

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ
ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
ОБУЧАЮЩИХСЯ
по дисциплине
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся по специальности
34.02.01 Сестринское дело**

Ставрополь, 2022 г.

сведения о сертификате ЭЦ

Владелец: Кандаурова Наталья
Владимировна, директор
Сертификат:
0298d2a100a6b37d85433743564d5a7918
Действителен: с 01.12.2025 12:39:11 по
01.03.2027 12:49:11

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Общие сведения
3. Инструкция для студентов по работе с рекомендациями
4. Технологическая карта внеаудиторной самостоятельной работы
5. Порядок оформления видов и форм отчетности по самостоятельной работе
6. Критерии результатов знаний и умений.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические рекомендации предназначены для самостоятельного изучения дисциплины ОБЖ обучающимися независимо от форм обучения.

Рекомендации содержат набор тем, которые соответствуют темам рабочей программы по дисциплине в рамках ФГОС по специальности 34.02.01 Сестринское дело

Структура комплекта методического пособия содержит в себе:

- общие сведения;
- инструкция для студентов по работе с рекомендациями;
- технологическая карта самостоятельной работы;
- перечень тем и рекомендаций по выполнению самостоятельной работы;
- блок контроля внеаудиторной самостоятельной работы.

В источниках информации для самостоятельного изучения дисциплины указан действующий перечень литературы, имеющейся в арсенале библиотечного фонда колледжа. Использование других источников, но не с истекшими сроками издания, также допустимо.

Форма отчетности предусматривает изучение источников информации по вопросам плана изучаемых тем, разработку опорно-логических конспектов, опорно-логических схем и т.д. с последующим оформлением всех видов работ в виде сообщений и в портфолио студента.

Выполненные все виды предлагаемых заданий в соответствии с методическими рекомендациями и грамотно оформленные являются итоговым самоотчетом студента и служат основанием для допуска к сдаче итоговой аттестации.

Составитель: Шпур С.Б.

2. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы по дисциплине ОБЖ разработаны в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины ОБЖ

Содержание методических рекомендаций по выполнению самостоятельной работы по данной дисциплине соответствует требованиям Федерального Государственного Образовательного Стандарта среднего общего образования нового поколения.

По учебному плану рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины следующее:

- максимальная учебная нагрузка обучающегося 60 часов, в том числе:
- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 40 часов;
- самостоятельная работа 20 часов.

Целью методического пособия является обеспечение эффективности самостоятельной работы обучающихся, определение ее содержания, установление требований к оформлению и результатам самостоятельной работы.

Задачами методических рекомендаций по самостоятельной работе являются:

- развитие комплексного подхода к изучению дисциплины на основе освоения ее методологических основ применения ранее полученных знаний и умений с использованием междисциплинарных связей;
- активизация самостоятельной работы обучающихся;
- содействие развитию творческого отношения к данной дисциплине;
- выработка умений и навыков рациональной работы с литературой и нормативными документами;
- управление познавательной деятельностью обучающихся.

Функциями методических рекомендаций по самостоятельной работе являются:

- определение содержания работы обучающихся по овладению программным материалом;
- установление требований к результатам изучения дисциплины.

Сроки выполнения и виды отчетности самостоятельной работы определяются преподавателем и доводятся до сведения обучающихся.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ В ХОДЕ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

ЛР. 01 Осознающий себя гражданином и защитником великой страны

ЛР. 02 Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций

ЛР 03 Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих

ЛР. 7 Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности

ЛР. 8 Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, профессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства

ЛР. 9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях

ЛР.10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой

3. ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ДЛЯ РАБОТЫ С РЕКОМЕНДАЦИЯМИ

Уважаемый студент!

Вы должны знать, что самостоятельная работа, как форма учебной деятельности, согласно требованиям ФГОС СОО, является важным элементом образовательного процесса. В соответствии с учебным планом по специальности 34.02.01 Сестринское дело в процессе изучения учебной дисциплины ОБЖ Вам необходимо более углубленно сформировать и совершенствовать учебные навыки через выполнение заданий для внеаудиторной самостоятельной работы. Чтобы выполнить предусмотренные задания Вам необходимо воспользоваться рекомендациями по выполнению и оформлению самостоятельной внеаудиторной работы по учебной дисциплине ОБЖ. В соответствии с рабочей программой по дисциплине ОБЖ объем часов, отводимый на самостоятельную работу составляет: 20 часов.

Обратите внимание, что все виды заданий для внеаудиторной самостоятельной работы указаны в **технологической карте внеаудиторной самостоятельной работы**. Вам необходимо очень подробно и тщательно изучить этот документ. В рекомендациях приводятся алгоритмы выполнения заданий. В технологической карте обозначены формы выполнения и контроля заданий, они различны.

Сроки проверки заданий преподаватель устанавливает в зависимости от применяемых видов контроля: текущий, рубежный, промежуточная аттестация. В зависимости от количества часов, отведенных на выполнение заданий и их сложности, преподаватель может осуществить текущий контроль. Преподаватель может спросить по теме любые вопросы в любой последовательности.

4. ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

Методические рекомендации по выполнению и оформлению самостоятельной работы обучающихся по дисциплине ОБЖ включают в себя технологическую карту самостоятельной работы, отражающую в себе изучаемые разделы и темы дисциплины, тематику самостоятельной работы, количество часов, виды самостоятельной работы, ее информационное обеспечение и форму контроля. Она разработана таким образом, чтобы обучающиеся могли самостоятельно выполнять предложенные задания, а преподаватель будет только проверять выполненные задания.

Тенденция современного образования - самостоятельное приобретение знаний под руководством преподавателя.

Технологическая карта самостоятельной работы поможет обучающимся организовать свою работу и мобилизовать себя на достижение поставленных задач. Из данной карты обучающиеся узнают наименования тем и тематику самостоятельной работы; ее виды как обязательные, так и по выбору обучающихся. Информационное обеспечение, обозначенное в карте, содержит в себе источники информации для самостоятельной работы. Предусмотренная форма контроля определяет функции преподавателя по проверке результатов самостоятельной работы и указывает на ее оформление. Самостоятельная работа рассчитана на разные уровни мыслительной деятельности. Выполненная работа, позволит приобрести не только знания, но и умения, навыки, а также выработать свою методику освоения содержания учебной дисциплины.

Самостоятельная работа выполняется обучающимися по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия, включает единицы содержания, выделенные преподавателем для самостоятельного изучения.

Технологическая карта самостоятельной работы студента по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности
Специальность: 34.02.01 Сестринское дело

<i>Наименование и номер раздела</i>	<i>Наименование темы</i>	<i>Тематика самостоятельной работы</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Виды самостоятельной работы</i>	<i>Информационное обеспечение</i>	<i>Форма контроля</i>
Самостоятельная работа	Самостоятельная работа № 1	«Факторы способствующие укреплению здоровья.»	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания
	Самостоятельная работа № 2	«Табачный дым его составные части».	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания
	Самостоятельная работа № 3	«Пассивное курение и его влияние на здоровье».	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания

Самостоятельная работа № 4	«Алкоголь и его влияние на здоровье человека»	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания
Самостоятельная работа № 5	«Наркотики, наркомания, социальные последствия».	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания
Самостоятельная работа № 6	«Я выбираю жизнь» (профилактика СПИДа, мы за ЗОЖ).	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания
Самостоятельная работа № 7	«Классификация чрезвычайных ситуаций».	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания

	Самостоятельная работа № 8	«Терроризм как основная опасность современности»	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания
	Самостоятельная работа № 9	«Первоочередные действия при оказании первой помощи больным и пострадавшим»	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания
	Самостоятельная работа № 10	Разработка инструкции поведения студентов при пожаре.	2	Реферат	А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень М.: Просвещение, 2019 г.	Проверка выполненного задания
		Итого: 20 часов				

5. ПОРЯДОК ОФОРМЛЕНИЯ ВИДОВ И ФОРМ ОТЧЕТНОСТИ ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ.

1. Методические рекомендации к написанию реферата

Реферат — это краткое изложение содержания научных исследований психолого-педагогической направленности по выбранной студентом тематике. В учебном реферате раскрывается суть проблемы, приводятся различные точки зрения, высказывается собственное мнение.

Данный вид учебной деятельности направлен на более глубокое изучение отдельной темы. В процессе работы над рефератом совершенствуются навыки научно-исследовательской работы, расширяется научный кругозор студентов.

Работа над рефератом проводится в пять этапов.

1-й этап — выбор темы. Тема выбирается с учетом перечня тем, предлагаемого преподавателем.

2-й этап — подбор литературы. Выполнение реферативной работы предполагает ознакомление студента с литературой по избранной тематике. В качестве источников необходимой информации выступают монографии, статьи, учебники и учебные пособия.

3-й этап - работа с литературой. В процессе чтения необходимо конспектировать текст. Конспект является краткой записью прочитанного. В нем фиксируются основные суждения и выводы автора. На полях листа конспекта полезно делать собственные пометки, чтобы облегчить себе дальнейшую работу по обработке и систематизации информации.

4-й этап - анализ, обработка и систематизация информации. Анализ прочитанного материала позволяет выделить главное, сформулировать основные смысловые блоки и записать содержание этих блоков своими словами.

5-й этап - разработка плана реферата. На основе отобранного и проанализированного материала разрабатывается план реферата, в котором отражается структура работы. Общепринятая структура реферата такова:

1. Введение.
2. Основная часть.
3. Заключение.
4. Библиографический список.

6-й этап - написание реферата. Текст реферата пишется в соответствии с разработанным планом.

Во *введении* дается обоснование выбора темы, обозначаются ее профессиональная, социальная и личностная значимость. Объем Введения - не более одной страницы.

Основная часть посвящается обзору учебной и научной литературы по избранной теме. В основной части рассматривается история вопроса, раскрываются соответствующие теме понятия, освещаются различные подходы, определяются место и роль изученных фактов и закономерностей.

Как правило, основная часть состоит из нескольких глав, в которых выделяют параграфы и, в случае необходимости, пункты. Объем основной части - 8-10 страниц.

В *заключении* подводятся итоги и содержатся выводы, к которым пришел автор в результате самостоятельно проведенного обзора литературы. Объем этой части реферата не более одной страницы.

Библиографический список включает не менее 10 наименований. Источники располагаются в алфавитном порядке.

Материал излагается своими словами, литературным языком. При изложении необходимо избегать высказываний от первого лица и стремиться использовать косвенные формулировки авторской

позиции. Например: по нашему мнению, автор считает, представляется важным, целесообразно отметить и т. д.

В тексте обязательны ссылки на использованную литературу. Ссылки приводятся в квадратных скобках сразу после текста, к которому относятся, с указанием порядкового номера источника в списке литературы и страницы. Например: [2, С. 42].

Цитаты приводятся дословно, заключаются в кавычки и сопровождаются квадратными скобками, в которых также указываются порядковый номер источника в библиографическом списке и страница. Допускается оправданное сокращение цитаты. В данном случае пропущенные слова заменяются многоточием. Например: [2, С. 16].

Требования к оформлению реферата

Реферат выполняется на одной стороне листа формата А4 (297х210). При компьютерном наборе текста реферата используется 14-й светлый шрифт. В тексте выдерживается одинарный междустрочный интервал. Поля со всех сторон листа 2,5 см.

Абзацные отступы должны быть равны пяти буквам или 1,27 см.

Все страницы, кроме титульной и второй, имеют сквозную нумерацию, выполненную арабскими цифрами. Нумерация начинается с 3-й страницы. Номера страниц располагаются по центру верхнего поля страницы.

На титульном листе указываются: тема, фамилия, имя, отчество студента, курс, группа, а также должность, фамилия, имя, отчество преподавателя, проверяющего работу. И год написания реферата.

На второй странице реферата размещается содержание, в котором отражается структура текста с указанием страниц, соответствующих началу глав, параграфов и подпунктов..

Структура текста реферата должна соответствовать плану.

Особое внимание необходимо обратить на правильность оформления заголовков. Все заголовки пишутся на середине строки. В конце заголовков не ставятся точки. Заголовок не заключается в кавычки и не подчеркивается. Перенос слов в заголовках не допускается. Между заголовками и текстом выдерживается 2,5 интервала - два нажатия на клавишу "Ввод".

Заголовки глав нумеруются арабскими цифрами и набираются полужирным заглавным прямым шрифтом.

6. Критерии результатов знаний и умений.

«5» - уровень освоения студентом учебного материала достаточно высок, студент умеет использовать теоретические знания при выполнении практических задач с практикой, подтверждает сформированность результатов;

«4» - студент полно освоил учебный материал, владеет понятийным аппаратом, ориентируется в изученном материале, осознанно применяет знания для решения практических задач, грамотно излагает ответ, но содержание и форма ответа имеют отдельные неточности;

«3» - студент знает и понимает основные положения учебного материала, но излагает его неполно, непоследовательно, допускает неточности в определении понятий, в применении знаний для решения практических задач не умеет доказательно обосновать свои суждения;

«2» - студент имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий, искажает их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал, не может применять знания для решения практических задач.