

**Приложение ПССЗ/ПКРС по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения
2023-2024 уч.г.: Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов по
учебной дисциплине ОУД.10 Основы безопасности жизнедеятельности**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АЛЕКСЕЕВСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов

по учебной дисциплине

**ОУД.10 Основы безопасности жизнедеятельности
для специальности
40.02.01 Право и организация социального обеспечения**

Алексеевка – 2023

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов разработаны на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО), утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 (с изменениями и дополнениями от: 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г., 24 сентября, 11 декабря 2020 г., 12 августа 2022 г.); положений Федеральной образовательной программы среднего общего образования, утвержденной Приказом Министерства просвещения РФ от 23 ноября 2022 г. № 1014, с учетом Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 508 от 12 мая 2014 года.

Составитель:

Косинова Е.А., преподаватель ОГАПОУ «Алексеевский колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ	5
2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ	9
3. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	13

ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине ОУД.10 Основы безопасности жизнедеятельности специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения определяют содержание самостоятельной работы обучающихся, ее назначение, формы организации и виды контроля.

Контролируемая самостоятельная работа направлена на углубление и закрепление знаний студента, развитие аналитических навыков по проблематике учебного предмета.

Самостоятельная работа обучающихся, рассматривается как управляемая преподавателями (без их прямого участия) система организационно-педагогических условий, направленная на освоение практического опыта, умений и знаний в рамках предметов, дисциплин, междисциплинарных курсов по специальностям и профессиям в соответствии с ФГОС СПО.

Для обучающегося самостоятельная работа - способ активного, целенаправленного освоения, без непосредственного участия преподавателя, новых знаний, умений и опыта, личностных результатов, закладывающих основания в становлении профессиональных и общих компетенций, требуемых ФГОС СПО по специальности.

В рамках выполнения самостоятельной работы обучающийся должен владеть способами предметной деятельности: уметь понимать предложенные преподавателем цели, формулировать их самому; моделировать собственную деятельность и программировать ее; уметь оценивать конечные и промежуточные результаты своих действий; корректировать деятельность, иметь личностную готовность (высокий уровень самосознания, адекватность самооценки, рефлексивность мышления, самостоятельность, организованность, целенаправленность личности, сформированность волевых качеств) саморегуляции.

Целью самостоятельной работы обучающихся является:

- 1) формирование личностных результатов, общих и профессиональных компетенций;
- 2) формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;

3) формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации;

4) углубление и расширение теоретических знаний;

5) систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;

6) развитие познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности.

Основными формами самостоятельной работы обучающихся являются подготовка сообщений и опорных конспектов.

В соответствии с рабочей программой на самостоятельную учебную работу обучающегося отводится 28 часов.

1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Вид заданий	Формы отчётности
	Модуль № 1. Основы комплексной безопасности.	7		
1	Тема 1.1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе	1	Составить сообщения по теме «Эволюция среды обитания, переход к техносфере»	Сообщение
2	Тема 1.2. Явные и скрытые опасности современных развлечений молодёжи	1	Составить сообщение по теме: «Как не стать жертвой информационной войны»	Сообщение
3	Тема 1.3. Безопасность на транспорте	2	Подготовка устного сообщения «Я - пешеход»	Конспект
4	Тема 1.4. Источники опасности в быту	2	Подготовить конспект «Безопасное поведение в быту» «Правила вызова основных экстренных служб» «Безопасность человека в условиях пожара» «Безопасность человека в условиях взрыва»	Конспект

5	Тема 1.5. Информационная и финансовая безопасность.	1	Подготовить конспект «Защита прав потребителя, в том числе при совершении покупок в Интернете»	Конспект
	Модуль № 2. "Основы обороны государства".	3		
6	Тема 2.1. Правовые основы подготовки граждан к военной службе	1	Составить конспект: Допризывная подготовка.	Конспект
7	Тема 2.2. Вооружённые Силы Российской Федерации - гарант обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.	1	Составить конспект: Дни воинской славы (победные дни) России. Памятные даты России	Конспект
8	Тема 2.3. Структура Вооружённых Сил Российской Федерации.	1	Составить конспект: Современное состояние Вооружённых Сил Российской Федерации	Конспект
	Модуль № 3. Военно-профессиональная деятельность	1		
9	Тема 3.1. Традиции, ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	1	Составить конспект: Воинские символы и традиции Вооружённых Сил Российской Федерации. Ордена Российской Федерации - знаки отличия, почётные государственные награды за особые заслуги	Конспект
	Модуль № 4. Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций	6		

	чайных ситуаций.			
10	Тема 4.1. Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций	1	Подготовка устного сообщения «Правила вызова основных экстренных служб»	Сообщение
11	Тема 4.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1	Подготовить конспект «Безопасность человека в условиях пожара»	Конспект
12-13	Тема 4.3. Гражданская оборона и её основные задачи на современном этапе.	2	Подготовить конспект по понятиям: Вооружённый конфликт, война, военная безопасность, военная доктрина	Конспект
14-15	Тема 4.4. Инженерная защита населения и неотложные работы в зоне поражения	2	Подготовка устного сообщения «Правила поведения в защитных сооружениях» «Соблюдение мер безопасности при выполнении спасательных работ»	Сообщение
	Модуль № 5. Безопасность в природной среде и экологическая безопасность.	2		
15	Тема 5.1. Источники опасности в природной среде.	2	Подготовить конспект «Основные виды экологических знаков. Знаки, свидетельствующие об экологической чистоте товаров, а также о безопасности их для окружающей среды. Знаки, информирующие об экологически чистых способах утили-	Конспект

	Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах.		зации самого товара и его упаковки»	
	Модуль № 6. "Основы противодействия экстремизму и терроризму".	2		
16	Тема 6.1. Терроризм - крайняя форма экстремизма.	1	Подготовить конспект по теме «Факторы, способствующие вовлечению в террористическую и экстремистскую деятельность»	Конспект
		1	Подготовить сообщение «Действия при обнаружении подозрительного предмета, в котором может быть замаскировано взрывное устройство»	Сообщение
	Модуль № 7. Основы здорового образа жизни.	2		
17	Тема 7.1. Здоровый образ жизни как средство обеспечения благополучия личности	1	Подготовка устного сообщения «Влияние двигательной активности на здоровье человека» «Алкоголь и его влияние на здоровье человека»	Сообщение
18	Тема 7.2. Наркотизм - одна из главных угроз общественному здоровью	1	Составить конспект: «Факторы и привычки, разрушающие здоровье»	Конспект
	Модуль № 8. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи".	5		
19	Тема 8.1. Основы законодательства Рос-	1	Составить конспект: «Основные инфекционные заболевания и их профилактика»	Конспект

	сийской Федерации в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения.			
20	Тема 8.2. Первая помощь и правила её оказания. Реанимационные мероприятия.	1	Составить конспект: Составы аптечек для оказания первой помощи в различных условиях.	Конспект
21	Тема 8.3. Первая помощь при травмах и травматическом шоке	1	Самостоятельная работа обучающихся: Подготовка устного сообщения «Жизнь без ВИЧ-инфекции»	Сообщение
22	Тема 8.4. Первая помощь при ранениях	1	Составить конспект: Кровотечения наружные и внутренние.	Конспект
23	Тема 8.5. Первая помощь при утоплении. Первая помощь при ожогах. Первая помощь при отравлениях.	1	Составить конспект: Первая помощь при пищевых отравлениях и отравлениях угарным газом, бытовой химией	Конспект
	Всего:	28		

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

2.1. Методические рекомендации по подготовке конспектов

Конспект – способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи. Поэтому умение составлять план, тезисы, делать выписки и другие записи определяет и технологию составления конспекта.

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта.

2. Выделите главное, составьте план.

3. Кратко сформулируйте основные положения текста.

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства.

При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля.

Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

Критерии оценки конспекта

- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- правильность и полнота использования источников.

2.2. Методические рекомендации по подготовке сообщений

При подготовке сообщения (доклада) целесообразно воспользоваться следующими рекомендациями:

Уясните для себя суть темы, которая вам предложена.

Подберите необходимую литературу (старайтесь пользоваться несколькими источниками для более полного получения информации).

Тщательно изучите материал учебника по данной теме, чтобы легче ориентироваться в необходимой вам литературе и не сделать элементарных ошибок.

Изучите подобранный материал (по возможности работайте карандашом, выделяя самое главное по ходу чтения).

Составьте план сообщения (доклада).

Напишите текст сообщения (доклада).

Выбирайте только интересную и понятную информацию. Не используйте неясные для вас термины и специальные выражения.

Не делайте сообщение очень громоздким.

При оформлении доклада используйте только необходимые, относящиеся к теме рисунки и схемы.

Прочитайте написанный текст заранее и постарайтесь его пересказать, выбирая самое основное.

Говорите громко, отчётливо и не торопитесь. В особо важных местах делайте паузу или меняйте интонацию – это облегчит её восприятие для слушателей.

Искусство устного выступления состоит не только в отличном знании предмета речи, но и в умении преподнести свои мысли и убеждения правильно и упорядоченно, красноречиво и увлекательно.

Любое устное выступление должно удовлетворять трем основным критериям, которые в конечном итоге и приводят к успеху: это критерий правильности, т.е. соответствия языковым нормам, критерий смысловой адекватности, т.е. соответствия содержания выступления реальности, и критерий эффективности, т.е. соответствия достигнутых результатов поставленной цели.

Работу по подготовке устного выступления можно разделить на два основных этапа: докоммуникативный этап (подготовка выступления) и коммуникативный этап (взаимодействие с аудиторией).

Работа по подготовке устного выступления начинается с формулировки темы. Лучше всего тему сформулировать таким образом, чтобы ее первое слово обозначало наименование полученного в ходе выполнения проекта научного результата. Тема выступления не должна быть перегруженной, нельзя «объять необъятное», охват большого количества вопросов приведет к их беглому перечислению, к декларативности вместо глубокого анализа. Неудачные формулировки - слишком длинные или слишком краткие и общие, очень банальные и скучные, не содержащие проблемы, оторванные от дальнейшего текста и т.д.

Само выступление должно состоять из трех частей – вступления (10-15% общего времени), основной части (60-70%) и заключения (20-25%).

Вступление включает в себя представление авторов (фамилия, имя отчество, при необходимости место учебы/работы, статус), название доклада, расшифровку подзаголовка с целью точного определения содержания выступления, четкое определение стержневой идеи. Стержневая идея проекта понимается как основной тезис, ключевое положение. Стержневая идея дает возможность задать определенную тональность выступлению. Сформулировать ос-

новой тезис означает ответить на вопрос, зачем говорить (цель) и о чем говорить (средства достижения цели).

Требования к основному тезису выступления:

фраза должна утверждать главную мысль и соответствовать цели выступления;

суждение должно быть кратким, ясным, легко удерживаться в кратковременной памяти;

мысль должна пониматься однозначно, не заключать в себе противоречия.

План развития основной части должен быть ясным. Должно быть отобрано оптимальное количество фактов и необходимых примеров.

Если использование специальных терминов и слов, которые часть аудитории может не понять, необходимо, то постарайтесь дать краткую характеристику каждому из них, когда употребляете их в процессе презентации впервые.

Самые частые ошибки в основной части доклада - выход за пределы рассматриваемых вопросов, перекрывание пунктов плана, усложнение отдельных положений речи, а также перегрузка текста теоретическими рассуждениями, обилие затронутых вопросов (декларативность, бездоказательность), отсутствие связи между частями выступления, несоразмерность частей выступления (затянутое вступление, скомканность основных положений, заключения).

В заключении необходимо сформулировать выводы, которые следуют из основной идеи (идей) выступления. Правильно построенное заключение способствует хорошему впечатлению от выступления в целом. В заключении имеет смысл повторить стержневую идею и, кроме того, вновь (в кратком виде) вернуться к тем моментам основной части, которые вызвали интерес слушателей. Закончить выступление можно решительным заявлением. Вступление и заключение требуют обязательной подготовки, их труднее всего создавать на ходу.

Психологи доказали, что лучше всего запоминается сказанное в начале и в конце сообщения («закон края»), поэтому вступление должно привлечь внимание слушателей, заинтересовать их, подготовить к восприятию темы, ввести в нее (не вступление важно само по себе, а его соотнесение с остальными частями), а заключение должно обобщить в сжатом виде все сказанное, усилить и сгустить основную мысль, оно должно быть таким, «чтобы слушатели почувствовали, что дальше говорить нечего».

Подготовка сообщения

Подготовка информационного сообщения – это вид внеаудиторной самостоятельной работы по подготовке небольшого по объёму устного сообщения для озвучивания на учебном занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несёт новизну, отражает современный взгляд по определённым проблемам.

Сообщение отличается от докладов и рефератов не только объёмом информации, но и её характером – сообщения дополняют изучаемый вопрос фак-

тическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию).

Регламент времени на озвучивание сообщения – до 5 мин.

Роль преподавателя: определить тему и цель сообщения; определить место и сроки подготовки сообщения; оказать консультативную помощь при формировании структуры сообщения; рекомендовать базовую и дополнительную литературу по теме сообщения; оценить сообщение в контексте занятия.

Роль студента: собрать и изучить литературу по теме; составить план или графическую структуру сообщения; выделить основные понятия; ввести в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения; оформить текст письменно; сдать на контроль преподавателю и озвучить в установленный срок.

Критерии оценки: актуальность темы; соответствие содержания теме; глубина проработки материала; грамотность и полнота использования источников; наличие элементов наглядности.

Объем сообщения – 1-2 страниц текста.

Этапы работы над сообщением.

1. Подбор и изучение основных источников по теме, указанных в данных рекомендациях.

2. Составление списка используемой литературы.

3. Обработка и систематизация информации.

4. Написание сообщения.

5. Публичное выступление и защита сообщения.

3. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

перечень учебных изданий, электронных изданий, электронных и Интернет-ресурсов, образовательных платформ, электронно-библиотечных систем, веб-систем для организации дистанционного обучения и управления им, используемые в образовательном процессе как основные и дополнительные источники.

Основные источники

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - М.: ИЦ Академия, 2020 -368 с.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс:учебник /Б.О.Хренников, Н.В.Гололобов - М.:Просвещение,2023-384 с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс:учебник /Б.О.Хренников, Н.В.Гололобов - М.:Просвещение,2023-320 с.
4. Основы безопасности жизнедеятельности.10-11 класс. Учебник/Ким С.В., Горский В.А.- М.: Вентана-Граф ,2020- 400 с.

Дополнительные источники

1. Смирнов А.Г. Основы безопасности жизнедеятельности. – М.: Просвещение, 2007
2. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. – № 5.

Электронные издания (электронные ресурсы):

Цифровая образовательная среда СПО PROФобразование:

Электронно-библиотечная система:

IPR BOOKS - <http://www.iprbookshop.ru/78574.html>

Веб-система для организации дистанционного обучения и управления им:

Система дистанционного обучения ОГАПОУ «Алексеевский колледж»
<http://moodle.alcollege.ru/>