

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
«ПОВОЛЖСКИЙ СТРОИТЕЛЬНО-ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
им. П. МАЧНЕВА»

**Методические указания по выполнению внеаудиторных самостоятельных
работ по дисциплине**

Основы безопасности жизнедеятельности

программ подготовки специалистов среднего звена
по специальностям

23.02.04 Техническая эксплуатация подъемно-транспортных, строительных, дорожных машин и оборудования (строительство)

22.02.06 Сварочное производство

23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (строительство)

08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений

15.02.06 Монтаж и техническая эксплуатация холодильно-компрессорных машин и установок (сервис)

Самара
2017

Рассмотрено на заседании
МК социально-экономических и
гуманитарных дисциплин
Председатель: Лопатина О.М.
протокол № _1_ «_28_» __08__ 2017 г.

Организация-разработчик: ГАПОУ «ПСЭЖ им.П.Мачнева»

Разработчик:

Николаев С.Д., преподаватель ГАПОУ «ПСЭЖ им.П.Мачнева»

Введение

Внеаудиторная самостоятельная работа – организованная планируемая учебная, учебно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеурочное время по заданию и при управлении преподавателем, но без его непосредственного участия.

Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся, творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации;
- формирования общих и профессиональных компетенций;
- развития исследовательских умений.

Пояснительная записка

Методические указания по выполнению внеаудиторных самостоятельных работ учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначены для подготовки студентов по специальностям.

В результате освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен обладать следующими образовательными *результатами*:

• личностными:

ОРЛ 1 -развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

ОРЛ 2 - готовность к служению Отечеству, его защите;

ОРЛ 3 - формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

ОРЛ 4 - исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

ОРЛ 5 - воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

ОРЛ 6 - освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• метапредметными:

ОРМ 1 - 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;

ОРМ 2 - 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;

ОРМ 3 - формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

ОРМ 4 - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

ОРМ 5 - развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

ОРМ 6 - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

ОРМ 7 - формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

ОРМ 8 - 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;

ОРМ 9 - формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

ОРМ 10 - развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

ОРМ 11 - освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

ОРМ 12 - приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

ОРМ 13 - формирование установки на здоровый образ жизни;

ОРМ 14 - развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• предметными:

ОРП 1 - 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;

ОРП 2 - получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

ОРП 3 - сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

ОРП 4 - сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

ОРП 5 - освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

ОРП 6 - освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

ОРП 7 - развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

ОРП 8 - формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных

ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

ОРП 9 - 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;

ОРП 10 - 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;

ОРП 11 - освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

ОРП 12 - 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;

Критерии оценки результатов самостоятельной работы

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся являются:

- уровень освоения учебного материала;
- уровень умения использовать теоретические знания при выполнении самостоятельных и практических задач;
- уровень умения активно использовать электронные образовательные ресурсы, находить требующуюся информацию, изучать ее и применять на практике;
- обоснованность и четкость изложения материала;
- оформление материала в соответствии с установленными требованиями;
- уровень умения ориентироваться в потоке информации, выделять главное;
- уровень умения четко сформулировать проблему, предложив ее решение, критически оценить решение и его последствия;
- уровень умения определить, проанализировать альтернативные возможности, варианты действий;
- уровень умения сформулировать собственную позицию, оценку и аргументировать ее.

Перечень внеаудиторной самостоятельной работы

Наименование разделов	Вид внеаудиторной самостоятельной работы	Количество часов на внеаудиторную самостоятельную работу (ВСР)
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет. Подготовка доклада: «Факторы, влияющие на здоровье»	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет. Подборка материалов для реферата: «Влияние физической культуры на здоровье подростка».	1
	Работа со средствами массовой информации. Подборка материалов по борьбе со спайсами и курительными смесями	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет. Подборка материалов для сообщения: «Влияние различных видов спорта на формирование физических данных человека»	1
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Работа со СМИ – подготовка тематического обзора «Новости недели о чрезвычайных ситуациях различного характера»	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет. Подборка материалов для выступления по теме «Мои обязанности в условиях ЧС»	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет. Подборка материалов для выступления по теме «Роль РСЧС в современных условиях»	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернетс целью анализа информации о месте ПСЭК в системе ГО	1
	Разработка алгоритма действий по организации эвакуационных работ в случае возникновения ЧС (оповещение и информирование населения в	1

	мирное и военное время).	1
	Разработка алгоритма действий по проведению эвакуационных работ в случае возникновения ЧС.	
	Анализ правил поведения во время эвакуации населения.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью ознакомления с требованиями по организации гражданской обороны в образовательном учреждении.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью сбора материалов для презентации «Памяти жертв террора»	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью подготовки доклада: «Плюсы и минусы современной российской медицины»	
Раздел 3. Основа обороны государства и воинская обязанность	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью подготовки доклада «Великие русские полководцы»	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью ознакомления с новыми родами и видами войск.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью ознакомления с требованиями к воинской обязанности в Конституции РФ и других законодательных актах	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью ознакомления с ВУСами, получаемыми в ПСЭК им. П. Мачнева.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью более полного ознакомления с будущими обязанностями военнослужащих по различным военно-учётным специальностям.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет для получения информации о преимуществах, получаемых после службы в армии при дальнейшем трудоустройстве.	1
		1

	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью определения плюсов и минусов альтернативной службы.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет с целью дополнительного ознакомления с особенностями воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет для анализа «Дисциплинарного устава» ВС РФ	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет для составления списка высших военных образовательных учреждений, близких к специальностям, получаемым в ПСЭК им. П. Мачнева.	2
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, использование Интернет для подготовки эссе «Мой дед в строю «Бессмертного полка».	
	Тренировки в выполнении строевых приёмов на месте и в движении.	
Раздел 4. Основы медицинских знаний	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, в Интернет для более полного ознакомления с пакетом документов, направленных на защиту жизни и здоровья граждан РФ.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, в Интернет для определения видов травм, чаще всего получаемых при работе по специальности, получаемой в ПСЭК им. П. Мачнева	1
	Тренировки в оказании первой помощи при ранениях и кровотечениях.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, в Интернет для определения пользы или вреда летнего загара.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, в Интернет для ознакомления с народными средствами, применяемыми при отморожениях..	1
	Тренировки в оказании первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата, нарушениях сердечно-сосудистой системы.	1
	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, в Интернет для ознакомления материалами, направленными на профилактику инфекционных заболеваний, передаваемых половым путём.	

	Работа с учебниками, литературой в библиотеке, в Интернет с целью выявления мнений учащихся к здоровому образу жизни.	1
ИТОГО		35

Как правильно использовать при выполнении самостоятельных работ интернет-источники (некоторые указания)

Несмотря на то, что сегодня Интернет прочно вошел в жизнь российской молодежи, большинство учащихся испытывают затруднения в поиске нужных материалов для выполнения письменной (устной) работы. Нередко время на поиск информации расходуется неэффективно, а собранный материал не всегда может соответствовать требуемому заданию (задаче) как по смыслу, так и по содержанию. Можно ли каким-то образом упорядочить свои действия и преодолеть возникшие трудности? Что для этого следует знать. Во-первых, необходимо четко усвоить, что в сегодня в Интернете есть ответ практически на любой вопрос. Исключения могут быть, но они крайне редки. Во-вторых, важно четко представлять, какую именно информацию необходимо собрать. Если, например, необходимо найти материал для выполнения самостоятельной работы по теме «Среди моих предков были награжденные орденами и медалями нашей страны», то данные по истории той или иной награды может быть и излишне предоставлять.

Всем известно, что поиск информации в Интернете осуществляется через специальные сайты-поисковики, среди которых всем известные и более всего применяемые Яндекс, Mail, Google. И хотя они обладают своими некоторыми особенностями, особых рекомендаций по выбору того или иного электронного ресурса для подготовки работ пожалуй нет. Так, благодаря поиску информации на сайте Яндекс возможен учет русской морфологии при формировании запроса, осуществляется подсветка найденных документов, показ контекстов. В то же время поисковик Google может находить информацию на 117 языках. **Помните!** 1. Для нахождения интересующей вас информации, при оформлении запроса на любом поисковике Вам следует вводить максимально конкретные ключевые слова

2. Если появляются сложности при поиске информации о предмете исследования попробуйте следует подобрать синонимы для ключевых слов. Например, если по самостоятельной работе, касающейся реформирования вооруженных сил вас не устроит информация, полученная по запросу «Военная доктрина», то можно попробовать поискать материал по ключевым словам «концепция развития вооруженных сил».

3. Вполне может возникнуть ситуация, когда в Рунете (т.е. русско-язычном Интернет-пространстве) невозможно найти необходимую информацию, например об особенностях современных средств индивидуальной защиты (в целом защиты населения) в тех или иных странах. Здесь нельзя забывать о том, что некоторые поисковики имеют прекрасную возможность перевода текста (н., прекрасные возможности перевода могут быть обеспечены при использовании функций сайта Google).

4. В настоящее время практически все преподаватели смирились с возможностями и бесспорно заметными преимуществами Интернета и поэтому практически все позволяют использовать Интернет-источники в самостоятельных и практических работах студентов. Но при этом следует обратить внимание на некоторые правила, скажем так, «хорошего тона». Безусловно, не следует списывать с Интернет готовые работы. Ознакомление, анализ, знакомство с представленными идеями – всё это возможно. Кроме этого, на всё найденные в Иетернете и применяемые вами в работе тексты должны быть ссылки. Единые стандарты для оформления ссылок пока нет, но некоторые требования по отдельным учебным заведениям существуют (включая СТГХСТ им. П. Мачнева). Например: "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера" от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ[Текст]// Собрание законодательства Российской Федерации от 26 декабря 1994 г. N 35 ст. 3648; Хроники катастроф: чудеса света и природы. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://chronicl.chat.ru/security.htm> и т.д). Встречаются достаточно близкие к вышеуказанной ссылке указания по оформлению описания электронных ресурсов: н., Астахова И.А. Авторская воспитательная программа "Радуга" [Электронный ресурс]. - Режим доступа: festival1september.ru/articles/619288/ (10.03.2012). Здесь важно то, что в данном случае после наименования статьи, размещенной на сайте, в квадратных скобках указывается словосочетание [Электронный ресурс], которое выступает общим обозначением материала источника. После фразы "режим доступа" указывается подробный адрес страницы сайта в сети Интернет. В завершении описания источника рекомендуется разместить в скобках дату, когда сайт посещался автором. Необходимость указания даты обусловлена тем, что интернет-сайты подвержены изменениям с течением времени: создатели сайта могут переместить приведенную статью на другую страницу или вообще удалить сайт в случае необходимости.

5. Нередко встречается ситуация, когда возникают сложности с установлением автора предложенного текста, схемы, изображения (рисунка, фотографии). В этом случае следует быть очень внимательным, так как здесь появляется высокая вероятность встречи с определенными ошибками, неточностями или даже откровенными историческими или научными ошибками. Кроме этого, можно допустить и специальное размещение подобных материалов. *Первоначальные шаги при выполнении письменных работ и стратегия их написания прекрасно описаны в сайте [http://studme.org/1288101713119/dokumentovedenie/kak pravilno ispolzovat rabote internet-istochniki](http://studme.org/1288101713119/dokumentovedenie/kak_pравilno_ispolzovat_rabote_internet-istochniki) . И хотя указания представлены для студентов ВУЗов, многое из этого подходит и для Среднего профессионального образования., который мы представляем без изменений.*

Как придумать основу для работы

В начале работы хорошо выбрать стратегию для написания всего текста в целом. Стратегия - это долговременное планирование нашей трудовой деятельности при написании реферата, курсовой или дипломной работы. Это не так сложно, как кажется на первый взгляд. Стратегию написания не надо фиксировать в самой работе, достаточно того, чтобы она существовала в вашем сознании. Всего стратегий может быть две:

1. *Стратегия "скульптора"*. Как скульптор берет камень, материал, задумывает статую и воплощает ее в жизнь путем отсечения лишнего, так и автор письменной работы, беря за основу значительные массивы текста, отсекает все лишнее и оставляет суть темы. В искусстве настоящими шедеврами становятся те произведения искусства, в которых нет постороннего. Точно так же и при создании письменных работ: наиболее ценны работы по сути - "без воды". Здесь возникает проблема: а какие материалы следует убрать? Убирать лучше ту информацию, которая носит характер описания, придания художественных черт объекту исследования (см. подробнее § 5.4 "Как избежать стилистических и грамматических ошибок"). Текст реферата, курсовой или дипломной работы, должен соответствовать научному стилю изложения. Лишними в нем являются повторы одного и того же разными словами. **Совет:** разбейте работу над письменным заданием на несколько этапов: 1) составление плана, работа над крупными структурными компонентами; 2) оттачивание деталей работы; 3) проверка ошибок и логических несоответствий.

2. *Стратегия "нанотехнологий"*. Назовем стратегию этим модным сегодня словом. Суть нанотехнологий достаточно проста. Приведем следующий пример. Для того чтобы создать железную деталь, сегодня нам нужно добыть огромный массив железной руды, обогатить эту руду, очистить железо от примесей, добавить в него определенные примеси, расплавить и отлить деталь. Суть нанотехнологий обратна: путем контролируемого манипулирования отдельными атомами и молекулами, их правильного соединения создаются молекулы железа, которые, соединяясь, рожают сам металл, используемый затем в производственных целях. Первый путь очень трудоемок, второй - наукоемок, сложен, неповторим. Точно так же и с письменной работой: из мельчайших фактов, отдельных идей при их грамотном соединении можно создать великолепную научную работу. Но здесь возникает иная проблема: какие факты и материалы следует отобрать для работы? Это должны быть материалы, опять же максимально отражающие суть исследуемого явления или процесса, актуальные, ценные для раскрытия темы. После мысленного определения стратегии написания работы необходимо составить ее план, в соответствии с которым и должен набираться текст. Подробнее о плане рассказано в § 2.1 "Как составить план работы". Таким образом, в зависимости от того, сколько материалов имеется в наличии, можно или подбирать материал для работы, или отсекал лишние части текста.

Методические указания по подготовке презентации

Компьютерную презентацию, сопровождающую выступление докладчика, удобнее всего подготовить в программе MS PowerPoint. Презентация как документ представляет собой последовательность сменяющих друг друга слайдов - то есть электронных страничек, занимающих весь экран монитора (без присутствия панелей программы). Чаще всего демонстрация презентации проецируется на большом экране, реже – раздается собравшимся как печатный материал. Количество слайдов адекватно содержанию и продолжительности выступления (например, для 5-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов).

На первом слайде обязательно представляется тема выступления и сведения об авторах. Следующие слайды можно подготовить, используя две различные стратегии их подготовки:

1 стратегия: на слайды выносятся опорный конспект выступления и ключевые слова с тем, чтобы пользоваться ими как планом для выступления. В этом случае к слайдам предъявляются следующие требования:

- объем текста на слайде – не больше 7 строк;
- маркированный/нумерованный список содержит не более 7 элементов;
- отсутствуют знаки пунктуации в конце строк в маркированных и нумерованных списках;
- значимая информация выделяется с помощью цвета, кегля, эффектов анимации.

Особо внимательно необходимо проверить текст на отсутствие ошибок и опечаток. Основная ошибка при выборе данной стратегии состоит в том, что выступающие заменяют свою речь чтением текста со слайдов.

2 стратегия: на слайды помещается фактический материал (таблицы, графики, фотографии и пр.), который является уместным и достаточным средством наглядности, помогает в раскрытии стержневой идеи выступления. В этом случае к слайдам предъявляются следующие требования:

- выбранные средства визуализации информации (таблицы, схемы, графики и т. д.) соответствуют содержанию;
- использованы иллюстрации хорошего качества (высокого разрешения), с четким изображением (как правило, никто из присутствующих не заинтересован вчитываться в текст на ваших слайдах и всматриваться в мелкие иллюстрации);

Максимальное количество графической информации на одном слайде – 2 рисунка (фотографии, схемы и т.д.) с текстовыми комментариями (не более 2 строк к каждому). Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана.

Основная ошибка при выборе данной стратегии – «соревнование» со своим иллюстративным материалом (аудитории не предоставляется достаточно

времени, чтобы воспринять материал на слайдах). Обычный слайд, без эффектов анимации должен демонстрироваться на экране не менее 10 - 15 секунд. За меньшее время присутствующие не успеют осознать содержание слайда. Если какая-то картинка появилась на 5 секунд, а потом тут же сменилась другой, то аудитория будет считать, что докладчик ее подгоняет. Обратного (позитивного) эффекта можно достигнуть, если докладчик пролистывает множество слайдов со сложными таблицами и диаграммами, говоря при этом «Вот тут приведен разного рода *вспомогательный* материал, но я его хочу пропустить, чтобы не перегружать выступление подробностями». Правда, такой прием делать в *начале* и в *конце* презентации – рискованно, оптимальный вариант – в середине выступления.

Если на слайде приводится сложная диаграмма, ее необходимо предварить вводными словами (например, «На этой диаграмме приводится то-то и то-то, зеленым отмечены показатели А, синим – показатели Б»), с тем, чтобы дать время аудитории на ее рассмотрение, а только затем приступить к ее обсуждению. Каждый слайд, в среднем должен находиться на экране не меньше 40 – 60 секунд (без учета времени на случайно возникшее обсуждение). В связи с этим лучше настроить презентацию не на автоматический показ, а на смену слайдов самим докладчиком.

Особо тщательно необходимо отнестись к *оформлению презентации*. Для всех слайдов презентации по возможности необходимо использовать один и тот же шаблон оформления, кегль – для заголовков - не меньше 24 пунктов, для информации - не менее 18. В презентациях не принято ставить переносы в словах.

Подумайте, не отвлекаете ли вы слушателей своей же презентацией? Яркие краски, сложные цветные построения, излишняя анимация, выпрыгивающий текст или иллюстрация — не самое лучшее дополнение к научному докладу. Также нежелательны звуковые эффекты в ходе демонстрации презентации. Наилучшими являются контрастные цвета фона и текста (белый фон – черный текст; темно-синий фон – светло-желтый текст и т. д.). Лучше не смешивать разные типы шрифтов в одной презентации. Рекомендуется не злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже).

Неконтрастные слайды будут смотреться тусклыми и невыразительными, особенно в светлых аудиториях. Для лучшей ориентации в презентации по ходу выступления лучше пронумеровать слайды. Желательно, чтобы на слайдах оставались поля, не менее 1 см с каждой стороны. Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями). Использовать встроенные эффекты анимации можно только, когда без этого не обойтись (например, последовательное появление элементов диаграммы). Для акцентирования внимания на какой-то конкретной информации слайда можно воспользоваться лазерной указкой.

Диаграммы готовятся с использованием мастера диаграмм табличного процессора MS Excel. Для ввода числовых данных используется числовой

формат с разделителем групп разрядов. Если данные (подписи данных) являются дробными числами, то число отображаемых десятичных знаков должно быть одинаково для всей группы этих данных (всего ряда подписей данных). Данные и подписи не должны накладываться друг на друга и сливаться с графическими элементами диаграммы. Структурные диаграммы готовятся при помощи стандартных средств рисования пакета MS Office. Если при форматировании слайда есть необходимость пропорционально уменьшить размер диаграммы, то размер шрифтов реквизитов должен быть увеличен с таким расчетом, чтобы реальное отображение объектов диаграммы соответствовало значениям, указанным в таблице. В таблицах не должно быть более 4 строк и 4 столбцов — в противном случае данные в таблице будет просто невозможно увидеть. Ячейки с названиями строк и столбцов и наиболее значимые данные рекомендуется выделять цветом.

Табличная информация вставляется в материалы как таблица текстового процессора MS Word или табличного процессора MS Excel. При вставке таблицы как объекта и пропорциональном изменении ее размера реальный отображаемый размер шрифта должен быть не менее 18 pt. Таблицы и диаграммы размещаются на светлом или белом фоне.

Если Вы предпочитаете воспользоваться помощью оператора (что тоже возможно), а не листать слайды самостоятельно, очень полезно предусмотреть ссылки на слайды в тексте доклада ("Следующий слайд, пожалуйста...").

Заключительный слайд презентации, содержащий текст «Спасибо за внимание» или «Конец», вряд ли приемлем для презентации, сопровождающей публичное выступление, поскольку завершение показа слайдов еще не является завершением выступления. Кроме того, такие слайды, так же как и слайд «Вопросы?», дублируют устное сообщение. Оптимальным вариантом представляется повторение первого слайда в конце презентации, поскольку это дает возможность еще раз напомнить слушателям тему выступления и имя докладчика и либо перейти к вопросам, либо завершить выступление.

Для показа файл презентации необходимо сохранить в формате «Демонстрация PowerPoint» (Файл — Сохранить как — Тип файла — Демонстрация PowerPoint). В этом случае презентация автоматически открывается в режиме полноэкранного показа (slideshow) и слушатели избавлены как от вида рабочего окна программы PowerPoint, так и от потерь времени в начале показа презентации.

После подготовки презентации полезно проконтролировать себя вопросами:

- удалось ли достичь конечной цели презентации (что удалось определить, объяснить, предложить или продемонстрировать с помощью нее?);
- к каким особенностям объекта презентации удалось привлечь внимание аудитории?
- не отвлекает ли созданная презентация от устного выступления?

После подготовки презентации необходима репетиция выступления.

Критерии оценки презентации

Критерии оценки	Содержание оценки
1. Содержательный критерий	правильный выбор темы, знание предмета и свободное владение текстом, грамотное использование научной терминологии, импровизация, речевой этикет
2. Логический критерий	стройное логико-композиционное построение речи, доказательность, аргументированность
3. Речевой критерий	использование языковых (метафоры, фразеологизмы, пословицы, поговорки и т.д.) и неязыковых (поза, манеры и пр.) средств выразительности; фонетическая организация речи, правильность ударения, четкая дикция, логические ударения и пр.
4. Психологический критерий	взаимодействие с аудиторией (прямая и обратная связь), знание и учет законов восприятия речи, использование различных приемов привлечения и активизации внимания
5. Критерий соблюдения дизайн-эргономических требований к компьютерной презентации	соблюдены требования к первому и последним слайдам, прослеживается обоснованная последовательность слайдов и информации на слайдах, необходимое и достаточное количество фото- и видеоматериалов, учет особенностей восприятия графической (иллюстративной) информации, корректное сочетание фона и графики, дизайн презентации не противоречит ее содержанию, грамотное соотнесение устного выступления и компьютерного сопровождения, общее впечатление от мультимедийной презентации

Методические указания по выполнению реферата

Внеаудиторная самостоятельная работа в форме реферата является индивидуальной самостоятельно выполненной работой студента.

Содержание реферата

Реферат, как правило, должен содержать следующие структурные элементы:

1. титульный лист;
2. содержание;
3. введение;
4. основная часть;
5. заключение;
6. список использованных источников;
7. приложения (при необходимости).

Примерный объем в машинописных страницах составляющих реферата представлен в таблице.

Рекомендуемый объем структурных элементов реферата

Наименование частей реферата	Количество страниц
Титульный лист	1
Содержание (с указанием страниц)	1
Введение	2
Основная часть	15-20
Заключение	1-2
Список использованных источников	1-2
Приложения	Без ограничений

В содержании приводятся наименования структурных частей реферата, глав и параграфов его основной части с указанием номера страницы, с которой начинается соответствующая часть, глава, параграф.

Во введении дается общая характеристика реферата: обосновывается актуальность выбранной темы; определяется цель работы и задачи, подлежащие решению для её достижения; описываются объект и предмет исследования, информационная база исследования, а также кратко характеризуется структура реферата по главам.

Основная часть должна содержать материал, необходимый для достижения поставленной цели и задач, решаемых в процессе выполнения реферата. Она включает 2-3 главы, каждая из которых, в свою очередь, делится на 2-3 параграфа. Содержание основной части должно точно соответствовать теме проекта и полностью её раскрывать. Главы и параграфы реферата должны раскрывать описание решения поставленных во введении задач. Поэтому заголовки глав и параграфов, как правило, должны соответствовать по своей сути формулировкам задач реферата. Заголовок "ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ" в содержании реферата быть не должно.

Главы основной части реферата могут носить теоретический,

методологический и аналитический характер.

Обязательным для реферата является логическая связь между главами и последовательное развитие основной темы на протяжении всей работы, самостоятельное изложение материала, аргументированность выводов. Также обязательным является наличие в основной части реферата ссылок на использованные источники.

Изложение необходимо вести от третьего лица («Автор полагает...») либо использовать безличные конструкции и неопределенно-личные предложения («На втором этапе исследуются следующие подходы...», «Проведенное исследование позволило доказать...» и т.п.).

В заключении логически последовательно излагаются выводы, к которым пришел студент в результате выполнения реферата. Заключение должно кратко характеризовать решение всех поставленных во введении задач и достижение цели реферата.

Список использованных источников является составной частью работы и отражает степень изученности рассматриваемой проблемы. Количество источников в списке определяется студентом самостоятельно, для реферата их рекомендуемое количество от 10 до 20. При этом в списке обязательно должны присутствовать источники, изданные в последние 3 года, а также ныне действующие нормативно-правовые акты, регулирующие отношения, рассматриваемые в реферате.

В приложения следует относить вспомогательный материал, который при включении в основную часть работы загромождает текст (таблицы вспомогательных данных, инструкции, методики, формы документов и т.п.).

Оформление реферата

При выполнении внеаудиторной самостоятельной работы в виде реферата необходимо соблюдать следующие требования:

- на одной стороне листа белой бумаги формата А-4
- размер шрифта-14; Times New Roman, цвет - черный
- междустрочный интервал - одинарный
- поля на странице – размер левого поля – 2 см, правого- 1 см, верхнего- 2см, нижнего-2см.
- отформатировано по ширине листа
- на первой странице необходимо изложить план (содержание) работы.
- в конце работы необходимо указать источники использованной литературы
- нумерация страниц текста

Список использованных источников должен формироваться в алфавитном порядке по фамилии авторов. Литература обычно группируется в списке в такой последовательности:

1. законодательные и нормативно-методические документы и материалы;
2. специальная научная отечественная и зарубежная литература (монографии, учебники, научные статьи и т.п.);

3. статистические, инструктивные и отчетные материалы предприятий, организаций и учреждений.

Включенная в список литература нумеруется сплошным порядком от первого до последнего названия.

По каждому литературному источнику указывается: автор (или группа авторов), полное название книги или статьи, место и наименование издательства (для книг и брошюр), год издания, количество страниц; для журнальных статей указывается наименование журнала, год выпуска и номер, страницы. По сборникам трудов (статей) указывается автор статьи, ее название и далее название книги (сборника) и ее выходные данные.

Приложения следует оформлять как продолжение реферата на его последующих страницах.

Каждое приложение должно начинаться с новой страницы. Вверху страницы справа указывается слово "Приложение" и его номер. Приложение должно иметь заголовок, который располагается по центру листа отдельной строкой и печатается прописными буквами.

Приложения следует нумеровать порядковой нумерацией арабскими цифрами.

На все приложения в тексте работы должны быть ссылки. Располагать приложения следует в порядке появления ссылок на них в тексте.

Критерии оценки реферата

Срок сдачи готового реферата определяется утвержденным графиком.

В случае отрицательного заключения преподавателя студент обязан доработать или переработать реферат. Срок доработки реферата устанавливается руководителем с учетом сущности замечаний и объема необходимой доработки.

Реферат оценивается по системе:

Оценка "отлично" выставляется за реферат, который носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенный материал, с соответствующими обоснованными выводами.

Оценка "хорошо" выставляется за грамотно выполненный во всех отношениях реферат при наличии небольших недочетов в его содержании или оформлении.

Оценка "удовлетворительно" выставляется за реферат, который удовлетворяет всем предъявляемым требованиям, но отличается поверхностностью, в нем просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные выводы.

Оценка "неудовлетворительно" выставляется за реферат, который не носит исследовательского характера, не содержит анализа источников и подходов по выбранной теме, выводы носят декларативный характер.

Студент, не представивший в установленный срок готовый реферат по дисциплине учебного плана или представивший реферат, который был оценен на «неудовлетворительно», считается имеющим академическую задолженность и не допускается к сдаче дифференцированного зачета по данной дисциплине.

Алгоритмы действий в условиях чрезвычайной ситуации (при угрозе или осуществлении террористического акта)

Терроризм — это метод, посредством которого организованная группа или партия стремится достичь провозглашенных ею целей через систематическое использование насилия. Для нагнетания страха применяются такие методы террористических действий, как взрывы и поджоги жилых и административных зданий, магазинов, вокзалов, захват заложников, автобусов, угоны транспорта. Для предотвращения возможного террористического акта или уменьшения его последствий необходимо соблюдать следующие меры предосторожности: не трогайте в вагоне поезда (электрички, трамвая, троллейбуса, автобуса), подъезде дома или на улице (рынке, в общественных местах и т.д.) бесхозные пакеты (сумки, коробки и т.д.), не подпускайте к ним других. Сообщите о находке сотруднику милиции; в присутствии террористов не выражайте свое не удовольствие, воздержитесь от резких движений криков, стонов.

1. Указания по действиям населения в конкретных ситуациях

1.1. Действия в случае обнаружения подозрительного предмета, который может оказаться самодельным взрывным устройством. Если Вы обнаружили подозрительный предмет — ни в коем случае не оставляйте этот факт без внимания! Находясь в общественном транспорте, опросите окружающих Вас людей для того, чтобы получить информацию о его хозяине. Если таковой не установлен, немедленно сообщите о находке водителю общественного транспорта.

1.2. При обнаружении подозрительного предмета в подъезде своего дома опросите соседей. Возможно, он принадлежит кому-то из них. Если владелец предмета не установлен — немедленно сообщите о находке в отделение милиции.

1.3. При обнаружении подозрительного предмета в учреждении немедленно сообщите о находке его руководителю. Во всех перечисленных случаях:

- не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
- зафиксируйте время ее обнаружения;
- постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно - следственной группы ОВД;
- не забывайте, что Вы являетесь основным очевидцем.

1.4. Помните! Внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п.

1.5. Родители! Вы отвечаете за жизнь и здоровье Ваших детей. Разъясните детям, что любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность для их жизни.

1.6. Еще раз напоминаем! Не предпринимайте самостоятельных действий с находками или подозрительными предметами, которые могут оказаться

взрывными устройствами. Это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам, разрушениям;

1.7.Как действовать, если Вы попали в перестрелку?

1.7.1.Если стрельба застала Вас на улице:

- сразу же лягте и осмотритесь, выберите ближайшее укрытие и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост. Укрытием могут служить выступы зданий, памятники, бетонные столбы, бордюры, канавы и т.д. При первой возможности спрячьтесь в подъезде жилого дома, в подземном переходе и дождитесь окончания перестрелки;
- примите меры для спасения детей, при необходимости прикройте их своим телом;
- по возможности сообщите о происшедшем сотрудникам милиции.

1.7.2. Если стрельба застала Вас дома, укройтесь в ванной комнате и лягте на пол, т.к. находиться в жилой комнате опасно из-за возможного рикошета.

1.8. Как действовать при захвате автобуса (троллейбуса, трамвая) террористами?

Если Вы оказались в захваченном террористами автобусе (троллейбусе, трамвае) старайтесь соблюдать следующие указания:

- не привлекайте к себе внимание террористов, не смотрите им в глаза, снимите ювелирные украшения. Женщинам в мини-юбках желательно прикрыть ноги;
- успокойтесь и попытайтесь отвлечься от происходящего, например, начните читать, разгадывать кроссворды;
- не передвигайтесь по салону и не открывайте сумки без разрешения террористов;
- осмотрите салон, отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы;
- не реагируйте на провокационное или вызывающее поведение террористов;
- если спецслужбы предпримут попытку штурма — немедленно ложитесь на пол между креслами и оставайтесь в таком положении до конца штурма;
- после освобождения немедленно покиньте автобус (троллейбус, трамвай), т.к. не исключена возможность предварительного его минирования террористами и взрыва.

1.9.Как действовать, если Вы оказались в заложниках

1.9.1.Если Вы оказались в заложниках:

- не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и вызвать человеческие жертвы;
- терпеливо переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза террористам, не ведите себя вызывающе, а покладисто, спокойно и, по возможности, миролюбиво;
- внимательно следите за поведением террористов и их намерениями;
- не допускайте истерики и паники, выполняйте требования преступников, не возражайте им, не рискуйте своей жизнью и жизнью окружающих;
- прежде чем что-либо сделать (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спросите разрешения у преступников;
- если вы ранены, постарайтесь не двигаться. Этим Вы предотвратите дополнительную потерю крови.

1.9.2. В ходе действий спецслужб по освобождению заложников:

- лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
- держитесь по возможности подальше от проемов дверей, окон;

- ни в коем случае не бегите навстречу работникам спецслужб или от них, так как Вас могут принять за преступника.

1.10 Действия при получении информации об эвакуации. Если информация о начале эвакуации застала Вас в квартире:

- возьмите документы, деньги, ценности;
- отключите электричество, газ, воду, погасите в печи (камине) огонь;
- окажите помощь в эвакуации пожилым и тяжело больным людям;
- закройте входную дверь на замок;
- возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных за эвакуацию лиц.

2. Указания руководителям предприятий, организаций, учреждений по действиям в экстремальных ситуациях.

2.1. Меры при обнаружении подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством

2.1.1. Предупредительные меры:

- ужесточение пропускного режима при входе (въезде) на территорию учреждения;
- ежедневные обходы территории учреждения и ее осмотр на предмет своевременного обнаружения взрывных устройств или подозрительных предметов;
- периодическая проверка складских помещений; тщательный подбор и проверка кадров;
- при сдаче складских помещений в аренду рекомендуется включать в договор пункты, дающие право при необходимости проверять их по усмотрению руководителя учреждения.

2.1.2. В случае обнаружения подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством:

- сообщить об этом в правоохранительные органы;
- дать сотрудникам указание находиться на безопасном расстоянии от обнаруженного предмета, не приближаться, не трогать, не вскрывать и не перемещать находку;
- при необходимости приступить к эвакуации людей в соответствии с имеющимся планом;
- обеспечить беспрепятственный подъезд к месту обнаружения предмета автомашин правоохранительных органов, медицинских, пожарных и других служб;

- к моменту прибытия следственно-оперативной группы обеспечить присутствие лиц, обнаруживших находку.

2.2. Порядок приема сообщений, содержащих угрозы террористического характера, по телефону и письменно

2.2.1. При приеме телефонного сообщения, содержащего информацию террористического характера:

постарайтесь дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге;

по ходу разговора отметьте пол, примерный возраст, особенности речи звонившего (голос, темп речи, произношение, манера речи и т.д.); отметьте звуковой фон (шум, звуки, голоса); определите характер звонка (городской или междугородний); зафиксируйте точное время начала разговора и его продолжительность; при наличии на Вашем телефонном аппарате автомата определения номера - запишите определившийся номер.

2.2.2. При получении письменной угрозы:

- уберите документ в чистый полиэтиленовый пакет и жесткую папку;
- не оставляйте на нем отпечатков своих пальцев;
- не расширяйте круг лиц, знакомых с содержанием документа;
- не сшивайте документ, не склеивайте, не сгибайте и не мните его, не делайте на нем надписей.

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПРИ ОКАЗАНИИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

1. Осмотр места происшествия

- личная безопасность
- оценка безопасности места происшествия (огонь, дым, едущий транспорт, падение предметов, осколки стекла);
- безопасность пострадавшего (лежит на рельсах, под падающим стеклом, в горящей машине и т.п.)

2. Первичный осмотр пострадавшего

- проверка признаков жизни
 - проверка наличия сознания (хлопнуть над ухом, позвать, сжать трапецевидную мышцу, ребром кулака надавить по груди - если не реагирует, то, вероятно, без сознания);
 - проверка проходимости дыхательных путей (у человека лежащего на спине без сознания, западает язык, и перекрываются дыхательные пути - значит, надо запрокинуть ему голову, проверить, нет ли во рту инородных предметов)
 - проверка дыхания (наклоняем голову к щеке пострадавшего, смотрим на его грудную клетку, слушаем, есть ли звук дыхания.) 5 секунд (если дыхание есть - значит пульс тоже есть!)
- Если дыхание у человека отсутствует:

- проверка наличия пульса (пальцы кладем на кадык или гортань и смещаем в сторону уха до ямочки - щупаем пульс на сонной артерии) в течении 10 секунд;
- Признаки смерти:

- "Кошачий глаз";
- "селедочный" блеск, глаз высох и стал мутным;
- трупные пятна – синяки в нижележащих частях тела.

3. Вызов «специалистов» «001», «003»:

Пол. Мужской, женский, иное.... или количество пострадавших (1 бригада – один пострадавший!)

- Возраст. Примерно

- Что случилось.** Кратко, ДТП, без сознания и т.п.
- **Адрес.** Улица, дом, корпус, подъезд, этаж, номер квартиры, код подъезда или домофон (этим вы ускорите прибытие бригады к вам) Точный адрес, с ориентирами, как можно проехать, если машина не сможет подъехать к самому месту ЧС, то где и кто будет встречать.
 - Если **трудно найти**, то где вы их встречаете. Обязательно послать человека встречать специалистов.
 - Кто вызвал – прохожий, родственник сосед и т.п.
 - Оставьте **свой номер телефона**. У бригады могут быть уточнения по мере выдвижения к вам. Это особенно важно, если вы где-нибудь на автостраде или в месте, вам незнакомом.
 - Возьмите у диспетчера «003», так называемый **«номер наряда»**. Это позволит вам отыскать потом пострадавшего, проследить его перемещения, или подать жалобу и ускорить приезд врачей (линейный контроль их очень стимулирует на оперативность действий).
 - **Трубку** вешаем только после того, как повесит диспетчер. По прибытию бригады «скорой» не мешайте им, но уточните их номер наряда. Если у Вас нет медицинского страхового полиса либо он недействителен – это не будет поводом к отказу от вызова

4. Вторичный осмотр пострадавшего и места ЧС.

Проведение общего осмотра пострадавшего.

- Голова - аккуратно ощупываем и осматриваем, нет ли крови или повреждений, цвет лица, цвет губ.
- Ощупываем одновременно две руки.
- Ощупываем одновременно две ноги.
- Если без сознания, то надо положить пострадавшего в восстановительное положение:
- вытягиваем руку и ногу пострадавшего с дальней от себя стороны (это ось). Ближнюю руку за голову, ладонкой к щеке, ногу согнуть в колене (2 рычага), за них повернуть на бок по направлению от себя так, чтоб человек лежал на боку в устойчивом положении.
- контроль состояния пострадавшего: есть ли сознание, дыхание и пульс
- опрос пострадавшего и свидетелей происшедшего
- противошоковые меры: успокоить, если в сознании; согреть – одеяло, теплая одежда (даже летом человеку станет холодно); уложить на спину и приподнять ноги (если в сознании и нет травм головы, шеи и позвоночника) ; дать теплое сладкое питье (если нет травм живота или подозрений на внутр.кровоотечения); следить за состоянием ;

Что делать дальше
 Доставить пострадавшего к врачу. При невозможности передвигаться самостоятельно - вызвать скорую помощь.

Предостережение: подобно всем прочим справочникам по оказанию первой помощи, наш справочник не более чем общее руководство по действиям в экстремальных обстоятельствах. Прежде чем применять на практике любые

изложенные в нем приемы, желательно пройти полный курс обучения оказанию первой помощи.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Для студентов

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.

Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К., Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общеобразовательных учреждений. 10 класс. — М.: 2011

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

Марков В.В., Латчук В.Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общеобразовательных учреждений. 11 класс. — 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.

Для преподавателей

Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными

законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — 4. — Ст. 445.

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ с изменениями, внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования».

Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Указания по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».

Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст. 410.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.

Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 (№ 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.

Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.

Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.

Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.

Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997.

— № 30. — Ст. 3588.

Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.

Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.

Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.

Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.

Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

Кобяков Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.

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

Митяев А. Книга будущих командиров. — М., 2010.

Назарова Е. Н., Жилов Ю. Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.

Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д,

2013.

Интернет-ресурсы

www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).

www.mvd.ru (сайт МВД РФ).

www.mil.ru (сайт Минобороны).

www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).

www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).

www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).

www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

www.ru/book (Электронная библиотечная система).

www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).

www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).

www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность).

www.militera.lib.ru (Военная литература).