ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ВОЛОГОДСКОЙ ОБЛАСТИ

БПОУ ВО «ВОЛОГОДСКИЙ АГРАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ВНЕАУДИТОРНОЙ**

**САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

по учебной дисциплине

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для специальности:

38.02.02 Страховое дело (по отраслям)

Форма обучения

очная форма обучения

Вологда

2024

|  |  |
| --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании методической комиссии общеобразовательных и гуманитарных дисциплин  Протокол № 10 от 16.05.2024 г.  Председатель МК  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И. С. Вязанкина | ОДОБРЕНО  и рекомендовано для внутреннего использования Научно-методическим советом колледжа  Протокол № 4 от 06.06.2024 г.  Председатель НМС    Е. В. Вихарева |

Составитель: Статинов Д.Н., преподаватель-организатор основ безопасности жизнедеятельности БПОУ ВО «Вологодский аграрно-экономический колледж»

|  |  |
| --- | --- |
| СОДЕРЖАНИЕ |  |
| Пояснительная записка |  |
| Основные виды внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине |  |
| Критерии оценки результатов самостоятельной работы |  |
| Методические рекомендации по составлению конспекта |  |
| Методические рекомендации по написанию сочинения |  |
| Методические рекомендации по составлению таблиц |  |
| Критерии оценки отработки навыков оказания первой помощи  при несчастных случаях |  |
| Методические рекомендации по подготовке к промежуточной аттестации |  |
| Заключение |  |
| Учебно-методическое и информационное обеспечение для обучающихся |  |

**Пояснительная записка**

Учебная дисциплина Безопасность жизнедеятельности входит в социально-гуманитарный цикл дисциплин. Выполнение самостоятельной работы должно способствовать более полному усвоению программного материала. Методические рекомендации для выполнения самостоятельной работы составлены в соответствии с рабочей программой по дисциплине и рассчитаны на 12 часов.

Самостоятельная работа обучающихся проводится с целью:

* обобщения, систематизации, закрепления, углубления и расширения полученных знаний и умений обучающихся;
* формирования умений поиска и использования информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного роста;
* развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
* формирования самостоятельности профессионального мышления, способности к профессиональному и личностному развитию, самообразованию и самореализации;
* формирования умений использования информационно-коммуникационных технологий.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется обучающимся по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Выполнение заданий по самостоятельной работе должно формировать навыки работы с литературой, умение выбрать главное, самостоятельность в добывании знаний.

Перед выполнением внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит инструктаж (консультацию) с определением цели задания, его содержания, сроков выполнения, основных требований к результатам работы, критериев оценки, форм контроля и перечня литературы.

# Основные виды внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование темы*** | ***Кол-во часов*** | ***Форма проведения*** | ***Метод контроля*** |
| Характеристика чрезвычайных ситуаций природного происхождения | 2 | Заполнение таблицы по вопросу «Характеристика чрезвычайных ситуаций природного происхождения» | Письменный контроль в форме заполнения таблицы |
| Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения | 2 | Заполнение таблицы по вопросу «Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения» | Письменный контроль в форме заполнения таблицы |
| Характеристика чрезвычайных ситуаций военного происхождения | 2 | Написание сочинения на тему «Возможные последствия ядерной войны» | Письменный контроль в форме сочинения |
| Устойчивость предприятий в условиях чрезвычайных ситуаций и мероприятия по защите персонала | 2 | Заполнение таблицы по вопросу «Понятие и виды риска» | Письменный контроль в форме заполнения таблицы |
| Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и Гражданская оборона (ГО), их организация и основные задачи | 2 | Составление схемы организации системы гражданской обороны на предприятии | Письменный контроль в форме составления схемы |
| Способы оказания первой помощи при несчастных случаях | 2 | Отработка навыков оказания первой помощи при несчастных случаях | Практический контроль в форме тренинга по опорным схемам |
| Всего: | 12 |  | |

# Критерии оценки результатов самостоятельной работы

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся являются:

-уровень освоения учебного материала;

-уровень умения использовать теоретические знания при выполнении практических задач;

-уровень сформированности общеучебных умений;

-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 требованиями стандарта;

-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.

# Методические рекомендации по составлению конспекта

Опорный конспект – это развернутый план предстоящего ответа обучающегося на теоретический вопрос. Он призван помочь последовательно изложить тему, а преподавателю – лучше понимать обучающегося и следить за логикой ответа. Правильно составленный опорный конспект должен содержать все то, что в процессе ответа обучающийся намеривается рассказать.

***Основные требования к содержанию опорного конспекта:***

1. Полнота – это означает, что в нем должно быть отражено все содержание вопроса.

2. Логически обоснованная последовательность изложения.

***Основные требования к форме записи опорного конспекта:***

1. ***Лаконичность.***  ОК должен быть минимальным, чтобы его можно было

воспроизвести  за 6 – 8 минут. По объему он должен составлять примерно один полный лист.

2. ***Структурность.***  Весь материал должен располагаться малыми логическими блоками,  т.е. должен содержать несколько отдельных пунктов, обозначенных номерами или строчными пробелами.

3. ***Акцентирование.***  Для лучшего запоминания основного смысла ОК, главную идею ОК выделяют рамками различных  цветов, различным шрифтом, различным расположением слов (по  вертикали, по диагонали).

4. ***Унификация.***  При составлении ОК используются определённые аббревиатуры и     условные знаки, часто повторяющиеся в курсе  данного предмета (ВОВ,РФ,и др)

5. ***Автономия.***  Каждый малый блок (абзац), наряду с логической связью с

остальными, должен выражать законченную мысль,  должен быть аккуратно

оформлен (иметь привлекательный вид).

6. ***Оригинальность.*** ОК должен быть оригинален по форме, структуре,

графическому исполнению, благодаря чему, он  лучше сохраняется в памяти. Он    должен быть  наглядным и понятным не только Вам, но и преподавателю.

7. ***Взаимосвязь.*** Текст ОК должен быть взаимосвязан с текстом учебника, что так же влияет на усвоение материала.

***Примерный порядок составления опорного конспекта***

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника. Внимательное прочтение текста. Уточнение в справочной литературе непонятных слов. При записи не забывать выносить справочные данные на поля конспекта (плана).

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей (кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора).

3. Конспектирование материала, должно четко следовать пунктам плана. При конспектировании рекомендуется выражать мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно. Рекомендуется грамотно записывать цитаты. Цитируя, учитывать 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. Мысли автора книги (документа) следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. 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.

**Форма контроля и критерии оценки составления конспекта**

«5» Полнота использования учебного материала. Объём конспекта – 1 тетрадная страница на один раздел или один лист формата А 4. Логика изложения (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

«4» Использование учебного материала не полное. Объём конспекта – 1 тетрадная страница на один раздел или один лист формата А 4. Не достаточно логично изложено (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта. Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

«3» Использование учебного материала не полное. Объём конспекта – менее одной тетрадной страницы на один раздел или один лист формата А 4. Не достаточно логично изложено (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта. Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

«2» Использование учебного материала не полное. Объём конспекта – менее одной тетрадной страницы на один раздел или один лист формата А 4. Отсутствуют схемы, количество смысловых связей между понятиями. Отсутствует наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта. Допущены ошибки терминологические и орфографические. Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Не самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

# 

**Методические рекомендации по написанию сочинения (эссе)**

**ЭССЕ** как вид учебной деятельности обучающегося — самостоятельное сочинение-размышление обучающегося над проблемой, при использовании идей, концепций, ассоциативных образов из других областей науки, собственного опыта, общественной практики.  Эссе создается индивидуально. Работа должна быть представлена на бумаге формата А4  в рукописном или машинописном варианте. Выполненную работу необходимо сдать к указанному сроку. Структура эссе определяется предъявляемыми к нему требованиями:

* мысли автора по проблеме излагаются в форме кратких тезисов;
* мысль должна быть подкреплена доказательствами – поэтому за тезисом следуют аргументы.

Таким образом, эссе приобретает кольцевую структуру (количество тезисов и аргументов зависит от темы, избранного плана, логики развития мысли):

1. вступление
2. тезис, аргументы
3. тезис, аргументы
4. тезис аргументы
5. заключение.

Объем работы: 3-4 листа; нумерация страниц - снизу, справа; 1 лист – титульный; 2-4 лист – сочинение-рассуждение.

**Критерии оценки сочинения**

Оценка «5» (отлично) выставляется в случае полного соответствия теме, аргументированного выражения своей позиции, отсутствия ошибок, сочинение граммотически правильно оформлено, точность формулировок, выполнено оригинально, творчески, сформулированы выводы, выдержан объем, соблюдены требования к внешнему оформлению и т.д.;

Оценка «4» (хорошо) выставляется в случае полного выполнения всего объема работы при наличии несущественных ошибок, неточностей, не повлиявших на общий результат работы основные требования к сочинению соблюдены, но при этом допущены недочеты, например

Оценка «3» (удовлетворительно) выставляется в случае недостаточно полного раскрытия темы, имеются неточности в изложении материала, отсутствует логическая последовательность в суждениях, имеются упущения в оформлении и т.д.;

Оценка «2» (неудовлетворительно) выставляется в случае, если тема не раскрыта, работа выполнена крайне небрежно, обнаруживается существенное непонимание проблемы; сочинение обучающимся не представлено или предоставлен плагиат.

**Методические рекомендации по составлению таблиц**

При работе с заполнением таблицы используем формализованный конспект, где записи вносятся в заранее подготовленные таблицы. Это удобно при подготовке единого конспекта по нескольким источникам. Особенно если есть необходимость сравнения данных. Разновидностью формализованного конспекта является запись, составленная в форме ответов на заранее подготовленные вопросы, обеспечивающие исчерпывающие характеристики однотипных объектов, явлений, процессов и т.д.

Рекомендации по составлению:

1. Определите цель составления таблицы.

2. Читая изучаемый материал в первый раз, разделите его на основные смысловые части, выделите главные мысли, сформулируйте выводы.

При работе с заполнением таблицы используем формализованный конспект, где записи вносятся в заранее подготовленные таблицы. Это удобно при подготовке единого конспекта по нескольким источникам. Особенно если есть необходимость сравнения данных. Разновидностью формализованного конспекта является запись, составленная в форме ответов на заранее подготовленные вопросы, обеспечивающие исчерпывающие характеристики однотипных объектов, явлений, процессов и т.д.

Рекомендации по составлению:

1. Определите цель составления таблицы.

2. Читая изучаемый материал в первый раз, разделите его на основные смысловые части, выделите главные мысли, сформулируйте выводы.

3. Если составляете план - конспект, сформулируйте названия пунктов и определите информацию, которую следует включить в план - конспект для раскрытия пунктов плана.

4. Наиболее существенные положения изучаемого материала (тезисы) последовательно и кратко излагайте своими словами или приводите в виде цитат.

5. Включайте не только основные положения, но и обосновывающие их выводы, конкретные факты и примеры (без подробного описания).

6. Составляя записи в таблице, записывайте отдельные слова сокращённо, выписывайте только ключевые слова, делайте ссылки на страницы конспектируемой работы, применяйте условные обозначения.

7. Чтобы форма записи отражала его содержание, располагайте абзацы «ступеньками», подобно пунктам и подпунктам плана, применяйте разнообразные способы подчеркивания.

8. Отмечайте непонятные места, новые слова, имена, даты.

9. Наведите справки о лицах, событиях, упомянутых в тексте. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля.

10. При конспектировании надо стараться выразить авторскую мысль своими словами. Стремитесь к тому, чтобы один абзац авторского текста был передан при конспектировании одним, максимум двумя предложениями.

Запись учебного материала в виде таблицы позволяет быстро и без труда его запомнить, мгновенно восстановить в памяти в нужный момент.

**Критерии оценки заполнения таблиц**

«5» (отлично) – таблица заполнена в полном объёме;

«4» (хорошо) – таблица заполнена верно, но могут быть допущены некоторые неточности;

«3» (удовлетворительно) – таблица заполнена и оформлена верно на 50%.

**Критерии оценки отработки навыков оказания первой помощи**

**при несчастных случаях**

**Оценка «отлично»**

1. Материал усвоен, его содержание логично излагается в полном объёме в пределах программы и подтверждаются демонстрацией алгоритма действий.
2. Чётко и правильно дано определение понятий, точно использованы научные термины.
3. Для доказательств использованы знания и умения, приобретённые на практике.
4. Работа сделана самостоятельно.
5. Возможны 1-2 неточности в вопросах второстепенного материала, исправленные с незначительной помощью преподавателя
6. Такая же оценка ставится за краткий, точный ответ на особенно сложный вопрос или за подробное исправление и дополнение ответа другого обучающегося.

**Оценка «хорошо»**

1. Раскрыто основное содержание материала, но материал изложен недостаточно последовательно и систематизированно.
2. Работа сделана самостоятельно.
3. Допускаются единичные пробелы и ошибки, исправляемые после замечания преподавателя в:

* определении понятий;
* использовании научных терминов;
* выводах и обобщениях (из практики, опытов и т.д.);
* применении теоретических знаний и практических умений, навыков.

**Оценка «удовлетворительно»**

1. Содержание материала изложено фрагментарно, не всегда связно и последовательно.
2. Имеются частичные ошибки, неточности в изложении выводов и обобщений.
3. Допускаются ошибки в определении понятий и неточности в использовании терминологии.
4. Допускаются ошибки при демонстрации умений.
5. Требуется постоянная помощь преподавателя при ответе, демонстрации действий.

6. Не используются в качестве доказательств выводы и обобщения из предыдущего опыта (теории, практики и т.д.)

**Оценка «неудовлетворительно»**

1. Основное содержание учебного материала не усвоено и не раскрыто.
2. Материал излагается беспорядочно, неуверенно, с частыми перерывами.
3. Имеются существенные ошибки, искажение смысла понятий, терминов, правил, алгоритмов и т.д.
4. Та же оценка ставится, если обучающийся отказывается отвечать по теме и демонстрировать приобретённые навыки по оказанию первой помощи пострадавшим.

**Методические рекомендации по подготовке к промежуточной аттестации**

Изучение дисциплины заканчивается определенным методом контроля, к которому относится промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта.

Требования к организации подготовки к зачету те же, что и при занятиях в течение учебного года, но соблюдаться они должны более строго. При подготовке к зачету у обучающегося должен быть хороший учебник или конспект литературы, прочитанной по указанию преподавателя в течение учебного года а также конспекты лекций, практических работ; вопросы для промежуточной аттестации по дисциплине.

Вначале следует просмотреть весь материал по сдаваемой дисциплине, отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом опорные конспекты лекций.

Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать рационально время перед зачетом для систематизации знаний.

Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении задач у обучающегося возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удается, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах обучающийся должен четко выразить, в чем он испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.

**Заключение**

Самостоятельность в учебной работе способствует развитию заинтересованности обучающегося в изучаемом материале, вырабатывает у него умение и потребность самостоятельно получать знания, что весьма важно для подготовки будущих специалистов. Будущий профессионал должен обладать стремлением к самообразованию на протяжении всей жизни, владеть новыми технологиями и понимать возможности их использования, уметь принимать самостоятельные решения, адаптироваться в социальной и будущей профессиональной сфере, разрешать проблемы и работать в команде, быть готовым к перегрузкам, стрессовым ситуациям и уметь быстро из них выходить. Процесс самостоятельной учебной работы формирует умения и привычку размышлять над содержанием осваиваемой отрасли знания и ее профессиональными задачами, способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

**Учебно-методическое и информационное обеспечение для обучающихся**

*Основная литература:*

1. Микрюков, В. Ю., Безопасность жизнедеятельности. : учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2024. — 282 с. — ISBN 978-5-406-12387-4. — URL: <https://book.ru/book/951432>

2. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2024. — 222 с. — ISBN 978-5-406-12361-4. — URL: <https://book.ru/book/951082>

3. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 335 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17843-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536668>

*Дополнительная литература:*

1. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2024. — 155 с. — ISBN 978-5-406-12823-7. — URL: <https://book.ru/book/952905>

2. Микрюков, В. Ю., Основы военной службы : учебник / В. Ю. Микрюков, В. Г. Шамаев. — Москва : КноРус, 2023. — 505 с. — ISBN 978-5-406-11238-0. — URL: <https://book.ru/book/948607>

3. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536696>

4. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).

Постановление Правительства РФ от 01.12.2004 N 704 (действующая редакция) «О порядке компенсации расходов, понесенных организациями и гражданами Российской Федерации в связи с реализацией Федерального закона «О воинской обязанности и военной службе».

5. Постановление Правительства РФ от 05.06.2000 N 436 (действующая редакция) «О проведении конкурса на лучшую подготовку граждан Российской Федерации к военной службе, организацию и проведение призыва на военную службу».

6. Постановление Правительства РФ от 31.12.1999 N 1441 (действующая редакция) «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе».

7. Приказ Министра обороны РФ N 96, Минобрнауки РФ N 134 от 24.02.2010 «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».

8. Указ Президента РФ от 10.11.2007 N 1495 (действующая редакция) «Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации» (вместе с «Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации», «Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации», «Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации»).

9. Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ «О гражданской обороне» (действующая редакция).

10. Федеральный закон от 25.07.2002 N 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (действующая редакция).

11. Федеральный закон от 27.05.1998 N 76-ФЗ «О статусе военнослужащих» (действующая редакция).

12. Федеральный закон от 28.03.1998 N 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (действующая редакция).

13. Федеральный закон от 31.05.1996 N 61-ФЗ «Об обороне» (действующая редакция).

*Интернет-ресурсы:*

1. www. mchs. gov. ru (официальный сайт МЧС РФ).
2. www. mvd. ru (официальный сайт МВД РФ).
3. www. mil. ru (официальный сайт Минобороны).