды повязок», «виды кровотечений», «помощь при электротравмах»	Прочитать [1, гл. 8], [3, гл.4], [5] и оформить опорный конспект в соответствии с приложением 1.  Отработка техники по изученному материалу и последовательное выполнение	Письменно в тетради;  Демонстрация на уроке безопасности жизнедеятельности	К следующему занятию  К каждому занятию точное и правильное выполнение ранее изученных двигательных действий	Проверка тетрадей (оценивание по пятибалльной системе)  Наблюдение за выполнением на уроке (оценивание по пятибалльной системе)

### Список рекомендуемой литературы и источников

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования / [Э.А.Арустамов и др.]. 9-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2010.-176с.
2. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс: учеб. Для общеобразоват. Учреждений: базовый и профил. уровни/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников./ под общ. ред. А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. акад. образования, Просвещение, - 2-е изд. – М.: Просвещение, 2010. - 303 с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс: учеб. Для общеобразоват. Учреждений: базовый и профил. уровни/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников/ под общ. ред. А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. акад. образования, Просвещение», - 2-е изд. – М.: Просвещение, 2010. - 303 с.
4. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2009. – 608 с.
5. Основы медицинских знаний: учебное пособие: 8 – 10 кл. /В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова – 2-е изд.,— М.: АСТ: Астрель, 2005 - 252с.
6. Энциклопедия современного оружия и боевой техники. В 2т. /Н.Л. Волковский. — М.: ООО «Издательство АСТ», ООО «Издательство «Полигон», 2002 — 576с.
7. Маршал Жуков. Полководец и человек (в 2-х томах) — М.: Изд-во Агентства печати Новости, 1988.

### Приложения

1. Правила составления опорного конспекта
2. Правила оформления реферата



### Как составить опорный конспект

Составление опорного конспекта является одним из важнейших приемов обучения. Это вторичный текст, потому что в нем, в краткой форме, передаются основные сведения текста исходного. Опорный конспект может составляться как преподавателем, чтобы учащиеся усвоили представленную в нем информацию по определенной теме, так и учащимися, для оценки их знаний по предмету. По сути, изложение информации в форме конспекта является своеобразной «презентацией» знаний, умений и навыков учащихся.

#### Вам понадобится

- исходный научный текст;
- литературный материал.

#### Инструкция

1. Познакомьтесь с основными требованиями, предъявляемыми к содержанию и форме записи опорного конспекта.
  - Полнота изложения материала;
  - Последовательность и логичность в отражении темы;
  - Лаконичность записи: опорный конспект по объему должен составлять не более листа и воспроизводиться в устной форме за 5-7 минут;
  - Структурирование записей, т.е. изложение материала по пунктам в форме простого или сложного плана. При этом каждый блок должен выражать законченную мысль;
  - Расстановка акцентов, т.е. выделение ключевых слов, понятий с помощью рамок, шрифтов, различных цветов и графических приемов (столбик, диагональ и т.д.);

Наглядность;

  - Связь с материалами учебника, справочника и других видов учебной литературы.
2. Запишите название темы по предмету. Ознакомьтесь с необходимым материалом по тексту учебника, пособия, справочника и т.д. Выделите главное в изучаемом материале, составьте конспект в виде простых записей.
3. Выберите ключевые слова или понятия, отражающие суть изучаемой темы. В зависимости от цели составления опорного конспекта, изложение исходного текста может быть самым различным по форме, например: в виде слов, словосочетаний и предложений на уроках гуманитарного цикла; схем, таблиц и формул по физико-математическим дисциплинам. Также можно использовать рисунки и



различные графические символы. Каждое из ключевых понятий должно воздействовать на читателя как опорный сигнал.

4. Продумайте способ «кодирования» знаний, выбрав для этого необходимые приемы.

Используйте прием сокращения слов, для экономии времени при составлении опорного конспекта. Обычно сокращаются слова, наиболее часто употребляемые на уроках, например: ОТ (охрана труда), сл. соч. (словосочетание), физ. (физический), д. (дата). Также вы можете использовать графические обозначения, отражающие суть излагаемого материала

5. Составьте опорный конспект, с учетом требований к форме и содержанию записей.

### Правила написания рефератов

#### Правила и требования, предъявляемые к рефератам

**Реферат** (от лат. *efero* – «сообщаю») – краткое изложение в письменном виде или форме публичного доклада содержания книги, статьи или нескольких работ, научного труда, литературы по общей тематике.

Реферат - это самостоятельная научно-исследовательская работа учащегося, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы; приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание материала должно быть логичным, изложение материала носит проблемно-поисковый характер.

Тематика рефератов определяется преподавателем, а право выбора темы реферата предоставляется самому студенту. Прежде чем выбрать тему реферата, автору необходимо выяснить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы поработать, более глубоко ее изучить. Название реферата, поданного преподавателю, может не совпадать с названием из предлагаемого списка, но должно соответствовать тематике и географическим и временным рамкам изучаемой дисциплины, а так же предварительно согласовано с преподавателем.

Преподаватель должен ознакомить студентов с требованиями, предъявляемыми к форме написания реферата, определить его примерный объем, количество первоисточников, которые будут проанализированы в работе. Помощь в выборе литературы для реферата также входит в компетенцию преподавателя.

#### Требования к выполнению реферата

Реферат является научной работой, поскольку содержит в себе элементы научного исследования, а потому к нему предъявляются требования, как к научной работе. Правила оформления научных работ являются общими для всех отраслей знаний и регламентируются государственными стандартами, в частности ГОСТом 7.1 - 84. «Библиографическое описание документа: Общие требования и правила составления», «Правилами составления библиографического описания». При оформлении реферата необходимо соблюдать правила цитирования, правильное оформление ссылок, библиографического списка, правила сокращения.

## **Правила**

Работа открывается титульным листом, где указывается полное название техникума, тема реферата, фамилии автора и руководителя, место и год написания. На следующей странице, которая нумеруется сверху номером «2», помещается оглавление с точным названием каждой главы и указанием начальных страниц.

Общий объем реферата для первого курса *не должен превышать* 1,5-2 страниц для печатного варианта

При печатании текста реферата абзац должен равняться четырем знакам (1,25 см.). **Поля границы:** левое - 3 см., правое - 1,5 см., нижнее 2 см., верхнее - 2 см. до номера страницы. Текст печатается через 1,5 - 2 интервала. Если текст реферата набирается в текстовом редакторе Microsoft Word, рекомендуется использовать шрифты: Times New Roman, размер шрифта - 14 пт.

Каждая структурная часть реферата (введение, главная часть, заключение(вывод) и т.д.) начинается с новой страницы. Расстояние между главой и следующей за ней текстом, а также между главой и параграфом составляет 2 интервала. После заголовка, располагаемого посередине строки, не ставится точка. Не допускается подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовка. Страницы реферата нумеруются в нарастающем порядке. Номера страниц ставятся вверху в середине листа. Титульный лист реферата включается в общую нумерацию, но номер страницы на нем не проставляется (это не относится к содержанию реферата).

## **Этапы работы над рефератом**

– Формулирование темы

Тема должна быть не только актуальной по своему значению, но оригинальной, интересной по содержанию. Подбор и изучение основных источников по теме (как правило от 1 до 4).

– Составление библиографии

– Обработка и систематизация информации

– Разработка плана реферата

– Написание реферата

– Публичное выступление с результатами исследования

## **Структура и правила оформления реферата**

## **Введение**

Раздел должен содержать постановку проблемы в рамках выбранной темы и обоснование выбора проблемы и темы.

## **Основная часть**

В данном разделе должна быть раскрыта тема. Для этого в разделе обязательно должно быть отражено:

- Краткий пересказ статьи с использованием изучаемого в курсе понятийного аппарата и инструментария.
- Описание и личную оценку студента (аргументированную на основе материала курса) адекватности приведенных в статье выводов.

## **Заключение(вывод)**

Текст должен содержать ссылки на цитируемые источники, которые все Раздел должен подводить итог написанному в основной части и содержать выводы о том, что аппарат институциональной теории может привести в анализ описываемых явлений.

## **Список литературы**

приводятся в данном разделе. В списке литературы обязательно указывать источник, из которого была взята статья.

Работа (эссе или реферат) считается списанной, если в ней присутствуют цитаты длиной в одно предложение без кавычек или пересказ чужих мыслей без указания ссылки на источник в тексте.

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
среднего профессионального образования  
БРАТСКИЙ ПРОМЫШЛЕННО-ГУМАНИТАРНЫЙ ТЕХНИКУМ

РЕФЕРАТ

Тема

Выполнил  
студент группы СДМ-101

\_\_\_\_\_

Проверил  
Преподаватель

\_\_\_\_\_

Братск 2012