

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Бутакова Оксана Стефановна

Должность: директор

Дата подписания: 12.03.2024 06:44:45

Уникальный программный ключ:

92ebe478f3654efe030354ec9c160360cb17a169

Министерство образования и науки Республики Саха (Якутия)

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

Республики Саха (Якутия) «Ленский технологический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Дисциплина: ОД.10 Основы безопасности жизнедеятельности

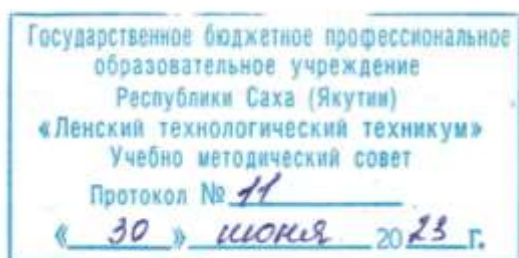
Профессия: 18.01.29 Мастер по обслуживанию магистральных трубопроводов

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы разработаны в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта по профессии среднего профессионального образования **18.01.29 Мастер по обслуживанию магистральных трубопроводов** к содержанию и уровню подготовки выпускника в соответствии учебным планом и рабочей программой дисциплины ОД.10«Основы безопасности жизнедеятельности», утвержденных ГБПОУ РС (Я) «Ленский технологический техникум».

РЕКОМЕНДОВАНО

Учебно-методическим советом

ГБПОУ РС (Я) «Ленский технологический техникум»



РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО

на заседании ПЦК «Общеобразовательных дисциплин»

Протокол № 10

от « 26 » июня 2023 г.

Председатель ПЦК:  /Еремеева Т.С./

Автор: Синьков Леонид Петрович, преподаватель ГБПОУ РС(Я) «Ленский технологический техникум»

Оглавление

Пояснительная записка.....	4
Методические рекомендации и критерии оценки.....	6
самостоятельной работы.....	6
1.1. Методические рекомендации по подготовке и защите реферата и критерии оценки защиты рефератов.	6
1.2. Методические рекомендации по подготовке и защите презентации.	10
1.3 Методические рекомендации по созданию алгоритмов действий,.....	12
по составлению и решению ситуационных задач, а также решению ситуационно-проблемных задач.....	12
Содержание самостоятельных работ.....	14
Самостоятельная работа №1	18
Самостоятельная работа № 2	18
Самостоятельная работа №3	20
Самостоятельная работа №4	21
Самостоятельная работа №5	23
Самостоятельная работа №6	28
Самостоятельная работа № 7.	30
Учебно-методическое и информационное обеспечение	33

Пояснительная записка

Методические указания к выполнению внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине **ОД.10 Основы безопасности жизнедеятельности** предназначены для обучающихся по профессиям **18.01.29 «Мастер по обслуживанию магистральных трубопроводов»**

Цель методических указаний: оказание помощи обучающимся в выполнении самостоятельной работы по дисциплине **ОД.10 Основы безопасности жизнедеятельности**

Настоящие методические указания содержат работы, которые позволят обучающимся самостоятельно овладеть фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по специальности, опытом творческой и исследовательской деятельности и направлены на формирование следующих умений и знаний:

уметь:

У1.организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

У2.предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

У3.использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

У4.ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;

У5.применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;

У6.ладеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

У7.оказывать первую помощь пострадавшим;

знать:

31.принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

32.основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

33.основы военной службы и обороны государства;

34.задачи и основные мероприятия гражданской обороны;

35.способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

36.организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

37.основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям СПО;

38.область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся являются:

уровень освоения учебного материала;

уровень умения использовать теоретические знания при выполнении 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 требованиями стандарта предприятия;
 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.

Описание самостоятельной работы содержит: тему, цели работы, задания, основной теоретический материал, алгоритм выполнения типовых задач, порядок выполнения работы, формы контроля, требования к выполнению и оформлению заданий. Для получения дополнительной, более подробной информации по изучаемым вопросам, приведено учебно-методическое и информационное обеспечение. Перечень видов самостоятельной работы представлен в таблице 1.

Таблица 1 - Перечень видов самостоятельной работы

Номер и наименование темы	Наименование (содержание) самостоятельной работы	Кол-во час	Коды формируемых компетенций
Тема 1.1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	Самостоятельная работа №1 Подготовка рефератов по теме: Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья.	8	У1, У2, У7, 32, 35
Тема 2.1 Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	Самостоятельная работа №2 Решение ситуационных задач на тему «Действие населения при ЧС».	6	У2, У7, 32
Тема 2.2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Самостоятельная работа №3 Подготовка презентации на тему «История и принципы создания РСЧС».	6	У2, У7, 32
Тема 2.1 Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	Самостоятельная работа №4 Выполнение тестовых заданий по теме: «ЧС природного и техногенного характера»	3	У1, У2, У7 32
Тема 3.1 Вооруженные силы Российской Федерации	Самостоятельная работа №5 Выполнение практических заданий по теме «Вооруженные силы РФ».	3	У1, У2, У7 31, 32, 35
Тема 3.1 Основы обороны государства и воинская обязанность	Самостоятельная работа №6 Подготовка сообщения по теме «Огневая подготовка».	4	У1, У2, У7
	Самостоятельная работа №7. Подготовка сообщения «Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий».	6	У1, У2, У7 32

Методические рекомендации и критерии оценки самостоятельной работы

1.1. Методические рекомендации по подготовке и защите реферата и критерии оценки защиты рефератов.

Написание реферата является одной из важных форм самостоятельной учебной деятельности. Реферат – это самостоятельное произведение, свидетельствующее о знании литературы по предложенной теме, ее основной проблематике, отражающее точку зрения автора на данную проблему, умение осмысливать явления жизни на основе теоретических знаний.

В процессе работы над рефератом можно выделить 4 этапа:

- вводный – выбор темы, работа над планом и введением;
- основной – работа над содержанием и заключением реферата;
- заключительный – оформление реферата;
- защита реферата.

Выбор темы реферата

Работа над рефератом начинается с выбора темы исследования. Заинтересованность автора в проблеме во многом определяет качество проводимого исследования и соответственно успешность его защиты.

При определении темы реферата нужно учитывать и его информационную обеспеченность. С этой целью, во-первых, можно обратиться к библиотечным каталогам, а во-вторых, проконсультироваться с преподавателем и библиотекарем.

Если возникнет необходимость ознакомиться не только с литературой, имеющейся в библиотеке, но и вообще с научными публикациями по определенному вопросу, можно воспользоваться библиографическими указателями. Полезно также знать, что ежегодно в последнем номере научного журнала публикуется указатель статей, помещенных в этом журнале за год. Отобрав последние номера журнала за несколько лет, можно разыскать по указателям, а затем найти в соответствующих номерах все статьи по той или иной теме, опубликованные в журнале за эти годы.

Структура реферата включает в себя следующие элементы:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- содержание (главы и параграфы);
- заключение;
- приложения;
- список литературы и источников.

Работа над содержанием

Работу над содержанием реферата необходимо начать еще на этапе изучения литературы. Содержание будет в ходе работы дополняться и изменяться. Содержание реферата делится на параграфы или на главы, параграфы и пункты.

Формулировка пунктов содержания не должна повторять формулировку темы.

Работа над введением

Введение – одна из составных и важных частей реферата. При работе над введением необходимо опираться на навыки, приобретенные при написании изложений и сочинений. В объеме реферата введение, как правило, составляет 1-2 печатные страницы.

Введение содержит:

- вступление,
- обоснование актуальности выбранной темы,
- формулировку цели и задач реферата,
- краткий обзор литературы и источников по проблеме,
- историю вопроса,

- Вывод.**

Вступление – это 1-2 абзаца, необходимые для начала. Желательно, чтобы вступление было мотивирующим, а, возможно, тема реферата потребует того, чтобы начать, например, с изложения какого-то определения, типа «политические отношения – это...».

Обоснование актуальности выбранной темы - это, прежде всего, ответ на вопрос: «почему я выбрал(а) эту тему реферата, чем она меня заинтересовала?». Нужно связать тему реферата с современностью.

Формулирование цели и задач реферата

Выбрав тему реферата и изучив литературу, необходимо сформулировать цель работы и составить план реферата.

Цель – это осознаваемый образ предвосхищаемого результата.

Определяясь с целью дальнейшей работы, параллельно надо думать над составлением плана: необходимо четко соотносить цель и план работы.

Можно предложить два варианта формулирования цели:

1. Формулирование цели при помощи глаголов: исследовать, изучить, проанализировать, систематизировать, осветить, изложить (представления, сведения), создать, рассмотреть, обобщить и т.д.

2. Формулирование цели с помощью вопросов.

Цель разбивается на задачи – ступеньки в достижении цели.

Задача – то, что требует исполнения, разрешения.

Краткий обзор литературы и источников по проблеме – в этой части работы над введением необходимо охарактеризовать основные источники и литературу, с которой автор работал, оценить ее полезность, доступность, высказать отношение к этим книгам.

История вопроса – это краткое освещение того круга представлений, которые сложились в науке по данной проблеме и стали автору известны. **Вывод** – это обобщение, которое необходимо делать при завершении работы над введением.

Требования к содержанию реферата

Содержание реферата должно соответствовать теме, полностью ее раскрывать. Все рассуждения нужно аргументировать. Реферат показывает личное отношение автора к излагаемой теме. Следует стремиться к тому, чтобы изложение было ясным, простым, точным и при этом выразительным. При изложении материала необходимо соблюдать общепринятые правила:

- обязательно ставить фамилию перед инициалов при упоминании в тексте;
- начинать с новой строки каждую главу (параграф);
- необходимо указывать источники, т.е. приводить ссылки при изложении различных точек зрения и научных положений, цитат, выдержек из литературы;
- не рекомендуется вести повествование от первого лица единственного числа (такие утверждения лучше выражать в безличной форме).

Правила оформления ссылок

В реферате сведения об использованной литературе приводятся чаще всего в скобках после слов, к которым относятся. В скобках сначала указывается номер книги в списке литературы, а затем через запятую страница. Если ссылка оформляется на цитату из многотомного сочинения, то после номера книги римской цифрой указывается номер тома, а потом номер страницы.

Примеры: (1,145); (4, II,38).

Работа над заключением

Заключение – самостоятельная часть реферата. Оно не должно быть пересказом содержания работы. Заключение должно содержать:

- основные выводы в сжатой форме;
- оценку полноты и глубины решения тех вопросов, которые вставали в процессе изучения темы.

Объем 1-2 печатных листа формата А4.

Оформление приложения

Приложение помещается после заключения и включает материалы, дополняющие основной текст реферата. Это могут быть таблицы, схемы, фрагменты источников, иллюстрации, фотоматериалы, словарь терминов, афоризмы, изречения, рисунки и т.д.

Примеры оформления:

- Приложение 1. Структура деятельности. Схема.

В тексте реферата необходимо делать примечания. Пример: (см. приложение 1, С.21).

Приложение является обязательным элементом реферата.

Правила оформления библиографических списков

Список литературы помещается в конце реферата и пронумеровывается.

Сведения о списке литературы излагаются в алфавитном порядке. Сведения о книге даются по плану:

- автор (фамилии и инициалы)
- название книги без кавычек;
- место издания, название издательства, год издания
- номер (номера) страницы);

Пример: Левандовский А.А., Щетинов Ю.А. Россия в XX веке. Учебник. М.: Просвещение, 1997.

Если речь идет о статье, напечатанной в сборнике, журнале или газете. Сведения о газетно-журнальных статьях даются по плану:

- название сборника, журнала, газеты;
- место издания и год издания (если сборник);
- год, номер журнала или дата выхода газеты, страница.

Пример: Пленков О.Ю. Феномен фашизма: некоторые аспекты интерпретации // Обществознание в школе. – 1999. - №1. – С.10-16.

В библиографическом описании не разрешается сокращать фамилии авторов, а также заглавия книг и статей. Сокращаются только названия двух городов: Москва (М.), Санкт-Петербург (СПб.). Названия остальных городов пишутся без сокращений.

Если книга издавалась параллельно в двух городах, названия их приводятся через точку с запятой.

Требования к оформлению реферата

1. Соответствие названия работы ее содержанию, четкая целевая направленность.

2. Логическая последовательность изложения материала, базирующаяся на прочных теоретических знаниях по избранной теме.

3. Необходимая глубина исследования практических результатов работы.

4. Конкретность представления практических результатов работы.

5. Корректное изложение материала и грамотное оформление работы.

Титульный лист реферата оформляется по общепринятой схеме, которая включает в себя следующую информацию:

1. название министерства, которому подчиняется техникум, наименование учебного заведения и специальность/профессия (эти данные занимают верхние строки; располагаются по центру; интервал – одинарный; между названиями вуза и кафедры – пропущенная строка);

2. тип работы (через восемь интервалов после «шапки»; тип указывается заглавными буквами «РЕФЕРАТ» и выделяется полужирным начертанием);

3. следующая строка – название дисциплины (по центру);

4. название темы реферата (набирается строчными буквами, выделяется полужирным);

5. с правой стороны листа, ниже – данные об авторе (ФИО, курс, специализация, номер группы; эта информация указывается через пять интервалов после темы);

6. далее – информация о том, кто проверил работу (ФИО, должность на кафедре, научное звание);

7. город, где выполнена работа;

8. год написания (в нижней строчке, через запятую после города, по центру);

9. номер страницы на титульном листе не указывается, но предполагается, что в общей структуре она идет под номером 1.

Титульный лист реферата по ГОСТу 7.9-95 «Отчет о научно исследовательской работе» набирается согласно тем же правилам, что и основной текст работы:

1. шрифт по умолчанию — Times New Roman 14-й кегль (этот тип наиболее полно распознается без искажений компьютерными программами);
2. для указания типа работы и темы допустимо использовать 20-й кегль;
3. поля страницы такие же, как и на других листах реферата – сверху и снизу по 2 см, слева – 3 см, справа – 1 см;
4. «шапка» (название министерства, техникума, профессии) допускается печатать прописными буквами;
5. после каждого наименования не применяется ни точка, ни запятая;
6. сокращений, переносов, подчеркиваний титульный лист реферата по не допускает;
7. курсив также не используется.

При оформлении титульного листа реферата используется одинарный интервал (тогда как по ходу остального текста – полуторный).

Согласно ГОСТу 7.9-95 «Отчет о научно-исследовательской работе», титульному листу отводится отдельная страница – тогда он выглядит и эстетически красиво, и структурированно. И чтобы не путаться, под титульный лист можно отвести отдельный файл, а в будущем использовать его в качестве образца для других работ (Приложение №2).

Общие требования к тексту:

1. Максимальный объем страниц – 25. Иногда можно превысить данное количество, но при такой необходимости лучше переспросить у преподавателя.
2. Размеры полей: правое – 10 мм, левое – 30 мм, а нижнее – 20мм, верхнее – по 20 мм.
3. Страницы нумеруются исключительно арабскими цифрами по центру. На титульном листе номер страницы не ставится, но учитывается.
4. Шрифт текста – Times New Roman.
5. Размер кегль – 14.
6. Межстрочный интервал – 1,5, кроме титульной страницы.
7. Пишется реферат на листе А4 исключительно на одной стороне листа.
8. Таблицы, формулы и диаграммы вставляются только в том случае, если они действительно раскрывают тему и до максимума помогают сократить реферат.
9. заголовки следует набирать 14 шрифтом (выделять полужирным);
10. межстрочный интервал полуторный;
11. отступ в абзацах 1-2 см.;

Каждая глава в тексте должна иметь заголовки в точном соответствии с наименованием в содержании.

При изложении материала нужно четко выделять отдельные части (абзацы), главы и параграфы начинать с новой страницы, следует избегать сокращения слов.

Наименования разделов и подразделов должны быть краткими, состоящими из ключевых слов, несущих основную смысловую нагрузку. Наименования разделов записываются в виде заголовков (симметрично тексту) прописными заглавными буквами. Наименования подразделов записываются в виде заголовка строчными буквами, кроме первой прописной. Заголовки должны включать от двух до четырнадцати слов (не более двух строк). Переносы слов в заголовках не допускаются. Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. Заголовок не должен быть последней строкой на странице.

Подготовка к защите и порядок защиты реферата

Необходимо заранее подготовить тезисы выступления (план-конспект).

Порядок защиты реферата:

- краткое сообщение, характеризующее задачи работы, ее актуальность, полученные результаты, вывод и предложения.

- ответы студента на вопросы преподавателя.
- отзыв руководителя-консультанта о ходе выполнения работы.

Советы студенту

На весь ответ при защите реферата отводится не более 15 минут. При ответе постарайтесь соблюсти приведенные ниже рекомендации.

Готовясь к ответу, вы должны вспомнить материал максимально подробно, и это должно найти отражение в схеме вашего ответа. Необходимо выделить главное, то, что наиболее важно для понимания материала в целом, иначе вы можете проговорить все 15 минут и не раскрыть существа вопроса. Особенно строго следует отбирать примеры и иллюстрации.

Вступление должно быть очень кратким.

Полезно вначале показать свою схему раскрытия вопроса, а уж потом ее детализировать.

Рассказывать будет легче, если вы представите себе, что объясняете материал очень способному и хорошо подготовленному человеку, который не знает именно этого раздела, и что при этом вам обязательно нужно доказать важность данного раздела и заинтересовать в его освоении.

Строго следите за точностью своих выражений и правильностью употребления терминов.

Не пытайтесь рассказать большой объем информации за счет ускорения темпа, но и не говорите в медленном темпе.

Не демонстрируйте излишнего волнения и не напрашивайтесь на - со чувствие.

Будьте особенно внимательны ко всем вопросам преподавателя, к малейшим его замечаниям. Он поможет вам припомнить новый, дополнительный материал. Воспользуйтесь его поддержкой. И уж ни в коем случае его не перебивайте!

Не бойтесь дополнительных вопросов – чаще всего преподаватель использует их как один из способов помочь вам или сэкономить время. Если вас прервали, а при оценке ставят в вину пропуск важной части материала, не возмущайтесь, а покажите план своего ответа, где эта часть стоит несколько позже того, на чем вы были прерваны.

Прежде чем отвечать на дополнительный вопрос, необходимо сначала правильно его понять. Для этого нужно хотя бы немного подумать, иногда переспросить, уточнить: правильно ли вы поняли поставленный вопрос. И при ответе следует соблюдать тот же принцип экономности мышления, а не высказывать без разбора все, что вы можете сказать.

Критерии оценки защиты реферата

Оценка «отлично» ставится если:

- реферат выполнен в соответствии с требованиями, предъявляемыми к его написанию.
- в выступлении раскрыто содержание реферата и выдержана логика его изложения.
- ответы на вопросы полные.

Оценка «хорошо» ставится если:

- реферат выполнен в соответствии с требованиями, предъявляемыми к его написанию.
- в выступлении не полностью раскрыто содержание реферата и частично выдержана логика его изложения.
- ответы на вопросы не вполне полные.

Оценка «удовлетворительно» ставится если:

- реферат выполнен с соблюдением частичных требований, предъявляемых к его написанию.
- в выступлении не полностью раскрыто содержание реферата и частично выдержана логика его изложения.
- ответы на вопросы не вполне полные.

Оценка «неудовлетворительно» ставится если:

- реферат выполнен не в соответствии с требованиями, предъявляемыми к его написанию.
- в выступлении не раскрыто содержание реферата и не выдержана логика его изложения.
- ответы на вопросы не полные.

1.2. Методические рекомендации по подготовке и защите презентации.

В настоящее время бурное развитие компьютерных технологий охватило практически все сферы человеческой жизни. Сегодня для успешного выступления недостаточно просто рассказать о своей идее. Слушатели непременно хотят увидеть сопроводительные фотографии, четко выполненные схемы, грамотные чертежи. Поэтому одним из видов самостоятельной работы студентов является подготовка презентации. Вся работа по созданию презентаций организуется в несколько этапов.

1. Сбор и изучение информации по теме.
2. Выделение ключевых понятий.
3. Структурирование текста на отдельные смысловые части.
4. Осмысление формы представления и количества слайдов

Объём презентации ограничивается 10-20 слайдами. Составление сценария презентации предполагает обдумывание содержания каждого слайда, его дизайна. Создание слайдов предполагает внесение текстовой информации, а затем поиск и размещение необходимых иллюстраций, схем, фотографий, графических элементов. Важно обращать внимание на особенности визуального восприятия расположенных на слайде объектов. Размер букв, цифр, знаков, их контрастность определяются необходимостью их четкого рассмотрения с любого места аудитории, предпочтение отдавать спокойным, не «ядовитым», цветам фона. Иллюстрационные материалы располагают так, чтобы они максимально равномерно заполняли все экранное поле. Текстовой информации должно быть очень немного, желательно использовать приемы выделения значимых терминов, понятий. Анимация не должна быть слишком активной. Лучше совсем отказаться от таких эффектов как побуквенное появление текста, вылеты, вращения, наложения и т.п. Звуковое сопровождение эффектов обычно неуместно. К использованию аудио- и видеофайлов следует относиться достаточно разумно, чтобы не «перегрузить» презентацию излишней информацией и не отвлечься от заявленной темы.

Процедура защиты презентаций организуется в виде конференции. После каждой демонстрации презентации преподаватель предлагает высказать всем желающим свое мнение по содержанию, оформлению, защите мультимедийной работы. Приветствуются вопросы и рассуждения, проясняющие и уточняющие суть представленной проблемы. Анализируя качество мультимедийных презентаций, можно выделить следующие типичные ошибки, допускаемые студентами:

- ошибки в оформлении титульного слайда;
- много текста на слайде;
- грамматические ошибки в тексте;
- выбран нечеткий шрифт;
- неудачное сочетание цвета шрифта и фона;
- несоответствие названия слайда его содержанию;
- несоответствие содержанию текста используемых иллюстраций;
- текст закрывает рисунок;
- рисунки нечеткие, искажены;
- неудачные эффекты анимации;
- излишнее звуковое сопровождение слайдов;
- тест приведен без изменений (скопирован из Интернет с ссылками);
- недостоверность информации; ошибки в завершении презентации.

Требования к оформлению презентации:

При разработке презентации важно учитывать, что материал на слайде можно разделить на главный и дополнительный. Главный необходимо выделить, чтобы при демонстрации слайда он нес основную смысловую нагрузку: размером текста или объекта, цветом, спецэффектами, порядком появления на экране. Дополнительный материал предназначен для подчёркивания основной мысли слайда.

Уделите особое внимание такому моменту, как «читаемость» слайда. Для разных видов объектов рекомендуются разные размеры шрифта. Заголовок слайда лучше писать размером

шрифта 22-28, подзаголовков и подписи данных в диаграммах – 20-24, текст, подписи и заголовки осей в диаграммах, информацию в таблицах – 18-22.

Для выделения заголовка, ключевых слов используйте полужирный или подчеркнутый шрифт. Для оформления второстепенной информации и комментариев – курсив.

Чтобы повысить эффективность восприятия материала слушателями, помните о «принципе шести»: в строке – шесть слов, в слайде – шесть строк.

Используйте шрифт одного названия на всех слайдах презентации.

Для хорошей читаемости презентации с любого расстояния в зале текст лучше набирать понятным шрифтом. Это могут быть шрифты Arial, Bookman Old Style, Calibri, Tahoma, Times New Roman, Verdana.

Не выносите на слайд излишне много текстового материала. Из-за этого восприятие слушателей перегружается, нарушая концентрацию внимания.

Критерии оценки защиты презентации

Содержание	12 баллов
<input type="checkbox"/> Сформулированы тема исследования и проблемный вопрос	2
<input type="checkbox"/> Информация точная, полная, полезная и актуальная	4
<input type="checkbox"/> Ясно изложены и структурированы результаты исследования	3
<input type="checkbox"/> Иллюстрация результатов исследования	1
<input type="checkbox"/> Использование научной терминологии	1
<input type="checkbox"/> Грамотность (орфография и пунктуация)	1
Дизайн 3 балла	
<input type="checkbox"/> Читаемость текста	1
<input type="checkbox"/> Иллюстрации интересны и соответствуют содержанию	1
Защита презентации 4 балла	
<input type="checkbox"/> Свободное владение темой проекта	1
<input type="checkbox"/> Способность кратко и грамотно изложить суть работы.	1
<input type="checkbox"/> Монологичность речи	1
<input type="checkbox"/> Выражение своего мнения по проблеме	1
Итого:	19 баллов

Критерии оценки:

16-19 баллов – «5»

11-15 баллов – «4»

6-10 баллов – «3»

0-5 баллов – «2»

1.3 Методические рекомендации по созданию алгоритмов действий, по составлению и решению ситуационных задач, а также решению ситуационно-проблемных задач.

1. Для создания алгоритмов действий и ситуационных задач необходимо:

— изучить учебную информацию по теме;

- провести системно-структурный анализ содержания, выделить главное – суть (ядро), второстепенные элементы, их взаимную логическую связь; установить очередность действий;
- выбрать форму графического отображения;
- собрать структуру воедино;
- упростить структуру в плане устранения повторений;
- провести графическое и цветовое оформление.

2. *Критерии и нормы оценивания:*

Критерии	Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
правильность составления алгоритмов	алгоритм составлен точно	есть отдельные неточности в составлении алгоритма	алгоритм составлен с серьезными упущениями	алгоритм составлен неправильно
использование таблиц, схем при составлении алгоритмов	иллюстрации информативны высокого качества	иллюстрации информативны, среднего качества	иллюстрации недостаточно информативные	нет иллюстрации

3. *Решение ситуационных задач:*

1. Прочитайте внимательно полностью весь текст задачи (условие и задание), оцените каждую проблему с точки зрения ее возникновения.
2. Подумайте и сделайте предварительный вывод, какие решения задачи возможны.
3. Прочтите данные задачи, изучите объективные данные, объедините все полученные материалы.
4. Сделайте предварительные выводы и примите решение.
5. Обоснуйте выбранное решение задачи и проведите диагностику с теми условиями, для которых характерны данные ситуации.
6. С учетом ситуации, описанной в условии задачи, ответьте на все пункты задания.

4. *Критерии оценки решения проблемно-ситуационной задачи по ОБЖ:*

- **5 «отлично»** – комплексная оценка предложенной ситуации; знание теоретического материала с учетом междисциплинарных связей, правильный выбор тактики действий; последовательное, уверенное выполнение практических манипуляций; оказание неотложной помощи с алгоритмами действий;
- **4 «хорошо»** – комплексная оценка предложенной ситуации, незначительные затруднения при ответе на теоретические вопросы, неполное раскрытие междисциплинарных связей; правильный выбор тактики действий; логическое обоснование теоретических вопросов с дополнительными комментариями педагога; последовательное, уверенное выполнение практических манипуляций; оказание неотложной помощи в соответствии с алгоритмом действий;
- **3 «удовлетворительно»** – затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; неполный ответ, требующий наводящих вопросов педагога; выбор тактики действий в соответствии с ситуацией возможен при наводящих вопросах педагога, правильное последовательное, но неуверенное выполнение манипуляций; оказание неотложной помощи в соответствии с алгоритмом действий;
- **2 «неудовлетворительно»** – неверная оценка ситуации; неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению ситуации, нарушению безопасности пациента; неправильное выполнение практических манипуляций, проводимое с нарушением безопасности пациента и медперсонала; неумение оказать неотложную помощь.

5. *Критерии оценки при решении задач по оказанию неотложной помощи:*

5 «отлично» – правильная оценка ситуации, полное, последовательное перечисление действий с аргументацией каждого этапа;

4 «хорошо» – правильная оценка ситуации, полное, последовательное перечисление действий затруднение в аргументации этапов;

3 «удовлетворительно» – правильная оценка ситуации; неполное перечисление или нарушение последовательности действий, затруднения в аргументации;

2 «неудовлетворительно» – неверная оценка ситуации или неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению состояния пострадавшего.

Методические рекомендации по подготовке сообщения

Регламент устного публичного выступления – не более 10 минут.

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 (например, «Технология изготовления...», «Модель развития...», «Система управления...», «Методика выявления...» и пр.). 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 основной 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.

В речи может быть несколько стержневых идей, но не более трех.

Самая частая ошибка в начале речи – либо извиняться, либо заявлять о своей неопытности. Результатом вступления должны быть заинтересованность слушателей, внимание и расположенность к презентатору и будущей теме.

К аргументации в пользу стержневой идеи проекта можно привлекать фото-,

видеофрагменты, аудиозаписи, фактологический материал. Цифровые данные для облегчения восприятия лучше демонстрировать посредством таблиц и графиков, а не злоупотреблять их зачитыванием. Лучше всего, когда в устном выступлении количество цифрового материала ограничено, на него лучше сослаться, а не приводить полностью, так как обилие цифр скорее утомляет слушателей, нежели вызывает интерес.

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

В научном выступлении принято такое употребление форм слов: чаще используются глаголы настоящего времени во «вневременном» значении, возвратные и безличные глаголы, преобладание форм 3-го лица глагола, форм несовершенного вида, используются неопределенно-личные предложения. Перед тем как использовать в своей презентации корпоративный и специализированный жаргон или термины, вы должны быть уверены, что аудитория поймет, о чем вы говорите.

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" (А.Ф. Кони).

В ключевых высказываниях следует использовать фразы, программирующие заинтересованность. Вот некоторые обороты, способствующие повышению интереса:

- «Это Вам позволит...»
- «Благодаря этому вы получите...»
- «Это позволит избежать...»
- «Это повышает Ваши...»
- «Это дает Вам дополнительно...»
- «Это делает вас...»
- «За счет этого вы можете...»

После подготовки текста / плана выступления полезно проконтролировать себя вопросами:

- Вызывает ли мое выступление интерес?
- Достаточно ли я знаю по данному вопросу, и имеется ли у меня достаточно данных?
- Смогу ли я закончить выступление в отведенное время?
- Соответствует ли мое выступление уровню моих знаний и опыту?

При подготовке к выступлению необходимо выбрать способ выступления: устное изложение с опорой на конспект (опорой могут также служить заранее подготовленные слайды)

или чтение подготовленного текста. Отметим, однако, что чтение заранее написанного текста значительно уменьшает влияние выступления на аудиторию. Запоминание написанного текста заметно сковывает выступающего и привязывает к заранее составленному плану, не давая возможности откликаться на реакцию аудитории.

Общеизвестно, что бесстрастная и вялая речь не вызывает отклика у слушателей, какой бы интересной и важной темы она ни касалась. И наоборот, иной раз даже не совсем складное выступление может затронуть аудиторию, если оратор говорит об актуальной проблеме, если аудитория чувствует компетентность выступающего. Яркая, энергичная речь, отражающая увлеченность оратора, его уверенность, обладает значительной внушающей силой.

Кроме того, установлено, что *короткие фразы* легче воспринимаются на слух, чем длинные. Лишь половина взрослых людей в состоянии понять фразу, содержащую более тринадцати слов. А третья часть всех людей, слушая четырнадцатое и последующие слова одного предложения, вообще забывают его начало. Необходимо избегать сложных предложений, причастных и деепричастных оборотов. Излагая сложный вопрос, нужно постараться передать информацию по частям.

Пауза в устной речи выполняет ту же роль, что знаки препинания в письменной. После сложных выводов или длинных предложений необходимо сделать паузу, чтобы слушатели могли вдуматься в сказанное или правильно понять сделанные выводы. Если выступающий хочет, чтобы его понимали, то не следует говорить без паузы дольше, чем пять с половиной секунд (!).

Особое место в презентации проекта занимает обращение к аудитории. Известно, что обращение к собеседнику по имени создает более доверительный контекст деловой беседы. При публичном выступлении также можно использовать подобные приемы. Так, косвенными обращениями могут служить такие выражения, как «Как Вам известно», «Уверен, что Вас это не оставит равнодушными». Подобные доводы к аудитории – это своеобразные высказывания, подсознательно воздействующие на волю и интересы слушателей. Выступающий показывает, что слушатели интересны ему, а это самый простой путь достижения взаимопонимания.

Во время выступления важно постоянно контролировать реакцию слушателей. Внимательность и наблюдательность в сочетании с опытом позволяют оратору уловить настроение публики. Возможно, рассмотрение некоторых вопросов придется сократить или вовсе отказаться от них. Часто удачная шутка может разрядить атмосферу.

После выступления нужно быть готовым к ответам на возникшие у аудитории вопросы.

Критерии оценивания сообщений.

Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Критерии оценивания:

- 1) полноту и правильность ответа;
- 2) степень осознанности, понимания изученного;
- 3) языковое оформление ответа.

Оценка «5» ставится, если:

- 1) студент полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий;
- 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные;

3) излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка.

«4» – студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «5», но допускает 1–2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого.

«3» – студент обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но:

1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;

2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;

3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в языковом оформлении излагаемого.

Оценка «2» ставится, если студент обнаруживает незнание большей части соответствующего вопроса, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Содержание самостоятельных работ

Самостоятельная работа №1

Тема: «Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья»

Время выполнения: 8 часов.

Цель работы:

-совершенствовать навыки безопасного поведения и действий в случае возникновения ЧС.

Задания:

1. Изучить теоретические материалы по теме.
2. Подготовить реферат на одну из предложенных тем:
 - Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
 - Взаимодействие человека и среды обитания.
 - Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
 - Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
 - Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
 - Факторы, способствующие укреплению здоровья.
 - Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
 - Табакокурение и его влияние на здоровье.
 - Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
 - Компьютерные игры и их влияние на организм человека.

Коды формируемых компетенций: _У1-У7, 31-37 **Требования к выполнению заданий и сдаче отчёта**

Требования по выполнению реферата описаны в разделе «Методические рекомендации по выполнению реферата» (см. страницу #реферат)

Критерии оценки

Критерии оценки доклада описаны в разделе «Методические рекомендации и критерии оценивания» (см. страницу #реферат)

Формы контроля

Устная защита реферата.

Самостоятельная работа № 2

Тема: ««Обеспечение безопасности жизнедеятельности при ЧС»»

Время выполнения: 6 часов.

Цель работы: отбирать информацию; – сортировать ее для решения заданной задачи; выявлять ключевые проблемы; искать альтернативные пути решения и оценивать их; – выбирать оптимальное решение и формировать программы действий и т. п.

Изучить следующие теоретические вопросы:

Общие сведения об опасностях. Последствия опасностей в профессиональной деятельности и в быту. Принципы снижения вероятности реализации потенциальных опасностей. Понятия и классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Характеристика ЧС техногенного характера. Терроризм и меры по его предупреждению. Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Мониторинг и прогнозирование ЧС. Поражающие факторы ядерного оружия и защита от них. Характеристика химического оружия и модели поведения в очаге химического заражения. Характеристика биологического оружия и действия населения в очаге биологического поражения. Средства коллективной защиты населения. Средства

индивидуальной защиты населения. Понятия и основные задачи гражданской обороны. Организационная структура ГО. Основные мероприятия. Проводимые ГО. Действия населения по сигналам оповещения. Эвакуация населения в условиях ЧС. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Обучение населения в области ГО. Общие правила оказания первой медицинской помощи. Первая помощь при отсутствии сознания. Первая помощь при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца). Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур. Первая помощь при воздействии низких температур. Первая помощь при отравлениях.

1. Решить не менее 5 ситуационных задач:

Ситуационные задачи.

Задача №1. Вас захватили в заложники. Какие правила личной безопасности необходимо соблюдать, чтобы снизить угрозу для вашей жизни?

Задача №2. Произошла авария на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного загрязнения местности. Ваши действия.

Задача №3. В районе вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно-химически опасного вещества (аммиака) (АХОВ). Ваши действия.

Задача №4. Во время прогулки по лесу в пожароопасный период (сухая погода и ветер) вы уловили запах дыма, и определили, что попали в зону лесного пожара. Ваши действия.

Задача №5. По системе оповещения РСЧС получен сигнал о приближении урагана. Ваши действия при угрозе и во время урагана.

Задача №6. Поступило сообщение об опасности наводнения в вашем городе. Ваш дом попадает в зону объявленного затопления. Ваши действия при угрозе и во время наводнения.

Задача №7. Ваши действия при заблаговременном оповещении о землетрясении и при внезапном землетрясении, если оно застало вас дома.

Задача №9. Во время дохода в лес за грибами или ягодами вы отстали от группы и заблудились. Ваши действия.

Задача №10. Во время отдыха на природе вы решили искупаться в незнакомом водоеме. Ваши действия по обеспечению личной безопасности во время купания.

Задача №11. Во время отдыха на природе вас застала гроза. Ваши действия.

Задача №12. Во время прогулки по улице на вас напала собака. Ваши действия.

Задача №13. Вы направляетесь в общественное место (в кинотеатр, на стадион и др.). Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте и в толпе.

Задача №14. Вам предстоит пройти пешком из одной части города (населенного пункта) в другую. Ваши действия по обеспечению личной безопасности при движении по улице (улицам).

Задача №15. Вы возвращаетесь домой поздно вечером. Ваши действия по обеспечению личной безопасности в подъезде дома и в лифте.

Задача №16. Вы находитесь дома один (одна). Ваши действия, если незнакомый человек звонит в дверь, меры безопасности при разговоре по телефону с незнакомым человеком.

Задача №17. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Как избежать опасной криминогенной ситуации.

Задача №18. Вам часто приходится работать с компьютером. Основные правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при работе с компьютером.

Задача №19. Вы регулярно занимаетесь физической культурой и спортом. Приведите основные общие правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при занятиях физкультурой и спортом.

Задача №20. Дома вам часто приходится иметь дело с препаратами бытовой химии. Перечислите основные меры безопасности, которые необходимо соблюдать при пользовании препаратами бытовой химии.

Задача №21. Вы находитесь в общественном месте (кинотеатре, музее, вокзале), там возник пожар. Ваши действия.

Задача №22. Во время новогоднего праздника у вас на елке загорелась электрогирлянда. Ваши действия.

Задача №22. Во время просмотра телепередачи пропало изображение на экране телевизора, и вы почувствовали запах дыма. Ваши действия.

Задача №23. В вашей квартире возник пожар. Ваши действия.

Задача №24. Вам предстоит поездка железнодорожным транспортом. Вспомните основные правила личной безопасности, которые необходимо соблюдать при следовании железнодорожным транспортом.

Задача №25. Вы едете в общественном транспорте (автобусе, троллейбусе, трамвае), в нем возник пожар. Ваши действия.

Требования к выполнению заданий и сдаче отчёта

Оформление решения задач в печатном виде на формате А4.

Критерии оценки

Критерии оценки описаны в методических рекомендациях по решению ситуационных задач.

Формы контроля

Отчет в печатном виде.

Самостоятельная работа №3

Тема: Презентация «История и принципы создания РСЧС»

Время выполнения: 6 часов.

Цель: рассмотрение эффективности существующей структуры, формы и принципов функционирования РСЧС.

Задания:

1. Изучить следующие теоретические вопросы:

Исторический обзор этапов и предпосылок создания РСЧС. Структура и принципы функционирования РСЧС, задачи и составные элементы рассматриваемой структуры. Рассмотреть основные проблемы обеспечения безопасности населения и территорий Российской Федерации на современном этапе. Рассмотреть варианты решения стоящих перед Правительством Российской Федерации проблем обеспечения защиты страны от угроз мирного и военного времени и концепцию развития РСЧС до 2020 года.

Подготовить презентацию на одну из предложенных тем:

1. История и принципы создания РСЧС.
2. Структура РСЧС.
3. Перспективы развития РСЧС.
4. Принцип функционирования РСЧС.
5. Задачи РСЧС.
6. Техническое обеспечение РСЧС.
7. Действия РСЧС в режиме ЧС.
8. Обеспечение эвакуации населения.
9. Действия объектов в режиме ЧС.
10. Обеспечение устойчивости деятельности объектов.

Требования к выполнению заданий и сдаче отчёта

1. Требования по выполнению презентаций описаны в разделе «Методические рекомендации и критерии оценивания» (см. страницу # практика)

Критерии оценки

1. Критерии оценки презентаций описаны в разделе «Методические рекомендации и критерии оценивания» (см. страницу # практика)

Формы контроля

1. Устная защита

Самостоятельная работа №4

Тема: «Основы безопасности личности, общества и государства»

Время выполнения: 2 часа.

Цель: Закрепить знания и навыки в области личной безопасности и безопасности государства **Задания:** Выполните тестовые задания в соответствии со своим вариантом.

Вариант 1.

Вопрос 1: Самая крупная страна мира:

- А) США;
- Б) Канада;
- В) Китай;
- Г) Россия

Вопрос 2: Российская Федерация была провозглашена как независимое суверенное государство: (этот день является днем образования РФ)

- А) 10 июня 1991 г.;
- Б) 13 июля 1989 г.;
- В) 12 июня 1990 г.;
- Г) 13 июня 1992 г.

Вопрос 3: Для России особое значение будут иметь укрепление политического потенциала _____ организации сотрудничества, стимулирование в её рамках практических шагов, способствующих укреплению взаимного доверия в Центрально-Азиатском регионе.

- А) Китайской;
- Б) Американской;
- В) Шанхайской;
- Г) Французской

Вопрос 4: Важней составляющей национальных интересов России является защита - :

- А) Человека, Природы и Университетов;
- Б) Личности, Общества и Государства;
- В) Прав, Личности и Животных;
- Г) Людей, Семьи и Коллектива

Вопрос 5: До какого года действует документ “Стратегия национальной безопасности РФ”?

- А) 2019 г.;
- Б) 2021 г.;
- В) 2022 г.;
- Г) 2020 г.

Вопрос 6: Виды Чрезвычайных Ситуаций:

- А) Природные, Общественные, Информационные;
- Б) Военные, Демографические, Социальные;
- В) Социальные, Природные, Техногенные;
- Г) Техногенные, Случайные, Террористические

Вопрос 7: Разрушение агрегатов на Саяно-Шушенской ГЭС – это:

- А) Техногенная ЧС;
 - Б) Случайная ЧС;
 - В) Террористическая ЧС;
 - Г) Социальная ЧС
- =====
- =====

Вопрос 8: На каких основах формируется у человека любовь к Родине?

Вопрос 9: Почему в настоящее время остро встал вопрос о формировании общей культуры в области безопасности у населения России?

Вариант 2

Вопрос 1: Российская Федерация, США, Китай, Канада – какая из этих стран меньше остальных по площади:

- А) Канада;
- Б) США;
- В) Китай;
- Г) Российская Федерация

Вопрос 2: Сколько часовых поясов расположено на территории России:

- А) 7;
- Б) 6;
- В) 9;
- Г) 5

Вопрос 3: Россия в силу значительного экономического, научно-технического и _____ потенциала, уникального стратегического положения на евразийском континенте продолжает играть роль в мировых процессах:

- А) Космического;
- Б) Ядерного;
- В) Человеческого;
- Г) Военного

Вопрос 4: Согласно последней переписи населения, в России проживает более 100 наций: 79,8% составляют русские, 3,8% - татары, 2% - украинцы, 1,1% - ?

- А) Буряты;
- Б) Чувашаи;
- В) Американцы;
- Г) Евреи

Вопрос 5: Министр по делам гражданской обороны Российской Федерации:

- А) Владимир Владимирович Путин;
- Б) Дмитрий Анатольевич Медведев;
- В) Сергей Кужугетович Шойгу;
- Г) Анатолий Эдуардович Сердюков

Вопрос 6: Пожар ТЦ в г. Кемерово – это:

- А) Террористическая ЧС;
- Б) Социальная ЧС;
- В) Случайная ЧС;
- Г) Техногенная ЧС

Вопрос 7: В стране материальный ущерб от Чрезвычайных Ситуаций ежегодно возрастает в среднем на:

- А) 10%;
- Б) 12%;
- В) 15%;
- Г) 11%

Вопрос 8: На каких основах формируется у человека любовь к Родине?

Вопрос 9: Почему в настоящее время остро встал вопрос о формировании общей культуры в области безопасности у населения России?

КЛЮЧИ к тесту:

1 ВАРИАНТ: Г – В – В – Б – Г – В – А

2 ВАРИАНТ: Б – Г – Г – Б – В – Г – А

Самостоятельная работа №5

Тема: «Основы обороны государства и воинская обязанность граждан»

Время выполнения: 4 часов.

Цель: Закрепить знания в организации военной службы, воинских званиях, знаках отличия.

ЗАДАНИЕ 1. Заполните схемы:

А. Укажите возраст и категории граждан подлежащих призыву на военную службу.

Призыву на военную службу подлежат граждане мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет

*состоящие на
воинском учёте*

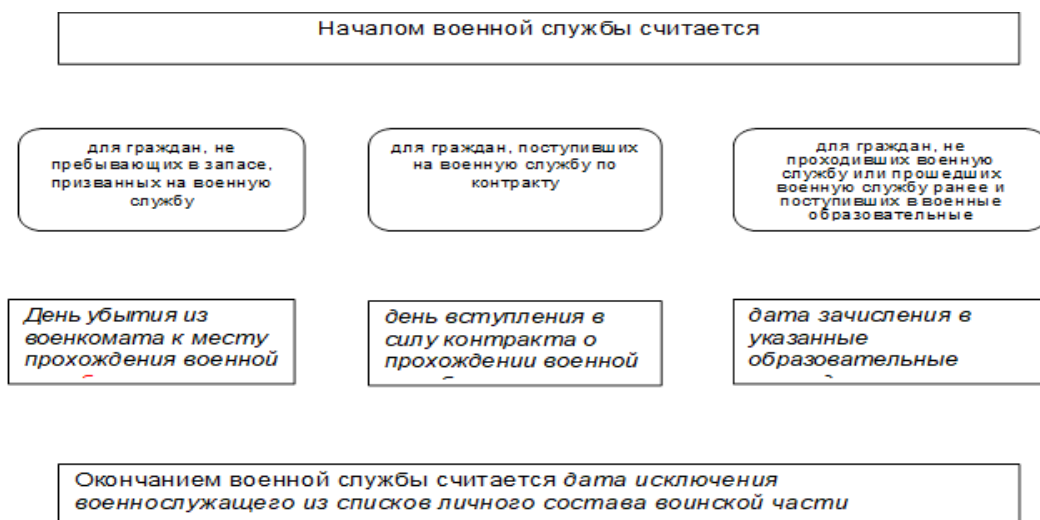
*не состоящие, но
обязанные состоять на
воинском учёте*

*не пребывающие
в запасе*

Призыв на военную службу граждан, не пребывающих в запасе, осуществляется в сроки

с 1 апреля по 15 июля

Б. Укажите сроки начала и окончания военной службы.



ЗАДАНИЕ 2. В Вооруженных Силах Российской Федерации, других войсках, воинских формированиях и органах устанавливаются составы военнослужащих и воинские звания. Вам предлагается:

А. Определить и записать в порядке возрастания следующие воинские звания: старшина 1 статьи; младший сержант; капитан 3 ранга; адмирал; генерал - лейтенант; капитан; генерал армии; ефрейтор.

Ответ.

- а) ефрейтор;
- б) младший сержант;
- в) старшина 1 статьи;
- г) капитан;
- д) капитан 3 ранга;
- е) генерал-лейтенант;
- ж) адмирал;
- з) генерал армии.

Б. Заполнить правую часть таблицы в соответствии с дисциплинарными правами по типовым воинским должностям военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации

Войсковые должности	Корабельные должности
Командир отделения, экипажа, расчета	Командир отделения
Командир отдельного батальона (дивизиона, авиаэскадрильи)	Командир корабля 2 и 3 ранга, дивизиона кораблей 3 ранга
Командир корпуса	Командир эскадры
Командующий армией	Командующий флотилией
Командующий войсками военного округа, фронта	Командующий флотом

В. В каком порядке (с какого возраста) будут сняты с воинского учёта следующие военнослужащие:

Звание Ф.И.О.	Возраст снятия с воинского учета
полковник Иванова М.С.	в 50 лет
капитан Петров Д.И.	в 55 лет
мичман Куликова В.М.	в 45 лет

ЗАДАНИЕ 3. Ордена и медали, это почетные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги. Вам необходимо:

А. Определить изображенные награды. В таблицу вписать названия наград, соответствующие их статусу.



1



2



3



4



5



6

Ответ.

№	Наименование награды	Статус награды
1	<i>Орден Александра Невского</i>	Награждаются командиры Красной Армии, проявившие в боях за Родину в Отечественной войне личную отвагу, мужество и храбрость и умелым командованием обеспечивающие успешные действия своих частей.
2	<i>Орден Суворова</i>	Награждаются командиры Красной Армии за выдающиеся успехи в деле управления войсками, отличную организацию боевых операций и проявленные при этом решительность и настойчивость в их проведении, в результате чего была достигнута победа в боях за Родину в Отечественной войне.
3	<i>Орден Нахимова</i>	Награждаются офицеры Военно-Морского Флота за выдающиеся успехи в разработке, проведении и обеспечении морских операций, в результате которых была отражена наступательная операция противника или обеспечены активные операции флота, нанесен противнику значительный урон и сохранены свои основные силы.
4	<i>Орден Жукова</i>	Награждаются лица высшего офицерского состава, а также старшие офицеры в должности командира дивизии (бригады) и выше Вооруженных Сил Российской Федерации за заслуги в разработке и успешном проведении ими крупных операций в период военных действий по защите Отечества
5	<i>Орден Кутузова</i>	Награждаются командиры Красной Армии за хорошо

		разработанный и проведенный план операции – фронтовой, армейской или отдельного соединения, в результате чего противнику нанесено тяжелое поражение, а наши войска сохранили свою боеспособность.
6	<i>Орден Ушакова</i>	Награждаются офицеры Военно-Морского Флота за выдающиеся успехи в разработке, проведении и обеспечении морских активных операций, в результате чего в боях за Родину была достигнута победа над численно превосходящим врагом.

Б. Определите награды, изображенные на рисунках. Поясните, какими из этих наград могут награждаться граждане за самоотверженность, мужество и отвагу, проявленные при спасении людей во время стихийных бедствий, пожаров, катастроф и других чрезвычайных обстоятельств.



1



2



3



4

Ответ.1. Орден Мужества. 2. Орден «За военные заслуги» 3. Орден Почета
4. Медаль «За спасение погибавших»

Орденом Мужества награждаются граждане за самоотверженность, мужество и отвагу, проявленные при спасении людей, охране общественного порядка, в борьбе с преступностью, во время стихийных бедствий, пожаров, катастроф и других чрезвычайных обстоятельств, а также за смелые и решительные действия, совершенные при исполнении воинского, гражданского или служебного долга в условиях, сопряженных с риском для жизни.

Медалью «За спасение погибавших» награждаются граждане за спасение людей во время стихийных бедствий, на воде, под землей, при тушении пожаров и при других обстоятельствах.

Тестовые задания «Основы обороны государства и воинская обязанность граждан»

Определите один правильный ответ	
1	<p>К видам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:</p> <p>а) Сухопутные войска, Военно-воздушные силы, Военно-морской флот; Ракетные войска стратегического назначения;</p> <p>б) Военно-воздушные силы, Военно-морской флот; Сухопутные войска;</p> <p>в) Сухопутные войска, Военно-воздушные силы, Военно-морской флот; Тыл Вооруженных сил.</p>
2	<p>В состав Сухопутных войск входят:</p> <p>а) пехотные соединения, бронетанковые войска, мобильные ракетные комплексы, армейская разведка, части и учреждения тыла;</p>

	<p>б) мотострелковые войска, стационарные ракетные и передвижные артиллерийские комплексы, инженерные войска, войска связи, истребительная авиация;</p> <p>в) мотострелковые, танковые, ракетные войска и артиллерия, войска ПВО, армейская авиация, части и подразделения специальных войск, части и учреждения тыла.</p>	
3	<p><i>В организационном отношении ВМФ России включает:</i></p> <p>а) Северный, Тихоокеанский, Черноморский, Балтийский флоты, Каспийскую флотилию и военно-морскую базу в Санкт-Петербурге;</p> <p>б) Черноморский, Балтийский, Дальневосточный, Каспийский флоты, Военно-морские базы в Санкт-Петербурге и Мурманске;</p> <p>в) Северный, Тихоокеанский, Дальневосточный флоты, Черноморскую, Балтийскую, Каспийскую и Волжскую флотилии, военно-морские базы в Мурманске и Комсомольске-на-Амуре.</p>	
4	<p><i>Основу боевой мощи ВВС составляют:</i></p> <p>а) истребительная и бомбардировочная авиация;</p> <p>б) личный состав ВВС, ВДВ, самолеты разных модификаций.</p> <p>в) сверхзвуковые всепогодные самолеты, оснащенные разнообразным бомбардировочным, ракетным и стрелково-пушечным вооружением;</p>	
5	<p><i>Для какой из перечисленных задач, Вооруженные Силы Российской Федерации не могут использоваться за пределами территории Российской Федерации:</i></p> <p>а) отражение вооруженного нападения на формирования Вооруженных Сил Российской Федерации, другие войска или органы, дислоцированные за пределами территории Российской Федерации;</p> <p>б) отражение или предотвращение вооруженного нападения на другое государство, обратившееся к Российской Федерации с соответствующей просьбой;</p> <p>в) защита политических и экономических интересов Российской Федерации в другом государстве;</p> <p>г) защита граждан Российской Федерации за пределами территории Российской Федерации от вооруженного нападения на них;</p> <p>д) борьба с пиратством и обеспечение безопасности судоходства.</p>	
6	<p><i>Воинская честь – это:</i></p> <p>а) внутренние нравственные качества, достоинство воина, характеризующие его поведение, отношение к коллективу, к выполнению воинского долга;</p> <p>б) самоотверженное, мужественное исполнение военнослужащим своего воинского долга и служебных обязанностей в мирное время;</p> <p>в) морально-психологическое и боевое качество воина, характеризующее его способность устойчиво переносить длительные физические нагрузки, психическое напряжение и сохранять при этом присутствие духа, в опасных ситуациях проявлять высокую боевую активность;</p> <p>г) совершение выдающихся по своему значению действий, требующих от человека (воина) личного мужества, стойкости, готовности к самопожертвованию.</p>	
7	<p><i>Закрепление за военнослужащими вооружения и военной техники осуществляется после:</i></p> <p>а) месячного изучения находящихся на оснащении воинского подразделения вооружения и военной техники;</p> <p>б) приведения их к военной присяге;</p> <p>в) принятия от вновь прибывших военнослужащих зачетов по знанию</p>	

	вооружения и военной техники.	
8	Стрелковое оружие и боеприпасы в подразделении хранятся: а) стрелковое оружие - в деревянных шкафах, боеприпасы и пистолеты - в несгораемых сейфах; б) стрелковое оружие - в металлических пирамидах, пистолеты и боеприпасы - в деревянных ящиках и шкафах, закрывающихся на замок; в) стрелковое оружие - в пирамидах, пистолеты и боеприпасы - в металлических шкафах или ящиках, закрывающихся на замок.	

Матрица ответов на тестовые задания

Но мер теста	Верн ый ответ	Но мер теста	Верн ый ответ	Но мер теста	Верн ый ответ	Но мер теста	Верн ый ответ	Но мер теста	Верн ый ответ
1	Б	2	В	3	А	4	В	5	В
6	А	7	Б	8	В				

Самостоятельная работа №6

Тема: «Огневая подготовка»

Время выполнения: 2 часа.

Цель: Закрепить знания по стрелковому оружию их назначение, тактико-технические характеристики и способ применения

ЗАДАНИЕ выполните тест:

Огневая подготовка.

1. Автомат Калашникова является

- А) оружием взвода;
- Б) оружием стрелкового отделения;
- В) индивидуальным оружием.

2. Ручной пулемет Калашникова является

- А) индивидуальным оружием;
- Б) оружием стрелкового отделения;
- В) оружием стрелкового взвода.

3. Калибр автомата (АК-74) и пулемета (РПК74) Калашникова:

- А) 5,45 мм; Б) 7,62 мм; В) 4,5 мм.

4. Емкость коробчатого магазина АК-74:

- А) 60 патронов; Б) 45 Патронов; В) 30 патронов.

5. Емкость коробчатого магазина РПК-74:

- А) 60 патронов; Б) 45 патронов; В) 30 патронов.

6. Прицельная дальность стрельбы из АК-74:

- А) 800 м; Б) 1000 м; В) 1500 м.

7. Дальность прямого выстрела у автомата (АК-74) по «грудной» («бегущей») фигуре:

- А) 600 (800) м; Б) 500(750) м; В) 440 (625) м.

8. Боевая скорострельность при стрельбе очередями из автомата (АК-74)

- А) 200 выстрелов в минуту; В) 100 выстрелов в минуту.
- Б) 150 выстрелов в минуту;

9. Масса штык-ножа с ножнами составляет:

- А) 460 г; Б) 490 г; В) 495 г.

10. Дальность на который сохраняется убийное действие пули (АК-74):

- А) 1350 м; Б) 1500 м; В) 1550 м

11. Начальная скорость полета пули у АК-74:

А) 715 м/сек; Б) 900 м /сек; В) 960 м/сек.

12. Предельная дальность полета пули у АК- 74:

А) 3000 м; Б) 3150 м; В) 3250 м.

13. Расстояние между двумя противоположными полями (по диаметру) называется:

А) Диаметром ствола; В) Диаметром казенной частью капала.

Б) Калибром канала ствола;

14. Продолжительность одного выстрела (сек):

А) 0,002-0,004 сек; Б) 0,001-0,06 сек; В) 0,0006-0,002 сек.

15. Начальной скоростью движения пули называется та скорость, с которой пуля покидает:

А) Канал ствола;

Б) Казенную часть ствола;

В) Отверстия тормоза-компенсатора.

16. Началом траектории является:

А) точка прицеливания;

Б) точка вылета пули;

В) точка падения пули

17. К наступательным ручным гранатам относятся:

А) Ф-1, РГО; Б) 03М-72, МОН-50;

В) РГД-5, РГН.

18. К оборонительным ручным гранатам относятся:

А) Ф-1, РГО;

Б) РГД-5, 03М-72;

В) МОН-50, РГН.

19. Радиус разлета убойных осколков гранаты РГД-5:

А) 20 м;

Б) 25 м;

В) 35 м.

20. Масса снаряженной гранаты РГД-5:

А) 300 г;

Б) 310 г;

В) 320 г.

Самостоятельная работа № 7.

Тема. «Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий»

Время выполнения: 6 часов.

Цель: закрепить знания по обеспечению личной безопасности при террористических актах.

Теоретическая часть.

Основные правила поведения при угрозе теракта

Признаки наличия взрывных устройств:

Припаркованные около домов автомашины, незнакомые жильцам (бесхозные).

Присутствие проводов, небольшой антенны, изолянта, скотча на машине или каком-либо хозяйственном предмете (сумке, чемодане, коробке и т.д.).

Необычное размещение обнаруженного бытового бесхозного предмета.

Бесхозные портфели, чемоданы, сумки, свертки, мешки, ящики, коробки.

Присутствие шума внутри обнаруженного предмета (тикание часов, щелчки или какие-либо другие звуки).

Присутствие в найденном предмете источников питания (батарейки).

Растяжки из проволоки, шпагата, веревки.

Специфический, не свойственный конкретной местности, запах.

При обнаружении подозрительных предметов немедленно сообщите в дежурные службы территориальных органов Внутренних дел, ФСБ, управление по делам ГО и ЧС.

Что делать при обнаружении взрывного устройства

Не подходить к обнаруженному предмету, не трогайте его руками.

Немедленно сообщить об обнаруженном подозрительном предмете в дежурные службы органов внутренних дел, ФСБ, ГО и ЧС.

Внимание! Использование средств радиосвязи, мобильных телефонов и других радио средств способно вызвать срабатывание радио взрывателя.

Дождаться прибытия представителей правоохранительных органов на не котором удалении от взрывного устройства и указать место нахождения подозрительного предмета.

Возможные места установки взрывных устройств:

Подземные переходы (тоннели).

Вокзалы, рынки, магазины.

Стадионы, дискотеки.

Транспортные средства.

Объекты жизнеобеспечения (электростанции, газоперекачивающие и распределительные станции...).

Учебные заведения.

Больницы, поликлиники.

Подвалы, чердаки и лестничные клетки жилых зданий.

Контейнеры для мусора, урны.

Опоры мостов и линий электропередач.

Если вас захватили в заложники. Основные правила поведения

Успокойтесь и не паникуйте. Разговаривайте спокойным голосом.

Мобилизуйте свои силы и подготовьтесь к возможному суровому испытанию.

Сохраняйте умственную и физическую активность.

Не провоцируйте террористов: не показывайте ненависть и пренебрежение.

С самого начала (особенно в первый час) выполняйте все указания бандитов.

Не привлекайте террористов своим поведением, не оказывайте активного сопротивления. Это может ухудшить ваше положение.

Постарайтесь определить место вашего нахождения (заточения).

Не пытайтесь бежать, если нет полной уверенности в безопасном побеге.

Заявите о своем плохом самочувствии.

Не пренебрегайте пищей. Это поможет сохранить силы и здоровье.

Запомните, как можно больше информации о террористах (количество, вооружение, как выглядят, особенности разговоров, манеры поведения).

Если можно, постарайтесь расположиться подальше от окон, дверей и самих террористов. Это необходимо для обеспечения вашей безопасности в случае штурма помещения, стрельбы снайперов на поражение преступников.

При возможном штурме здания ложитесь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке.

Помните, правоохранительные органы делают все, чтобы Вас освободить.

Поведение пострадавших.

Если вы ранены

Если капиллярное кровотечение. Постарайтесь перевязать рану жгутом, полотенцем, шарфом или куском ткани.

Если венозное кровотечение. Наложите давящую повязку, используя ремень, платок, полосу прочной ткани.

Окажите помощь тому, кто рядом, но в более тяжелом положении.

Если вы находитесь под завалом

Не падайте духом и не паникуйте.

Осмотрите нет ли поблизости пустот.

Постарайтесь определить, откуда идет воздух.

Постарайтесь подать сигнал голосом, стуком. Лучше это делать, когда услышите юлоса людей, лай собак.

Как только машины и механизмы прекратят работу и наступит тишина значит, объявлена «минута молчания». В это время спасатели с приборами и собаками ведут усиленную разведку. Используйте это привлеките их внимание любым способом. Вас обнаружат по стону, крику и даже дыханию.

Если вы задыхаетесь

Наденьте влажную ватно-марлевую повязку.

Защитите органы дыхания мокрым полотенцем, платком, шарфом или другой тканью.

При запахе газа раскройте окна, не пользуйтесь зажигалкой, спичками, не включайте электрические приборы и освещение.

При объявлении в городе ВП рекомендуется:

* не выходить на улицу при вводе войск;

* своевременно изучать приказы комендатуры и других силовых структур, строго соблюдать комендантский час и другие ограничительные меры, безоговорочно подчиняться военным приказам и распоряжениям;

* по возможности заранее создать запас воды и продуктов;

* вложить самые ценные вещи, документы в удобную для переноса упаковку и быть готовым к эвакуации;

* объединиться с жильцами дома с целью взаимопомощи;

* не приближаться к движущейся военной технике, так как у ее водителей малый ближний обзор и можно получить травму;

* с наступлением темноты включать свет, только зашторив окна;

* ни в коем случае не приобретать и не хранить оружие и боеприпасы, не распространять и не поддерживать непроверенные слухи.

При непосредственном ведении в городе боевых действий необходимо:

* с началом стрельбы укрыться в ванной комнате, лечь там на пол или в ванну, передвигаться по квартире ползком;

* оборудовать и по возможности укрепить убежище в подвале, место отдыха в нем максимально защитить мешками с песком и мебелью, предусмотреть несколько аварийных выходов из убежища;

* прокопать полуметровую канавку-укрытие до ближайшего водного источника или создать на пути до него несколько укрытий;

* вырыть щели-укрытия во дворе дома;

* бережно расходовать продукты и воду;

* наладить связь с ближайшим медицинским учреждением или врачом.

Ни в коем случае нельзя:

* услышав стрельбу, подходить к окнам;

* открывать двери и калитки, не осмотрев окружающее пространство с целью обнаружения мин-растяжек;

* наблюдать за ведением боевых действий, снимать их на фото- и видеоаппаратуру, бегать или стоять под обстрелом;

* конфликтовать с вооруженными людьми, использовать в качестве одежды армейскую форму, демонстрировать оружие или предметы, похожие на него, в том числе детям;

* трогать найденное оружие, боеприпасы, предметы военного имущества и т.д.

Кроме того, целесообразно выполнять следующие рекомендации. Помните, что опасен уже сам ввод техники в город или населенный пункт. Нельзя забывать об особенностях управления военной техникой, ее габаритах, скольжении гусениц по асфальту и возможности заноса. На перекрестках главным человеком становится военный регулировщик. В момент введения техники в город гражданским водителям лучше освободить дорогу, убрать машины на тротуар. Пешеходам не стоит проявлять излишнее любопытство и приближаться к колоннам военной техники.

Чтобы правильно ориентироваться в том, что происходит, при появлении войск следует включить местную радиостанцию (в том числе в машине) или телевизор. Необходимо связаться по телефону со своим предприятием, для того чтобы узнать, нет ли изменений в режиме его работы, и, наоборот, с работы позвонить домой, чтобы связаться с семьей и согласовать с нею действия. Детям до выяснения обстановки лучше находиться дома под присмотром взрослых. Среди оптимальных вариантов защиты семьи – отъезд на дачу. При эвакуации нужно обязательно взять с собой документы (у каждого члена семьи они должны быть в кармане, а не в сумке или машине), немного продуктов и необходимые вещи. Ценности брать с собой не следует, их лучше спрятать в городе.

Практическая часть

Подготовить доклад на тему (по выбору): «Действия человека в городе под орудийным или минометным обстрелом», «Действия человека при захвате заложников в административном здании», «Действия человека при возможном совершении теракта», «Действия человека после совершения теракта».

Учебно-методическое и информационное обеспечение

Основные источники:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования. М.: Академия, 2018 г.

Дополнительные источники:

1. А.Т. Смирнов, В.А. Васнев Основы военной службы, Москва, «Дрофа», 2004.
2. А.Т. Смирнов, В.А. Васнев, Б.И. Мишин Основы военной службы, Москва, «Акадэма», 2000.
3. С.В. Белов Безопасность жизнедеятельности, Москва, Высшая школа, 2003.
4. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, Ростов на Дону, «Феникс», 2005.
5. С.И. Хвалюскин Гражданская оборона объектов водного транспорта, М, Транспорт, 1999.
6. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова Основы медицинских знаний, М, АСТ. Астрель, 2005

Интернет-ресурсы

1. <http://www.bez.econavt.ru> Безопасность жизнедеятельности
2. <http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»
3. <http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности.
4. <http://theobg.by.ru/index.htm> Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ.
5. <http://informic.narod.ru/obg.html> Основы безопасности жизнедеятельности
6. <http://Obj.ru> Всероссийский научно-исследовательский институт по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций
7. <http://www.ampe.ru/web/guest/russian> Институт психологических проблем безопасности
8. <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
9. <http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности
10. <http://www.0-1.ru> Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность. Предупреждение чрезвычайных ситуаций
11. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
12. <http://www.rospotrebnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору
13. <http://www.gosnadzor.ru> Федеральный центр гигиены и эпидемиологии
14. <http://www.fcgsen.ru> Охрана труда и техника безопасности