



Автономное профессиональное образовательное учреждение
Вологодской области
«Вологодский колледж связи и информационных технологий»

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПЛАНИРОВАНИЮ И ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Разработчик: М.Л. Казаков

Для специальностей

- 11.02.02. Техническое обслуживание и ремонт радиоэлектронной техники
- 09.01.01. Наладчик аппаратного и программного обеспечения
- 09.02.02. Компьютерные сети
- 11.02.11. Сети связи и системы коммутации
- 10.02.02. Информационная безопасность телекоммуникационных систем
- 09.02.03. Программирование в компьютерных системах
- 15.01.21. Электромонтер охранно-пожарной сигнализации
- 11.01.05. Монтажник связи
- 11.02.12. Почтовая связь
- 46.02.01. Документационное обеспечение управления и архивоведение

Рассмотрено на заседании предметно-цикловой
комиссии гуманитарных и социально-
экономических дисциплин
Протокол № 4 от «11» мая 2018г.
Председатель предметно-цикловой комиссии
Смирнова/ Н. Ю. Смирнова/

Заместитель директора по методическому
сопровождению и инновационной деятельности
Потылицына/ С.В. Потылицына/
«11» мая 2018 г.

1. Пояснительная записка

Методические рекомендации предназначены для организации самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности».

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» - обязательная общепрофессиональная дисциплина для всех специальностей среднего профессионального образования базового уровня в соответствии с требованиями ФГОС и представляет собой *науку* о сохранении здоровья и безопасности человека в среде обитания, которая призвана выявлять негативные факторы, разрабатывать методы и средства защиты от них, вырабатывать меры по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь:	
- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;	практические занятия внеаудиторная самостоятельная работа
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;	практические занятия внеаудиторная самостоятельная работа
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения;	практические занятия внеаудиторная самостоятельная работа
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;	практические занятия внеаудиторная самостоятельная работа
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;	практические занятия внеаудиторная самостоятельная работа
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;	практические занятия внеаудиторная самостоятельная работа
- оказывать первую помощь пострадавшим;	практические занятия внеаудиторная самостоятельная работа
Знать:	
- теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек – среда обитания»;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- 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;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- основы военной службы и обороны государства;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- способы защиты населения от оружия массового поражения;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- основные виды вооружения, военной техники и	контрольная работа

специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;	результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	контрольная работа результаты тестирования внеаудиторная самостоятельная работа

Контроль и оценка сформированности ОК

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК.1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, обладать высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности в области обеспечения информационной безопасности	- проявляет творческую инициативу, демонстрирует профессиональную подготовку; - выполняет профессиональные задачи	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы
ОК.2 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	- планирует деятельность, применяя технологию с учетом изменения параметров объекта, к объекту того же класса, сложному объекту (комбинирует несколько алгоритмов последовательно или параллельно); - выбирает способ достижения цели в соответствии с заданными критериями качества и эффективности;	
ОК.3 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность	- проводит анализ причин существования проблемы; - предлагает способ коррекции деятельности на основе результатов оценки продукта; - определяет показатели результативности деятельности в соответствии с поставленной задачей деятельности; - задает критерии для определения способа разрешения проблемы; - прогнозирует последствия принятых решений; - называет риски на основе самостоятельно проведенного анализа ситуации; - предлагает способы предотвращения и способы нейтрализации рисков;	
ОК.4 Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	- предлагает источник информации определенного типа / конкретный источник для получения недостающей информации и обосновывает свое предложение; - характеризует произвольно заданный источник информации в соответствии с задачей деятельности; принимает решение о завершении \ продолжении информационного поиска на основе оценки достоверности \ непротиворечивости полученной информации; - извлекает информацию по самостоятельно сформулированным основаниям, исходя из понимания целей выполняемой работы, систематизирует информацию в рамках самостоятельно избранной структуры - делает вывод о причинах событий и явлений на основе причинно-следственного анализа информации о них делает обобщение на основе предоставленных эмпирических или статистических данных	
ОК.5 Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	применяет ИКТ при выполнении профессиональных задач	
ОК.6 Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством,	- фиксирует особые мнения; использует приемы выхода из ситуации, когда дискуссия зашла в тупик, или резюмирует причины, по которым группа не смогла добиться результатов обсуждения;	

потребителями	<ul style="list-style-type: none"> - дает сравнительную оценку идей, высказанных участниками группы, относительно цели групповой работы самостоятельно готовит средства наглядности; - самостоятельно выбирает жанр монологического высказывания в зависимости от его цели и целевой аудитории; - работает с вопросами в развитие темы и \ или на дискредитацию позиции; - выделяет и соотносит точки зрения, представленные в диалоге или дискуссии самостоятельно определяет жанр продукта письменной коммуникации в зависимости от цели, содержания и адресата; 	
ОК.7 Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий	<ul style="list-style-type: none"> - контролирует и отвечает за работу членов команды; - отвечает за результат выполнения заданий; 	
ОК.8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации	- анализирует собственные мотивы и внешнюю ситуацию при принятии решений, касающихся своего продвижения;	
ОК.9 Ориентируется в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности	- применяет современные технологии в профессиональной деятельности;	

Контроль и оценка сформированности ОК

Общие компетенции	Основные показатели сформированности	Формы и методы контроля
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	Проявляет интерес к профессии/специальности в процессе учебной деятельности.	<i>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающихся в процессе освоения профессиональной образовательной программы, анкетирование</i>
	Участвует в профессионально-трудовых мероприятиях.	
	Качественно выполняет все профессионально-ориентированные задания.	
	Аргументирует свой выбор в профессиональном самоопределении	
	Определяет социальную значимость профессиональной деятельности	
	Выполняет самоанализ профессиональной пригодности	
	Определяет основные виды деятельности на рабочем месте и необходимые орудия труда	
	Определяет перспективы развития в профессиональной сфере	
	Изучает условия труда и выдвигает предложения по их улучшению	
	Определяет положительные и отрицательные стороны профессии	
	Определяет ближайшие и конечные жизненные цели в профессиональной деятельности	
	Определяет пути реализации жизненных планов	
	Участвует в мероприятиях, способствующих профессиональному развитию	
	Определяет перспективы трудоустройства	
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.	Определяет цель и порядок работы.	
	Использует в работе полученные ранее знания и умения.	
	Рационально распределяет время при выполнении работ.	
	Прогнозирует результаты выполнения деятельности в соответствии с задачами	
	Находит способы и методы выполнения задачи	
	Выстраивает план (программу) деятельности	
	Подбирает ресурсы (инструмент, информацию и т.п.) необходимые для решения задачи	
	Анализирует действия на соответствие эталону (нормам) оценки результатов деятельности	
	Анализирует результат выполняемых действий и выявляет причины отклонений от норм (эталона)	

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.	Определяет пути устранения выявленных отклонений
	Обобщает результат деятельности.
	Оценивает ситуацию в соответствии с поставленной задачей.
	Проявляет самостоятельность в принятии оптимальных решений в стандартных и нестандартных ситуациях.
	Контролирует и корректирует деятельность в соответствии с нормативной документацией.
	Несет ответственность за свой труд.
	Описывает ситуацию и называет противоречия
	Оценивает причины возникновения ситуации
	Определяет субъектов взаимодействия в возникшей ситуации
	Находит пути решения ситуации
	Подбирает ресурсы (инструмент, информацию и т.п.) необходимые для разрешения ситуации
	Прогнозирует развитие ситуации
	Организует взаимодействие субъектов-участников ситуации
	Берет на себя ответственность за принятое решение
ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.	Отбирает информацию для эффективного выполнения задач.
	Получает дополнительную информацию для расширения кругозора в профессиональной деятельности и личностного развития.
	Выделяет профессионально-значимую информацию (в рамках своей профессии)
	Выделяет перечень проблемных вопросов, информацией по которым не владеет
	Задаёт вопросы, указывающие на отсутствие информации, необходимой для решения задачи
	Пользуется разнообразной справочной литературой, электронными ресурсами
	Находит в тексте запрашиваемую информацию (определение, данные и т.п.)
	Сопоставляет информацию из различных источников
	Определяет соответствие информации поставленной задаче
	Классифицирует и обобщает информацию
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	Оценивает полноту и достоверность информации
	Рационально использует информационно-коммуникационные технологии для научной организации своего труда в сфере профессиональной деятельности
	Осуществляет поиск информации в сети Интернет и различных электронных носителях
	Извлекает информацию с электронных носителей
	Использует средства ИТ для обработки и хранения информации
	Представляет информацию в различных формах с использованием разнообразного программного обеспечения
	Находит, обрабатывает, хранит и передает информацию с помощью мультимедийных средств информационно-коммуникативных технологий.
	Умеет осознанно воспринимать информацию, распространяемую по каналам СМИ
ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.	Стремится критически осмысливать полученные сведения, применять их для расширения своих знаний
	Владеет профессиональной лексикой, применяет приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения.
	Оказывает помощь участникам команды.
	Выполняет обязанности в соответствии с распределением групповой деятельности.
	Устанавливает позитивный стиль общения
	Выбирает стиль общения в соответствии с ситуацией
	Признает чужое мнение
	При необходимости отстаивает собственное мнение
	Принимает критику
	Ведет деловую беседу в соответствии с этическими нормами
	Соблюдает официальный стиль при оформлении документов
	Составляет отчеты в соответствии с запросом и предъявляемыми требованиями
	Оформляет документы в соответствии с нормативными актами
	Выполняет письменные и устные рекомендации руководства
	Общается по телефону в соответствии с этическими нормами
	Способен к эмпатии

ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей)	Организует коллективное обсуждение рабочей ситуации	
	Составляет алгоритм (план) действий по модернизации	
	Несет ответственность за собственные решения и поступки	
	Проявляет инициативность и мобильность	
	Осуществляет позитивное социальное взаимодействие	
	Проявляет политическую и гражданскую активность	
	Выполняет гражданский долг	
	Демонстрирует чувство патриотизма	

На самостоятельную работу по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» отводится
11.01.05 Монтажник связи, 09.01.01 Наладчик аппаратного и программного обеспечения – 30 часов

15.01.21 Электромонтер охранно-пожарной сигнализации – 31 час

11.02.02. Техническое обслуживание и ремонт радиоэлектронной техники (по отраслям), 11.02.11. Сети связи и системы коммутации, 09.02.02. Компьютерные сети, 11.02.12. Почтовая связь – 34 часа

46.02.11. Документационное обеспечение управления и архивоведение, 10.02.02. Информационная безопасность телекоммуникационных систем, 09.02.03. Программирование в компьютерных системах – 20 часов

Критериями оценки результатов самостоятельной внеаудиторной работы студентов является:

- уровень освоения студентом учебного материала;
- соответствие содержания выполненной работы заявленной теме;
- глубина проработки материала;
- сформированность общих учебных умений и навыков;
- умение составлять и оформлять документы;
- правильность и полнота использования источников и др.

2. Содержание заданий для самостоятельной работы

Наименование разделов и тем	Содержание самостоятельной работа обучающихся	Форма контроля
Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и организация защиты населения. Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера.	Собрать информацию из СМИ, Интернета о конкретной чрезвычайной ситуации в настоящее время; сделать анализ последствий чрезвычайной ситуации на конкретном примере	Прослушивание устных ответов, проверка выполненной работы в электронном виде
Тема 1.2. Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций	Составить презентацию по теме «История создания и развития МЧС»	Просмотр и оценка презентаций
Тема 1.3. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	Подготовить сообщение по одной из тем: 1) Использование средств коллективной защиты от ОМП; 2) Планирование и организация выполнения эвакуационных мероприятий; 3) Средства и методы противопожарной защиты	Проверка выполненной работы в электронном виде; проверка рабочих тетрадей

Тема 1.4. Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики	Подготовить реферат по одной из тем: 1) Негативные факторы техносферы; 2) Методы и средства защиты от опасностей технологических систем и процессов; 3) Экобиозащитная техника на объектах экономики	Прослушивание устных ответов, проверка выполненной работы в электронном виде
Раздел 2. Основы военной службы Тема 2.1. Основы обороны государства	Изучить доктрину национальной безопасности Российской Федерации; составить таблицу по видам и родам Вооруженных Сил России	Прослушивание устных ответов; проверка рабочих тетрадей
Тема 2.2. Военная служба	Разработать технологические карты воспитательных мероприятий военно-патриотической направленности в колледже	Прослушивание устных ответов, проверка выполненной работы в электронном виде
Тема 2.3. Основы военно-патриотического воспитания		
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Тема 3.1. Здоровый образ жизни	Проанализировать программы по профилактике психоактивных веществ в нашей стране	Прослушивание устных ответов; проверка рабочих тетрадей
Тема 3.2. Первая доврачебная медицинская помощь	Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при травмах сердечно-сосудистой системы	Контроль и оценка действий при демонстрационном показе оказания первой доврачебной медицинской помощи

Рекомендации к оформлению презентации

1. Презентация создается в программе Power Point. Рекомендуемое количество слайдов 10-13. На них выносят основные графики, схемы, таблицы, фотографии и т.д. в соответствии с докладом.
2. На 1 слайде указывается наименование колледжа, направление подготовки (специальность), ФИО выпускника, его фотография (по желанию).
3. На 2 слайде указывается тема работы, руководитель.
4. На 3 слайде отражаются цель и задачи работы.
5. На 4 слайде обозначается структура работы.
6. На 5 и последующих слайдах, отражается содержание основной части работы (наиболее значимые моменты).
7. Слайды должны быть проиллюстрированы фотографиями, схемами, рисунками..
8. Презентация выполняется в едином стиле, с использованием не более 2 элементов анимации на каждом слайде. Цветовая гамма и использование анимации не должны препятствовать адекватному восприятию информации.
9. Слайды презентации переключает ассистент из числа однокашников.

10. Текст выступления и сопровождающей презентации должен быть отрепетирован.

Методические рекомендации по подготовке докладов (рефератов)

Доклад (реферат), как вид самостоятельной работы в учебном процессе, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, учит критически мыслить. При написании доклада по заданной теме студенты составляют план, подбирают основные источники.

В процессе работы с источниками систематизирует полученные сведения, делает выводы и обобщения.

К докладу (реферату) по крупной теме могут привлекать несколько студентов, между которыми распределяются вопросы выступления.

Тематика доклада (реферата) обычно определяется преподавателем, но в определении темы инициативу могут проявить и студенты.

Можно выделить следующие этапы подготовки доклада (реферата):

1. Определение цели доклада (реферата).
2. Подбор необходимого материала, определяющего содержание доклада (реферата).
3. Составление плана доклада (реферата), распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
4. Общее знакомство с литературой и выделение среди источников главного.
5. Уточнение плана, отбор материала к каждому пункту плана.
6. Композиционное оформление доклада (реферата).
7. Заучивание, запоминание текста доклада (реферата), подготовки тезисов выступления.
8. Выступление с докладом (рефератом).

Структура доклада (реферата) имеет следующие элементы:

- титульный лист
- оглавление (в нем последовательно излагаются названия пунктов доклада (реферата), указываются страницы, с которых начинается каждый пункт);
- введение (формулирует суть исследуемой проблемы, обосновывается выбор темы, определяются ее значимость и актуальность, указываются цель и задачи доклада (реферата), дается характеристика используемой литературы);
- основная часть (каждый раздел ее, доказательно раскрывая отдельную проблему или одну из ее сторон, логически является продолжением предыдущего; в основной части могут быть представлены таблицы, графики, схемы);
- заключение (подводятся итоги или дается обобщенный вывод по теме доклада, предлагаются рекомендации);
- список использованных источников.

Содержание структурных элементов доклада (реферата):

1. Введение - это вступительная часть научно-исследовательской работы. Автор должен приложить все усилия, чтобы в этом небольшом по объему разделе показать актуальность темы, раскрыть практическую значимость ее, определить цели и задачи эксперимента или его фрагмента.

2. Основная часть. В ней раскрывается содержание доклада (реферата). Как правило, основная часть состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе раскрываются история и теория исследуемой проблемы, дается критический анализ литературы и показываются позиции автора.

В практическом разделе излагаются методы, ход, и результаты самостоятельно проведенного эксперимента или фрагмента. В основной части могут быть также представлены схемы, диаграммы, таблицы, рисунки и т.д.

3. В заключении содержатся итоги работы, выводы, к которым пришел автор, и рекомендации. Заключение должно быть кратким, обязательным и соответствовать поставленным задачам.

4. Список использованных источников представляет собой перечень использованных книг, статей, фамилии авторов приводятся в алфавитном порядке, при этом все источники даются под общей нумерацией литературы. В исходных данных источника указываются фамилия и инициалы автора, название работы, место и год издания.

5. Приложение к докладу (реферату) оформляются на отдельных листах, причем каждое

должно иметь свой тематический заголовок и номер, который пишется в правом верхнем углу, например: «Приложение 1».

Имеется определенный набор требований к оформлению докладов (рефератов):

1. Объем доклада (реферата) может колебаться в пределах 5-15 печатных страниц; все приложения к работе не входят в ее объем.

2. Доклад (реферат) должен быть выполнен грамотно, с соблюдением культуры изложения.

3. Обязательно должны иметься ссылки на используемую литературу.

4. Должна быть соблюдена последовательность написания библиографического аппарата.

При выставлении оценки за выполненный доклад используется следующий набор критериев:

Оценка «отлично» ставится, если

1. Представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы;

2. Проблема раскрыта на теоретическом уровне, в связях и с обоснованиями, с корректным использованием обществоведческих терминов и понятий в контексте ответа;

3. Дана аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт.

Оценка «хорошо» ставится, если:

1. Представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы;

2. Проблема раскрыта с корректным использованием экономических терминов и понятий в контексте ответа;

3. Дана аргументация своего мнения с опорой на факты экономической жизни или личный экономический опыт.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если:

1. представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы;

2. проблема раскрыта при формальном использовании экономических терминов;

3. дана аргументация своего мнения с опорой на факты экономической жизни или личный экономический опыт без теоретического обоснования.

Задания по темам

Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера.

Основные этапы анализа чрезвычайных ситуаций и прогнозирование их последствий.

Чрезвычайные ситуации — это катастрофические ситуации разной степени тяжести, к-рая зависит от размера вреда, нанесенного людям, движимому и недвижимому имуществу. Каждая чрезвычайная ситуация имеет свои психол. последствия для чел. Хотя мн. происшествия заканчиваются трагически для жертвы или жертв, они наз. чрезвычайными ситуациями, только если пострадало мн. людей.

Анализ чрезвычайных ситуаций (disaster analysis) – изучение ситуаций, в результате которых страдает множество людей и возникает посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), критериями которого считаются: а) наличие определённого стрессора, который способен вызывать дистресс практически у каждого человека; б) повторное переживание травмы; 3. утрата чувств («эмоциональная анестезия»); в) избегание ситуаций, которые могли бы вызвать ассоциации с психотравмирующим событием. Анализ позволяет выделить 5 этапов с точки зрения возможного психологического воздействия чрезвычайной ситуации (ЧС): 1. инициальное воздействие ЧС – преобладают тревога и страхи; 2. героический этап ЧС – многие жертвы «выкладываются» физически и психически до полного истощения, чтобы совладать с ситуацией; 3. этап медового месяца ЧС – человек испытывает чувства радости и благодарности от того, что он выжил и получил помощь; 4. этап разочарования – появление фрустрации и возмущения, направленного на чиновников и властей в связи с недостаточностью и несвоевременностью их действий.

Прежде чем планировать предупредительные мероприятия, необходимо знать, какое потенциальное повреждающее действие окажет данная чрезвычайная ситуация на персонал, население, материальные ценности и окружающую среду.

Анализ последствий может включать следующее:

- описание потенциальных ЧС;
- оценку их вероятности;
- количественную оценку возможных последствий (например, поливов и выбросов, обладающих повреждающими свойствами (токсичностью, взрываемостью и т.д.);
- расчёт рассеивания выбросов и испарение проливов;
- оценку других повреждающих факторов (радиации, ударной волны, излучений и т.д.);
- суммарную оценку ущерба.

Прогнозирование ЧС - метод ориентировочного выявления и оценки обстановки, складывающейся в результате стихийных бедствий, аварий и катастроф.

При прогнозировании требуется оценить район, характер и масштабы ЧС в условиях неполной и ненадёжной информации и на этой основе ориентировочно определить характер и объём работ по ликвидации последствий ЧС. В задачу прогнозирования входит ориентировочное определение времени возникновения ЧС, по которому принимаются оперативные решения по обеспечению безопасности населения во всех сферах его деятельности.

Исходные данные для прогнозирования:

- места (координаты) потенциально опасных объектов и запасы веществ или энергии;
- численность и плотность населения;
- характер застройки;
- количество и тип защитных сооружений, их вместимость;
- метеорологические условия;
- рельеф местности и другие сведения.

Тема 2.1. Основы обороны государства

Задание

Ознакомиться с теоретической частью задания.

1. Дать определение понятиям вид и род Вооруженных сил РФ
2. Письменно составить таблицы или схему по видам и родам ВСРФ.

Теоретические сведения

Общее руководство Вооруженными Силами РФ осуществляет Верховный главнокомандующий - Президент России. Непосредственно руководит ВСРФ министр обороны через органы Министерства обороны РФ. Орган оперативного управления войсками и силами флота РФ является Генеральный штаб.

Вид Вооруженных сил – это часть Вооруженных Сил государства, предназначенная для ведения военных действий в определенной сфере (на суше, на море, в воздушном и космическом пространстве).

Род Вооруженных сил- это часть Вооруженных сил государства, включающая воинские формирования, которые имеют свойственные только им основные виды оружия и военную технику, а также владеют методами их боевого применения.

Вооруженные Силы РФ состоят из трех видов ВС: Сухопутных войск, Военно-Воздушных Сил и Военно-Морского Флота. Каждый вид, в свою очередь, состоит из родов войск, специальных войск и тыла. Также к видам ВС относятся три рода войск: РВСН-ракетные войска стратегического назначения, КВ-космические войска, ВДВ- воздушно-десантные войска

Сухопутные войска включают в себя органы военного управления, мотострелковые, танковые войска, ракетные войска и артиллерию, войска противовоздушной обороны, а также специальные войска (соединения и части разведки, связи, радиоэлектронной борьбы, инженерные,

радиационной, химической и биологической защиты, ядерно–технические, технического обеспечения, автомобильные и охраны тыла), воинские части и учреждения тыла, другие части, учреждения, предприятия и организации.

Военно–Воздушные Силы России состоят из четырех родов авиации (дальняя авиация, военно–транспортная авиация, фронтовая авиация, армейская авиация) и двух родов противовоздушных войск (зенитные ракетные войска и радиотехнические войска).

Радиотехнические войска выполняют задачи по обнаружению средств воздушного нападения противника в воздухе, опознаванию, сопровождению, оповещению о них командования, войск и органов гражданской обороны, а также по осуществлению контроля за полетами своей авиации.

Военно–Морской Флот России состоит из четырех родов сил: подводные силы, надводные силы, морская авиация, береговые войска, морская пехота и части и подразделения обеспечения и обслуживания.

РВСН-оснащены ракетно-ядерным оружием и предназначены для выполнения особых стратегических задач. Родов войск -не имеют.

КВ-космические войска- выполняют задачи по обнаружению стартов баллистических ракет, предупреждают о нападении.. родов войск- не имеют.

ВДВ-воздушно-десантные войска-самостоятельный род войск, предназначенный для боевых действий в тылу врага. Рода: парашютно-десантные, танковые, артиллерийские, самоходно-артиллерийские и др.

Тема 2.2. Военная служба

Задание: разработать технологические карты воспитательных мероприятий военно-патриотической направленности в колледже (приложение 1)

Тема 3.1. Здоровый образ жизни

Задание: сравнительный анализ программ профилактики наркомании.

В настоящее время стратегию организации профилактики аддиктивного поведения и разработку локальных программ на государственном уровне определяют две концепции «Профилактика наркомании и других видов зависимости от психоактивных веществ среди молодежи» на 2000-2004 гг.(разработана Экспертно-консультационным советом при Государственном комитете Российской Федерации по молодежной политике) и«Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде» (концепция комплексной активной профилактики и реабилитации (КАПР), разработанная по заказу Минобразования России).

Эти документы отражают системный, этапный, межведомственный подход к организации профилактики, которая направлена на развитие личности, укрепления душевного и физического здоровья, формирование здорового образа жизни. Базовой основой всех профилактических мероприятий признается информационно-когнитивное (образовательное) направление.

Разработчики концепции КАПР выделяют следующие основные принципы профилактической деятельности:

комплексность (согласованное взаимодействие заинтересованных органов и учреждений);

дифференцированность (определение целей, задач, средств и планируемых результатов профилактики с учетом возраста субъектов профилактики и степени вовлеченности в наркогенную ситуацию);

аксиологичность (формирование представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, законопослушности, уважении к человеку, государству, окружающей среде и др., как ориентиров и регуляторов поведения);

многоаспектность (сочетание социального, психологического и образовательного аспектов);

этапность (соблюдение определенных последовательных этапов в реализации профилактики);

легитимность (правовая база антинаркотической деятельности).

Проанализировав современные программы профилактики наркотизма, мы разделили их на три основных типа: информационные программы; программы, направленные на тренировку навыков социальной адаптации (общения, конфликтного взаимодействия, преодоления стрессов и др.); программы актуализации личностных ресурсов.

Основная цель информационного типа программ первичной профилактики аддиктивного поведения - информирование подростков, родителей, учителей, общественности о последствиях употребления психоактивных веществ. Рассказывается о наркотических веществах, их действии на организм человека, качестве и характеристиках удовольствия («кайфа»), которое может быть достигнуто. Информационная модель профилактики часто использует фотографии и плакаты, где изображены физические дефекты человека, принимающего наркотики, а также включающие атрибуты «наркоманского» образа жизни (сигареты, иглы, шприцы, кровь, следы от инъекций, кресты, кладбища и др.) [17, 19]. Если профилактику в соответствии с информационной моделью осуществляет человек не компетентный, то информация становится рекламой наркотического вещества и эффектов его действия. В настоящее время информационная модель профилактики в чистом виде используется редко, в основном для родителей и учительских коллективов. Существуют данные, что информация, поступающая из различных источников (художественные и документальные фильмы, телепередачи, книги и брошюры, газетные и журнальные статьи, беседы со взрослыми (родителями, учителями, врачами), рассказы старших ребят и сверстников) провоцируют употребление ПАВ.

Типы программ профилактики аддиктивного поведения

Тип программы	Примеры	Основные задачи
Информационные	<ul style="list-style-type: none">• «Спасибо. Нет!» (А.Л.Нелидов)• «Ваше здоровье – 2000»	Информирование об особенностях и последствиях различных форм аддиктивного поведения
Программы тренировки навыков социальной адаптации (общения, конфликтного взаимодействия, преодоления стрессов и др.)	<ul style="list-style-type: none">• «Навыки жизни». (А.В.Соловов)• Программа копинг - профилактики• «Прививка против наркомании» (В.В. Шабалина, Г.А.Терновская)• Программы формирования здорового жизненного стиля (Н.А.Сирота, В.М.Ялтонский)	В основе – копинг-стратегии <ul style="list-style-type: none">• Развитие способности к когнитивной оценке проблемной ситуации• Формирование позитивной Я-концепции• Развитие социальной компетентности
Актуализации личностных ресурсов	<ul style="list-style-type: none">• «На пороге нового века: программы, устремленные в будущее» (С.В.Кривцова, Кнорре Е.Б. и др.)	<ul style="list-style-type: none">• Осознание временных перспектив• Открытие способов удовлетворения

	<ul style="list-style-type: none"> • «Путешествие во времени» (О.В.Журавлева, С.П.Зуева и др.) • Программа первичной профилактики «Субъект саморазвития» (С.В.Березин, К.С.Лисецкий, Н.Ю.Самыкина и др.) 	<p>потребностей с использованием собственных ресурсов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Осознание собственных возможностей и способностей • Развитие устремлений • Содействие решению задач взросления
--	--	--

В основе программ **тренировки навыков** лежат копинг-стратегии [36, 37]. Программы направлены на усвоение адаптивных способов совладания со стрессом через обучение здоровому поведению, способность и возможность осуществлять когнитивную оценку проблемной ситуации, сформированность позитивной Я-концепции (самооценки, самоуважения, самоэффективности), способность самостоятельно контролировать свой поведенческий выбор; развитие коммуникативных навыков (умение сопереживать, общаться, понимать окружающих и прогнозировать их поведение, повышение социальной компетентности, оказание социальной поддержки), предупреждение инициации употребления наркотиков, посредством обеспечения готовности подростков сказать осознанное «нет». Программы этого типа можно назвать социально - воздействующими программами. При их разработке исходят из необходимости развивать у учащихся умение идентифицировать неблагоприятное социальное влияние и навыки противостоять этому влиянию. В социальном влиянии можно выделить четыре компонента: 1) информация о негативных социальных эффектах и физиологических следствиях; 2) сведения о потворствующих употреблению психоактивных веществ влияниях сверстников, родителей, средствах массовой информации; 3) коррекция преувеличенных представлений о распространении наркотизма среди подростков; 4) тренировку, ролевые игры, практику в способах преодоления.

Программы **актуализации внутренних ресурсов** ориентированы на поиск ресурсов для выхода из постоянно возникающих проблемных ситуаций и внутриличностных противоречий подростка, возвращение устремлений в его когнитивной, эмоциональной и волевой сфере [35]. Ведущими целями этого типа программ являются помощь в осознании жизненных перспектив и эмоциональной привлекательности будущего без зависимостей, осмысление своего настоящего через призму прошлого и будущего; создание условий, способствующих приобретению подростками нового субъектного опыта и личностного развития в процессе содержательного общения; содействие подросткам в решении актуальных для них задач взросления.

Обобщив данные теоретического анализа концепций и программ, мы выделяем некоторые общие принципы организации работы с подростками и молодежью.

1. Системность (межведомственное взаимодействие).
2. Дифференцированный подход к различным субъектам профилактики (дети, подростки, молодежь, родители, педагоги и др.).
3. Развитие волонтерского движения.
4. Проведение профилактики аддиктивного поведения методами информирования о последствиях злоупотребления ПАВ; формирования навыков и ценности здорового образа жизни и антинаркотических установок; формирования эффективных стратегий преодоления кризисных ситуаций (стрессоустойчивость); развития коммуникативных навыков, способности противостоять давлению группы (умение сказать «нет») и др.

Анализ изученных концепций и программ показывает, что профилактика в основном связывается с термином «формирование». Предполагается изначальное отсутствие в личности подростка каких то качеств, навыков, жизненных ориентаций. При этом совсем не уделяется внимания внутреннему миру личности подростка, его ценностям и потребностям. Во всех программах, как правило, отсутствуют критерии эффективности профилактического воздействия.

В качестве критериев эффективности профилактической работы часто называются цели и задачи программ, что само по себе неправильно и бесперспективно.

Во многих программах указывается на необходимость формирования здорового образа жизни, но мало кто из разработчиков программ указывает на критерии его сформированности.

В настоящее время более или менее четко определены критерии физического здоровья человека, чего нельзя сказать о психическом и социальном здоровье. Считаем принципиально важным рассмотреть понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни» с точки зрения их восприятия подростками и взрослыми людьми.

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

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений средних проф. образования. / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – 11-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2012;
2. Безопасность жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; Рос. академия наук, Рос. академ. Образования, изд. «Просвещение», - 5-е изд, перераб. – М.: Просвещение, 2013;
3. Безопасность жизнедеятельности: учебник для общеобразовательных учреждений. 11 класс / В.Н. Латчук, С.Н. Ваногородский. – 12-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2012.
4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.
5. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

Дополнительные источники:

1. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1993—2007.
2. Большой энциклопедический словарь. – М., 1997.
3. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
4. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
5. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
6. Безопасность жизнедеятельности: информационно-методический журнал учрежден Министерством по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий РФ
7. Безопасность жизнедеятельности: научно-практический и учебно-методический журнал учрежден Министерством по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий РФ.
8. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
9. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
10. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
11. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
12. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

13. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. От 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
14. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.
15. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
16. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.
17. Половое воспитание. А.Г. Трушкин, В.В. Баташев и др. Ростов-на-Дону. «Феникс» 2001, с.310.
18. Абраменкова В.В. Половая дифференциация и межличностные отношения в детской группе. «Вопросы психологии» № 5, 1987 г.
19. Алешина Ю.Е., Волович А.С. Проблемы усвоения ролей мужчины и женщины. «Вопросы психологии» № 4, 1991 г.
20. Федеральный закон № 323 от 21 ноября 2011 г. «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
21. Постановление Правительства РФ от 04 сентября 2003 г. № 547 «О подготовке населения в области ЧС природного и техногенного характера».
22. Приказ Минздравсоцразвития России от 04.05.2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь», и перечня мероприятий по оказанию первой помощи».

Интернет-ресурсы:

1. Безопасность жизнедеятельности. Форма доступа [http://www. aPegd.ru/edu/saf.htm](http://www.aPegd.ru/edu/saf.htm)
2. Безопасность жизнедеятельности: конспект лекций. Крюков Р.Ф. Форма доступа <http://www. knigafound.ru/books/52234>
3. www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).
4. www.mvd.ru (сайт МВД РФ).
5. www.mil.ru (сайт Минобороны).
6. www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
7. www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).
8. www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).

Пример технологической карты

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Воспитатель (Классный руководитель)					
Класс					
Место и время проведения, дата					
Тема воспитательного мероприятия					
Форма проведения					
<i>Цель:</i>					
<i>Задачи:</i> <u>Обучающая:</u> <u>Развивающая:</u> <u>Воспитывающая:</u>					
Планируемые результаты:		<p>Личностные: воспитание патриотизма, совершенствование духовно-нравственных качеств личности, чувства ответственности и долга перед Родиной, любви к Отечеству, развитие морального сознания.</p> <p>Метапредметные: <i>познавательные:</i> развитие мотивов и интересов познавательной деятельности, выполнение учебно-познавательных действий, осуществление для решения воспитательных задач операции анализа, синтеза, обобщение, выводы; <i>коммуникативные:</i> участие в диалоге с воспитателем, другими кадетами, формулирование собственных мыслей, высказывание и обосновывание своей точки зрения, построение монологических высказываний, осуществление совместной деятельности в группах с учётом конкретных воспитательных, познавательных задач; <i>регулятивные:</i> принятие воспитательной задачи.</p> <p>Предметные: формирование умений воспринимать, анализировать, критически оценивать и интерпретировать увиденное, услышанное.</p>			
Применяемые технологии					
Методы					
Средства обучения					
№	Название этапа	Цель этапа	Деятельность преподавателя	Деятельность обучающихся	Результат этапа, УУД

1.	Организационный этап	Активизировать внимание кадет			
2.	Мотивация деятельности кадет	Эмоциональная, психологическая и мотивационная подготовка к усвоению материала			
3.	Целеполагание	1.Сформулировать тему классного часа. 2. Поставить цель классного часа			
3	Актуализация и пробное действие	Воспроизведение изученного, установление преемственных связей прежних и новых знаний и применение их в новых ситуациях			
4	Практическая деятельность				
6	Рефлексия	Соотнесение цели классного часа и результата			

