

**Департамент внутренней и кадровой политики Белгородской области
Областное государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение**

«Губкинский горно-политехнический колледж»

**Методические рекомендации
по выполнению самостоятельных работ
обучающихся при изучении учебной дисциплины
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

2020 г.

Организация-разработчик:

Областное государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Губкинский горно-политехнический колледж»

Разработчик:

Зубков Г.Ф. преподаватель организатор ОБЖ

Пояснительная записка

В ходе изучения курса « Основы безопасности жизнедеятельности» предусмотрены следующие виды самостоятельной работы студентов: подготовка докладов и рефератов, домашняя работа. Ниже приводятся методические рекомендации по подготовке и структуре докладов и рефератов, требования к оформлению письменных самостоятельных работ, выполнению домашней работы.

I. Доклад

Доклад — это официальное сообщение, которое может быть посвящено заданной теме, содержать описание состояния дел в какой-либо сфере деятельности или ситуации; взгляд автора на ситуацию или проблему, анализ и возможные пути решения проблемы. Доклад может быть устным и письменным. И в том, и в другом случае докладчик представляет тему, развернутую в тексте, аудитории или какому-то определенному лицу. Для современного представления устного доклада, как правило, составляются тезисы — опорные пункты выступления докладчика (обоснование актуальности, описание сути работы, выводы), ключевые слова, которые помогают логически стройному изложению темы, схемы, таблицы и т.п. В зависимости от ситуации объем тезисов может быть от 1 до 10 страниц. Чтобы выступление было интересным и понятным слушателям, к нему необходимо тщательно подготовиться.

Для удержания внимания аудитории большое значение имеет хорошая речь оратора, а также мимика и жесты, которые должны быть естественными. Так, если оратор переходит от одной мысли к другой, вполне уместна смена движений, жестов; однако чрезмерная подвижность отвлекает от смысла речи.

Письменный доклад должен включать все необходимое, чтобы быть максимально понятным не только лицу, которому он адресован, но и другим людям, которых заинтересует обозначенная в докладе тема. Поэтому письменный вариант доклада отличается более строгим стилем изложения (характерный для документа), нежели в устном варианте.

Структура доклада выглядит следующим образом:

1. Введение.

- Указывается тема и цель доклада.
- Обозначается проблемное поле, и вводятся основные термины доклада, а также тематические разделы содержания доклада.
- Намечаются методы решения представленной в докладе проблемы и предполагаемые результаты.

2. Основное содержание доклада.

Последовательно раскрываются тематические разделы доклада.

3. Заключение.

Приводятся основные результаты и суждения автора по поводу путей возможного решения рассмотренной проблемы, которые могут быть оформлены в виде рекомендаций.

4. **Приложения** — пояснительные материалы, которые относятся к рассматриваемой теме, однако, достаточно объемные для включения в основное содержание доклада.

II. Реферат.

Под рефератом понимается сжатое изложение в письменном виде содержания какого-либо источника (статьи, книги, раздела книги), в котором даются основные положения источника, фактические сведения и выводы. Цель реферата – донести точку зрения автора источника на рассматриваемую проблему.

Для реферата обычно выбирается источник, который отвечает каким-либо из следующих критериев:

- актуальность темы;
- оригинальность авторской позиции;
- классическое обоснование взгляда на проблему, которое следует знать при профессиональной подготовке;
- недоступность источника (например, книга находится в отделе редкой книги в библиотеке);
- источник опубликован только на иностранном языке.

Следует обратить внимание на то, что реферат – это «текст о тексте», который включает в себя элемент творческой переработки оригинального текста. Реферат поэтому не сводится к простому конспектированию текста источника. Логика изложения реферата должна соответствовать той, которую использует автор.

Структура реферата:

1. **Вводная часть**, где указывается общая характеристика источника и проблематики:

- название, выходные данные;
- краткая характеристика автора (степень известности, круг интересов, профессиональная специализация);
- обозначение центральной темы источника (основной идеи, проблемы);
- степень актуальности центральной темы для современности;
- реконструкция цели, которую преследовал автор в своей работе;
- ключевые слова, которые использует автор;
- общая характеристика содержания источника.

2. **Основное содержание** – краткое представление того, о чем идет речь в источнике:

- обозначение проблемы, авторские аргументы, примеры, факты;
- основные позиции, важные для раскрытия темы;
- оригинальность замечания автора по теме;

- заключительные выводы автора.

3. Заключение – выражение позиции автора реферата:

- основные положения, которые нашли отражение в источнике;
- научная ценность источника;
- удобство текста для восприятия;
- ваше отношение к точке зрения автора источника;

III. Требования к оформлению письменных работ.

На титульном листе должна быть указана следующая информация:

- название учреждения, в котором выполняется данная работа;
- для реферата — название источника, по которому он выполнен: автор книги (статьи), название книги (статьи);
- для обзора, доклада, эссе — тема (прописными буквами, без кавычек и точки в конце);
- исполнитель — фамилия, инициалы;
- научный руководитель (если работа выполнена под его руководством);
- место и год написания работы (для доклада — в некоторых случаях указывается дата выполнения работы).

На следующей за титульным листом странице указывается содержание работы в виде оглавления, где перечислены все основные разделы работы в порядке их изложения, и соответствующие им в тексте номера страниц.

Переносы слов на титульном листе, в оглавлении, заголовках не допускаются. Расстояние между заголовком основных разделов и текстом должно иметь дополнительный интервал. Текст печатается на одной стороне листа (формат А 4). Размер шрифта — 14; текст набирать через 1,5 интервала.

IV. Оформление списка литературы.

При оформлении списка литературы не обязательно разбивать его на книжные, периодические и электронные издания, можно указать все источники подряд, расположив их в алфавитном списке по первым буквам фамилий авторов (обычно библиографическое описание начинается с фамилии).

Книги

Для книг нужно указать следующие данные: Автор (авторы), Название, Город и название издательства, год издания, количество страниц, ISBN.

Выглядеть это должно так:

Ахтямов М.К., Лихолетов В.В. Инновационный потенциал вузов в системе формирования конкурентоспособной предпринимательской

среды региона: монография. – М.: Креативная экономика, 2008. – 352 с.: ил. ISBN 978-5-91292-036-3

Проще всего посмотреть оборот титульного листа книги, на котором приводится правильная библиографическая запись. Обычно она расположена рядом с кодами УДК и ББК. Если книги под рукой нет, поищите ее в интернет-магазинах вроде Ozon.ru или просто в Яндексе.

Периодические издания (журналы)

Для статьи из журнала нужно указать авторов статьи, название статьи, название журнала, год и номер выпуска. Можно указать страницы начала и окончания статьи.

Пример оформления:

Мельников О.Н., Абрамов Е.Г. Почему самые важные активы современных предприятий до сих пор остаются неучтенными? // Российское предпринимательство -2006 – № 6 – с. 55-59.

Электронные источники

Для электронных источников нужно указать практически те же данные, что и для журналов: автор, название статьи, название сайта (или раздела сайта), адрес URL и дату обращения. В записи обязательно должен присутствовать текст [Электронный ресурс]

Например:

С. Попов. Финансовая отчетность в эпоху экономики знаний. // Библиотека Креативной экономики. – 2005. [Электронный ресурс]. URL: <http://creativeconomy.ru/library/prd93.php> (дата обращения 07.04.2009).

Указывайте не только имя сайта, а всю ссылку полностью, чтобы страницу можно было найти.

Если статья взята из электронного журнала, зарегистрированного в базе данных Информрегистр, то необходимо также указать уникальный шифр статьи, обычно он приводится в каждой статье из такого журнала.

Указывайте адрес страницы полностью, недостаточно указать только адрес сайта. Главный принцип описания – источник должно быть просто найти.

С 1 января 2008 года оформление библиографических ссылок всех типов регламентируется ГОСТ Р 7.0.5-2008. По этой ссылке доступен полный текст документа.

Самостоятельная работа студентов и обучающихся

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

1. Подготовка докладов по темам:

- Факторы, способствующие укреплению здоровья.
- Табачный дым и его составные части.
- Курение и его влияние на состояние здоровья
- Влияние курения на нервную систему и сердечнососудистую систему.
- Пассивное курение и его влияние на здоровье.

2. Домашнее задание: изучить материал тем раздела Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья

Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

1. Подготовка докладов по темам:

- РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.
- Гражданская оборона основные направления, основные понятия.
- Защитные сооружения гражданской обороны

2. Домашнее задание: изучить материал темы

Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.

Дезактивация. Дегазация. Дезинфекция. Дератизация. Дезинсекция. Демеркуризация.

Изучение законодательства РФ: ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Правила поведения в защитных сооружениях.

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

1. Подготовка докладов по темам:

- Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии
- Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации.

Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России.

Добровольная подготовка граждан к военной службе.

Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования

2. Домашнее задание: изучить материал «Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года». (Утверждена Указом Президента РФ от 12 мая 2009 года № 537)

Женевская конвенция 1949 года «О защите жертв войны»; Гагская конвенция 1954 года «О культурных ценностях»;

Конвенция 1980 года «О запрещении использования некоторых видов обычных вооружений».

Выполнение реферата по теме:

- «Они служили Отечеству»;
- «Их имена – наша Слава».

Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

1. Подготовка докладов по темам:

- Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.
- Правовые аспекты взаимоотношения полов.
- Брак и семья. Культура брачных отношений
- Основные функции семьи. Права и обязанности родителей.

2. Домашнее задание: изучить материал темы

Основы семейного права в Российской Федерации.

Конвенция ООН «О правах ребенка».

Литература

Основные источники:

- «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 10кл. общеобразовательных учреждений. Под общей редакцией А.Т.Смирнова. Рекомендовано Министерством образования и науки РФ. 2-е издание. Москва «Просвещение» 2016.
- «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 11кл. общеобразовательных учреждений. Под общей редакцией А.Т.Смирнова. Рекомендовано Министерством образования и науки РФ. 7-е издание переработанное. Москва «Просвещение» 2016.

- «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». Учебник для учащихся 10-11 кл. общеобразовательных учреждений. Под общей редакцией А.Т.Смирнова. Допущено Министерством образования РФ. 2-е издание исправленное и дополненное. Москва «Просвещение» 2016.

Интернет-ресурсы

- <http://mon.gov.ru/> Министерство образования и науки Российской Федерации
- <http://www.ed.gov.ru/>
- Документы и материалы Федерального агентства по образованию
- Документы и материалы деятельности федерального агентства по образованию
- <http://www.beluno.ru/new/>
- Сайт департамента образования, культуры и молодежной политики Белгородской области
- <http://www.edu.ru/>
- <http://www.school.edu.ru/>
- Федеральный портал "Российское образование"
- <http://window.edu.ru/window>
- Каталог образовательных Интернет-ресурсов; Законодательство (образование, наука, культура, физическая культура); Нормативные документы системы образования; Государственные образовательные стандарты; Глоссарий (образование, педагогика);