

Красноярский финансово-экономический колледж –  
филиал федерального государственного образовательного бюджетного  
учреждения высшего образования  
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»

РАССМОТРЕНО:


на заседании цикловой комиссии  
общих гуманитарных и социальных  
дисциплин

Председатель цикловой комиссии

 Н.В.Храмыкина  
«11» октября 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Зам. директора по учебной работе

 С.Ю. Биндарева  
«11» октября 2016 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

для обучающихся по выполнению самостоятельной работы

по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) (базовая подготовка)

Красноярск 2016г

## Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Тематический план самостоятельной работы
3. Задания для самостоятельной работы студента
  - 3.1 Подготовка сообщений
  - 3.2 Подготовка докладов
  - 3.3 Подготовить презентацию
  - 3.4 Решение ситуационных задач
  - 3.5 Заполнение таблицы
  - 3.6 Подготовить памятку
  - 3.7 Подготовить кроссворд
4. Список литературы

## 1. Пояснительная записка

Методические рекомендации к выполнению внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначены для обучающихся по специальности 38.02.01. Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) (базовая подготовка)

Формирование умений самостоятельной работы студентов – важная задача всех преподавателей.

Если обучающийся научится самостоятельно изучать новый материал, пользуясь учебником или какими-то специально подобранными заданиями, то будет успешно решена задача сознательного овладения знаниями. Знания, которые усвоил обучающийся сам, значительно прочнее тех, которые он получил после объяснения преподавателя. И в дальнейшем сможет самостоятельно ликвидировать пробелы в знаниях, расширять знания, творчески применять их в решении практических задач.

Цель методических указаний:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы - совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

Освоение содержания дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих **результатов**:

**• личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

**• метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;

обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

– овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

– формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

– приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

– развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

– формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

– формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

– развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

– формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

– развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

– освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

– приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

– формирование установки на здоровый образ жизни;

– развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

**• предметных:**

– сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве,

повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

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

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

## 2. Тематический план самостоятельной работы

Наименование раздела, темы	Самостоятельная работа	Ко л - во часов	Формы контроля
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>			
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья	Подготовить доклад : «Организация студенческого труда, отдыха и эффект» «Организация самостоятельной работы»	1	Оценка за доклад
Тема 1.4. Вредные привычки и их профилактика	1. Заполнение таблицы «Социальные последствия алкоголизма», «Социальные последствия наркомании», 2. Подготовить доклад :«Табачный дым и его составные части»	2	Оценка за доклад, заполнение таблиц
Тема 1.5 Правила и безопасность дорожного движения	Подготовить конспекта по правилам управления велосипедом, мопедом	1	опрос
Тема 1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	Подготовить доклад: «Пути сохранения репродуктивного здоровья общества»; «СПИД и его профилактика»	1	оценка за доклад
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>			
Тема 2.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1.Заполнить таблицу: «Виды техногенных ЧС и меры защиты ». 2. Решение ситуационных задач	2	оценка за таблиц, решение ситуационных задач
Тема 2.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации	Заполнить таблицу «Закон и его предназначение» (ФЗ "О безопасности", ФЗ "О противодействии терроризму", ФЗ "О пожарной безопасности")	2	оценка за таблицу

чрезвычайных ситуаций (РСЧС)			
Тема 2.5 Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения	Заполнить таблицу «Ядерное оружие и его характеристика», «Химическое оружие и его характеристика»; подготовка доклада «Средства индивидуальной защиты»	3	оценка за таблицу
Тема 2.6 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	Заполнить таблицу «Виды защитных сооружений»	2	оценка за таблицу
Тема 2.8 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	Заполнить таблицу «Сигналы оповещения»	2	оценка за таблицу
Тема 2.9 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника	Подготовить доклад - "10 самых опасных террористических групп в мире", "Виды терроризма"	2	оценка за доклад
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			
Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил России	Подготовить доклад «Основы обороны государства»	2	оценка за доклад
Тема 3.2 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	Подготовить кроссворд: «Организация структуры Вооруженных Сил»	2	оценка за кроссворд
Тема 3.3 Воинская обязанность	Подготовить презентацию «Виды Вооруженных Сил РФ»	2	оценка за презентацию
Тема 3.4	1. Подготовить доклад «Строевая	2	оценка за

Обязательная подготовка граждан к военной службе	подготовка» 2. Подготовить презентацию: «Альтернативная гражданская служба», «Прохождение военной службы по контракту».		доклад и презентацию
Тема 3.9 Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	Подготовить презентацию «Боевое знамя части», «Ордена, почётные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе», «Военная форма одежды»	3	оценка за презентацию
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>			
Тема 4.2 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие и виды кровотечений	Решение ситуационных задач	2	оценка за решение ситуационных задач
Тема 4.4 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при отсутствии сознания	Решение ситуационных задач	2	оценка за решение ситуационных задач
Тема 4.5 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	Подготовить доклад "Понятие об иммунитете и профилактических прививках", «Профилактика инфекционных заболеваний»	2	оценка за доклад
Тема 4.7 Основы ухода за младенцем	Составить памятку «Уход за младенцем»	2	оценка за составленную памятку
Итого		35	



## **Подготовка докладов:**

### **Цель задания:**

- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать специальную литературу;
- развитие познавательных способностей: самостоятельности, ответственности;

### **Содержание задания:**

- чтение указанной литературы;
- написание докладов;
- подготовка устного сообщения по данной теме.

### **Срок выполнения:**

Подготовить к следующему теоретическому занятию.

### **Ориентированный объем работы:**

Одна-две страницы рукописного текста.

### **Критерии оценки:**

- уровень освоения студентом учебного материала.

### **Форма контроля:**

- проверка наличия докладов у каждого студента;
- опрос нескольких студентов.

### **Темы докладов:**

1. Организация студенческого труда, отдыха и эффект» «Организация самостоятельной работы;
2. Табачный дым и его составные части;
3. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества;
4. СПИД и его профилактика;
5. 10 самых опасных террористических групп в мире;
6. Виды терроризма;
7. Основы обороны государства;
8. Строевая подготовка;
9. Понятие об иммунитете и профилактических прививках;
10. Профилактика инфекционных заболеваний

## **Подготовка презентации**

### **Цель задания:**

- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать специальную литературу;
- развитие познавательных способностей: самостоятельности, ответственности;

### **Содержание задания:**

- чтение дополнительной и справочной литературы;
- подготовить презентацию;
- подготовка устного сообщения по данной теме.

### **Срок выполнения:**

Подготовить к следующему теоретическому занятию.

### **Ориентированный объем работы:**

В презентации должно быть 10-20 слайдов. К презентации подготовить сообщение одна – две печатные страницы

**Критерии оценки:**

-уровень освоения студентом учебного материала.

**Форма контроля:**

- проверка наличия презентации и сообщение по данной теме

**Темы презентаций:**

1. Виды Вооруженных Сил РФ;
2. История создания Вооруженных Сил России;
3. Альтернативная гражданская служба;
4. Прохождение военной службы по контракту;
5. Боевое знамя части;
6. Ордена, почётные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе;
7. Военная форма одежды;
8. 100 Великих полководцев;
9. Терроризм

*Требования к оформлению презентаций*

В оформлении презентаций выделяют два блока: оформление слайдов и представление информации на них. Для создания качественной презентации необходимо соблюдать ряд требований, предъявляемых к оформлению данных блоков.

**Оформление слайдов:**

<b>Стиль</b>	1. Соблюдайте единый стиль оформления 2. Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации 3. Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями).
<b>Фон</b>	Для фона предпочтительны холодные тона
<b>Использование цвета</b>	1. На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовка, один для текста. 2. Для фона и текста используйте контрастные цвета. 3. Обратите внимание на цвет гиперссылок (до и после использования). 4. Таблица сочетаемости цветов в приложении.
<b>Анимационные эффекты</b>	1. Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде. 2. Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.

## Представление информации:

<b>Содержание информации</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Используйте короткие слова и предложения.</li><li>2. Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных.</li><li>3. Заголовки должны привлекать внимание аудитории.</li></ol>
<b>Расположение информации на странице</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Предпочтительно горизонтальное расположение информации.</li><li>2. Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана.</li><li>3. Если на слайде располагается картинка, надпись должна располагаться под ней.</li></ol>
<b>Шрифты</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Для заголовков – не менее 24.</li><li>2. Для информации не менее 18.</li><li>3. Шрифты без засечек легче читать с большого расстояния.</li><li>4. Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации.</li><li>5. Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание.</li><li>6. Нельзя злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных).</li></ol>
<b>Способы выделения информации</b>	<p>1. Следует использовать:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- рамки; границы, заливку;</li><li>- штриховку, стрелки;</li><li>- рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов.</li></ul>
<b>Объем информации</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут одновременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений.</li><li>2. Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде.</li></ol>
<b>Виды слайдов</b>	<p>Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• с текстом;</li><li>• с таблицами;</li><li>• с диаграммами.</li></ul>

## Решение ситуационных задач

### Цель задания:

- формирование умений использовать учебную литературу;
- развитие познавательных способностей: самостоятельности, ответственности;
- умение подготовиться к рубежному контролю

### Содержание задания:

- повторение пройденного материала темы;
- чтение конспекта и учебного материала

### Срок выполнения:

Подготовиться к следующему теоретическому занятию

### Ориентированный объем работы:

Задача в рабочей тетради

### Основные требования к результатам работы:

- добросовестность подготовки;
- умение сконцентрироваться во время рубежного контроля;
- умение аргументировать свои ответы

### Критерии оценки:

- оформление письменного задания в соответствии с установленными требованиями;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении самостоятельной работы.

### Форма контроля:

- проверка правильности письменного задания на уроке

## Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Тема 2.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

## Раздел 4. Основы медицинских знаний

Тема 4.2 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие и виды кровотечений

Тема 4.4 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при отсутствии сознания

### Примеры ситуационных задач:

1. *Ситуационная задача.* Вы корчевали пень и сильно повредили голень измазанным в земле топором. Рана глубокая и длинная, началось обильное кровотечение. Нет возможности сразу же обратиться в медпункт. Ваши действия.

2. *Ситуационная задача.* Вы оказались на месте аварии автомобиля и увидели, что у пострадавшего из раны на внутренней стороне бедра толчками вытекает кровь. Что с пострадавшим и что нужно делать?

3. *Ситуационная задача.* Во время прогулки в лесу ваш товарищ вывихнул колено. Как вы это определите и что нужно делать?

### Практическая часть:

1. Отработайте технику наложения повязок на: палец руки, кисть, предплечье, затылок, голень, щиколотку, грудную клетку.

2. Отработайте технику наложения возможных видов артериального и венозного кровотечения.

4. *Ситуационная задача.* Необходимо организовать обсервацию в населённом пункте. Составьте план проведения основных мероприятий.

5. *Ситуационная задача.* Используя дополнительные источники информации, найдите текст закона «Об уничтожении химического оружия». Сделайте краткий обзор этого закона, сформулируйте его главные положения.

6. *Ситуационная задача.* Используя дополнительные источники информации, найдите материал о применении современных средств поражения в войнах и вооружённых конфликтах конца XX в. — начала XXI в. Дайте свою оценку.

7. *Ситуационная задача.* Вы заблаговременно оборудуете ПРУ во дворе своего дачного дома. Опишите технологию строительства, используемые материалы и определите коэффициент ослабления для вашего защитного сооружения.

8. *Ситуационная задача.* На заводе по производству пластмасс произошла авария. Жилой район, расположенный в долине реки, подвергается опасности заражения сильнодействующим ядовитым веществом. Принято решение до начала эвакуации разместить население в убежищах. В «наше» убежище прибывает группа граждан для размещения. Подготовьте инструкцию, отвечая на вопросы:

1. Какие вещи можно вносить в убежище и какие запрещены к вносу?
2. Правила поведения укрываемых в убежище.
3. Инструкция дежурному по убежищу.

9. *Ситуационная задача.* Установление очередности приёма пищи, проведения гигиенических процедур, отдыха.

10. *Ситуационная задача.* Аварийное покидание убежища (в результате пожара, основной вход в убежище оказался завален).

11. *Ситуационная задача.* Вы ехали на машине, и случилась авария на лесной дороге. Дело происходит летом, время аварии 20.00. Обратный путь составляет 12 км, и вы знаете обратную дорогу. Вернуться назад или идти вперёд (до пункта, куда вы не доехали — недалеко 4 км, но вы плохо представляете оставшийся отрезок пути). Каковы ваши действия? Рассмотрите возможные ситуации и обоснуйте ваши действия. При ответе используйте такое понятие как «точка возврата».

12. *Ситуационная задача.* Ваш лагерь расположен на берегу реки. Вы ушли от лагеря на юг, углубились в лес на несколько километров и хотите вернуться назад. Вы следили за направлением, знаете, что возвращаться нужно на север, однако вы не всё время шли на север (точность при движении в лесу даже по компасу может колебаться в пределах 10°) — где-то отклонились в одну сторону, где-то в другую. Но общее направление вашего возвращения всё равно — север. Как выйти к лагерю?

**Критерии оценки:** Ответил на контрольные вопросы. За каждый правильный ответ – 1 балл. (максимальное количество баллов – 3)

Результат: «5» - 17-19 бал., «4» - 14-16 бал., «3» - 11-13 бал., «2» - меньше 11 бал.

## Заполнение таблицы

### Цель задания:

- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать дополнительную и справочную литературу;
- развитие самостоятельности

### Содержание задания:

- чтение дополнительной и справочной литературы;
- просмотр научного фильма.

### Срок выполнения:

Подготовить к следующему теоретическому занятию.

### Ориентированный объем работы:

Одна таблица

### Основные требования к результатам работы:

- повторение пройденного материала;
- выполнение графического изображения работы

### Критерии оценки:

-уровень освоения студентом справочного материала.

### Форма контроля:

- проверка наличия заполненной таблицы у каждого студента;
- опрос нескольких студентов.

**Критерии оценивания:** наполняемость таблицы 4 из 4 пунктов – «5»

3 пунктов – «4»

2 пунктов – «3»

меньше 2 пунктов – «2»

1. Таблица: «Табакокурение»;
2. Таблица: «Социальные последствия наркомании»;
3. Таблица: «Закон и его предназначение» (ФЗ "О безопасности", ФЗ "О противодействии терроризму", ФЗ "О пожарной безопасности")
4. Таблица: «Социальные последствия алкоголизма»;
5. Таблица: «Виды техногенных ЧС и меры защиты»;
6. Таблица: «Криминогенные ситуации и основные правила безопасности»;
7. Таблица: «Закон и его предназначение»;
8. Таблица: «Ядерное оружие и его характеристика»;
9. Таблица: «Химическое оружие»;
10. Таблица: «Сигналы оповещения»
11. Таблица: «Виды защитных сооружений»

## Подготовить памятку

### Цель задания:

- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать специальную литературу;
- развитие познавательных способностей: самостоятельности, ответственности;

### Содержание задания:

- чтение дополнительной и справочной литературы;
- подготовить памятку;

Памятка- то, что служит напоминанием о ком-либо., чем-либо.

а) Книжка или листок с краткими наставлениями на какой-л. случай, с краткими сведениями о ком-л., чем-л.

б) Запись того, о чем следует помнить, вспомнить.

Памятка - свод кратких наставлений, правил, кратких сведений о чём-л.; книжка, содержащая подобный свод правил, словесное описание задания или правила, описание того, зачем, почему и как следует выполнять.

Памятка – это свод рекомендаций по определенной теме.

### Требования к составлению памяток

1. Выбрать те виды деятельности или занятий:
  - которые повторяются;
2. Весь процесс разложить на рабочие этапы и фазы:
  - что должно быть сделано?
3. Составить логическую очередность:
  - какие имеются взаимозависимости?
4. Подвергнуть переработке предварительно составленный листок:
  - *анализ ошибок;*
  - *одинаково или аналогично исполняются. – на что следует обратить особое внимание?*
  - *какие временные ограничения должны быть соблюдены?*
  - *окончательная корректировка;*
  - *что подлежит выяснению?*
  - *что из чего вытекает в соответствии с логикой данной деятельности?*
  - *готовый листок-памятка. – кого надо проинформировать? И т.д. – где потребуются промежуточные результаты?*

### Срок выполнения:

Подготовить к следующему теоретическому занятию.

### Ориентированный объем работы:

В презентации должно быть 1-2 страницы. К памятки подготовить сообщение одна –две печатные страницы

### Критерии оценки:

-уровень освоения студентом учебного материала.

### Форма контроля:

- проверка наличия презентации и сообщение по данной теме

ПАМЯТКА – это свод кратких наставлений, правил, сведений о чём-либо, а также книжка, записка, содержащая подобный свод правил.

По характеру представления содержания выделяют следующие виды памяток:

1. *Памятка – алгоритм*, в котором рекомендуется работа алгоритмического характера: все предлагаемые действия довольно жёстко фиксированы, их последовательность обязательна

2. *Памятка – инструкция*, в которой даются вполне конкретные указания о необходимости конкретных действий (шагов)

3. *Памятка – совет*, в которой даются рекомендации о том, при каких условиях то или иное действие (деятельность) осуществляется успешно. Выбрать действия, наиболее подходящие для него лично, – дело самого человека

4. *Памятка – показ*, в которой преобладает (не по месту, а по значимости) пример выполнения тех или иных действий

5. *Памятка – стимул*, доминантой которой является стимулирование человека, раскрытие перспектив его деятельности

**Тема:**

Памятка «Уход за младенцем»

### **Подготовить кроссворд**

**Цель задания:**

- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать специальную литературу;
- развитие познавательных способностей: самостоятельности, ответственности;

**Содержание задания:**

- чтение дополнительной и справочной литературы;
- подготовить кроссворд

**Срок выполнения:**

Подготовить к следующему теоретическому занятию.

**Ориентированный объем работы:**

В презентации должно быть 1-2 страницы. К памятки подготовить сообщение одна – две печатные страницы

**Критерии оценки:**

- За оригинальность формы сетки слов.
- За оригинальность идеи исполнения (все слова начинаются на одну букву, из одинакового количества букв и т.д.)
- Оригинальность материала, на котором составлена сетка.
- За строгое соблюдение выбранной темы (названия городов, птиц)
- За объем и размеры.

**Форма контроля:**

- проверка наличия презентации и сообщение по данной теме

**Виды кроссвордов**

*Тематические кроссворды* Кроссворд, посвященные определенной теме. Такие кроссворды довольно трудно составлять, но обычно приятно решать, особенно если тема кроссворда хорошо вам известна.

*Кроссворды полиглоты* Чтобы решить такой кроссворд, потребуются знания иностранных языков. Определения к словам задаются на одном языке, а



разгаданные слова в сетку вписываются на другом. Такие кроссворды часто используют преподаватели иностранных языков.

*Алфавитные кроссворды* Эти кроссворды характерны тем, что все загаданные слова имеют один общий признак. Например, все слова одинаковой длины или начинаются с одной и той же буквы.

*Юмористические кроссворды* Определения задаются в шуточной форме. Например: Половина чижика (пыжик).

*Кроссворд с фрагментами* Многие наверно вспомнили журнал "Наука и жизнь", именно в этом журнале появились кроссворды с фрагментами. Определения в кроссворде этого типа задаются в виде какого-либо изображения (рисунок, фотография).

*Ребусный кроссворд* Ребусный кроссворд отличается от кроссворда с фрагментами только тем, что в качестве рисунка-определения используется ребус, решив который можно вписать слово в кроссворд.

*Распыленный кроссворд* В кроссворде этого типа сетка уже заполнена словами и разрезана на квадратики. Вам необходимо собрать весь кроссворд из кусочков, при этом, слова должны увязываться между собой (пазлы).

*Словарный кроссворд* Кроссворд, составленный из готового списка слов. Такие кроссворды имеют очень неплотную и некрасивую сетку. Основное назначение таких кроссвордов образовательный процесс

*Слогокроссворд, двухбуквенный и символный кроссворды* В слогокроссвордах в одну клеточку нужно вписывать не букву, а целый слог. Встречаются кроссворды, в которых в клетку необходимо вписывать две или более букв (двухбуквенный). В символных кроссвордах, необходимо использовать обозначенный символ, который заменяет сразу несколько букв.

*Реверсивный кроссворд* Кроссворд, в котором слова необходимо вписывать строго по направлениям стрелок, т.е. не только слева направо и сверху вниз, но и справа налево и снизу вверх.

*Дуаль* В каждую клетку этого кроссворда вписаны две буквы. Нужно вычеркнуть лишние буквы, и в итоге отгадчик должен увидеть слова, переплетенные как в обычном кроссворде.

*Белый кроссворд* Кроссворды этого типа не имеют ни одной черной клетки. Плотность равна 100%.

*Классический кроссворд* Рисунок данного кроссворда имеет, как правило, двух- или четырехстороннюю симметрию. Желательно, минимум, два пересечения, а в идеале, одиночные черные блоки, соприкасающиеся по диагонали. Бывают открытые кроссворды, т.е. черные блоки имеются и снаружи или закрытые – снаружи кроссворда только буквы.

*Сканворд* Вопросы к словам записываются внутри сетки, в клетках не занятых буквами. Соответствие вопросов словам указывается стрелками. Если стрелки только горизонтальные и вертикальные – тип сканворда *готика*. Если есть стрелки и по диагонали, то *италика*. *Эстонский кроссворд* (с перегородками) Слова в этом кроссворде разделены не блоками, а утолщенными сторонами клеток, в которых расположены буквы. Данные кроссворды выглядят очень

плотными. *Фигурные кроссворды* Кроссворды с нестандартными сетками. Сетка может быть выполнена в виде любого рисунка (бабочка, елка, собака и т.д.), или иметь необычную форму (круг, соты).

В *диагональных или круговых кроссвордах* слова вписываются по радиусам или дугам.

*Сотовый кроссворд* напоминает пчелиные соты различной конфигурации с количеством букв в слове от 3 до 9. Сетка сотового кроссворда заполняется словами вокруг цифры, стоящей в центре каждой соты. Начало слова и его направление помечается меткой. *Кейворд* Разновидность кроссворда, в клетках которого указаны числа заменяющие буквы. Для одинаковых букв одинаковые числа. Возможно, для упрощения разгадывания кроссворда, в нём уже указывается какое либо слово.

*Крисс-кросс* Дана сетка кроссворда и слова, которые необходимо в ней разместить. Возможно, также как и в кейворде, в сетке вписано слово или буквы, чтобы упростить начальный процесс.

*Филлворд* Данный тип кроссворда представляет собой поле заполненное буквами. Во всём этом скоплении букв необходимо отыскать слова, которые приведены рядом в виде списка или ответив на вопрос. Филлворды бывают двух типов: венгерские и немецкие. *Венгерские* предполагают направление слова в любом направлении, в том числе по ломаной линии. В данном типе филлворда одна буква может быть использована один раз. *Немецкий* тип предполагает расположение слов по прямой линии в любом направлении, при этом одна буква может использоваться несколько раз.

*Объемные кроссворды* Название трехмерный кроссворд говорит само за себя, это кроссворд не на плоскости а в пространстве, слова пересекаются сразу в трех измерениях. Если сетку кроссворда натянуть на куб, то получится кроссворд с соответствующим названием. Для таких кроссвордов важно, чтобы имелись пересечения со всеми видимыми гранями. Колодец, это тоже кроссворд на кубе, только не снаружи, а внутри куба. Сетка располагается сразу на пяти гранях куба.

### **3. Требования к составлению кроссвордов**

1. Перед составлением кроссвордов необходимо изучить теоретический материал по данной теме, используя конспекты лекций, основную и дополнительную литературу

2. Выписать все термины, которые студент намерен включить в кроссворд. Они должны быть именами существительными, в именительном падеже, единственном числе

3. В виде исключения допускается введение в кроссворд словосочетаний (симптом Пастернацкого, голова медузы)

4. Выбрать вид кроссворда. Составить сетку кроссворда

5. Вопросы к кроссворду должны быть сформулированы чётко, не допускать нескольких вариантов ответа. Вопросов должно быть не менее 15

6. Кроссворд выполняется на плотной бумаге; сетка вычерчивается не в карандаше

7. Кроссворд может быть аккуратно выполнен от руки или напечатан 8.К кроссворду на отдельном листе прилагается эталон ответа

9. Кроссворд оформляется аккуратно, красочно, ярко. Допускается любая техника выполнения (рисунок, аппликация, коллаж, компьютерная графика и т.д.)

**Тема:**

1. Подготовить кроссворд: «Организация структуры Вооруженных Сил»

## ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

1. Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности
2. Индивидуальное здоровье человека и здоровье общества
3. Культура питания. Режим труда и отдыха.
4. Духовно-нравственное здоровье общества — фактор национальной безопасности России
5. Вредные привычки и их профилактика
6. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика
7. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и обществ
8. Правила и безопасность дорожного движения
9. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера
10. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера
11. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций криминального характера
12. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
13. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны
14. Радиационная безопасность.
15. Химическая безопасность.
16. Средства индивидуальной защиты.
17. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.
18. История создания Вооруженных Сил России
19. Организация структуры Вооруженных Сил
20. Военская обязанность
21. Военнослужащий – защитник своего Отечества
22. Как стать офицером Российской армии
23. Символы воинской славы
24. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации
25. Основы семейного права в Российской Федерации.
26. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем
27. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика
28. Влияние двигательной активности на здоровье человека.
29. Правила личной гигиены и здоровье человека.
30. Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему.
31. Первая помощь при ранениях и ожогах
32. Первая помощь при травмах. Ушибы, растяжение связок, вывихи
33. Первая помощь при отравлениях
34. Оказание помощи тонущему.
35. Окружающая среда и здоровье человека

## Список литературы

### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

#### *Основные источники:*

Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2013.

Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 11 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2013.

Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10—11 кл. – М., 2013.

Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10—11 кл. – М., 2012.

100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. – М., 2010.

Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнев; под ред. А.Т.Смирнова. — 8-е изд., перераб. – М., 2010.

Армия государства Российского и защита Отечества / Под ред. В.В.Смирнова. – М., 2010.

#### *Дополнительная литература:*

Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1993—2007.

Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10 кл. – М., 2003.

Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10—11 кл. / А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2002.

Большой энциклопедический словарь. – М., 1997.

Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2002.

Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. – № 5.

Дуров В.А. Русские награды XVIII — начала XX в. / В.А.Дуров. – 2-е изд., доп. – М., 2003.

Дуров В.А. Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2005.

Конституция Российской Федерации (действующая редакция).

Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. – № 2.

Лях В.И. Физическая культура: Учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учреждений / В.И.Лях, А.А.Зданевич; под ред. В.И.Ляха. — М., 2006—2007.

Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов]; под ред. А.Т.Смирнова. — М., 2007.

Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. — М., 2000.

Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).

Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова. — 6-е изд. — М., 2006.

Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

*Интернет-ресурсы:*

<http://www.1september.ru/> издательский дом «Первое сентября»

<http://www.it-n.ru/> сеть творческих учителей

<http://www.km.ru> мультипортал КМ.RU

<http://www.vschoo1.ru/> Виртуальная школа КМ.ru

<http://sciteclibrary.ru> /научно-техническая библиотека

[www.auditorium.ru](http://www.auditorium.ru) /библиотека института «Открытое общество»

<http://100.histrf.ru/commanders/> - 100 великих полководцев

<http://histrf.ru/ru/mediateka/hipervideo/zhukov> история России