МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ МОДУЛЬ
Безопасность жизнедеятельности
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **J2 Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности**

Квалификация **Бакалавр**

49.03.01 Физическая культура. Спортивная тренировка (о, 2024).plx
Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 36
самостоятельная работа 35,85
контактная работа во время промежуточной аттестации (ИКР) 0,15

Виды контроля в семестрах:
зачеты 3

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
Недель	17 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	18	18	18	18
Практические	18	18	18	18
Контактная работа (промежуточная аттестация) зачеты	0,15	0,15	0,15	0,15
В том числе в форме практ.подготовки	18	18	18	18
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	36,15	36,15	36,15	36,15
Сам. работа	35,85	35,85	35,85	35,85
Итого	72	72	72	72

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00BE888A562437DD0D6A077C2C7EE44514
Владелец: Холина Мария Валерьевна
Действителен: с 17.06.2024 до 10.09.2025

Программу составил(и):
кпн, Доцент, Казакевич Наталья Николаевна

Рабочая программа дисциплины
Безопасность жизнедеятельности

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы
Спортивная тренировка
Выпускающие кафедры:
Теоретических основ физического воспитания;
Методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта;
Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности;
Педагогики

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры
J2 Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Протокол от 03.05.2024 г. № 9

И. о. зав. кафедрой к.м.н., доцент Казакова Галина Николаевна

Председатель НМСС(С)
17 мая 2024 г. № 9 к.п.н., доцент Казакевич Наталья Николаевна

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Формирование у обучающихся учебных и профессиональных компетенций в ходе изучения предпосылок, закономерностей и правил безопасного поведения в условиях техногенной и природной среды, чрезвычайных ситуациях, авариях и стихийных бедствиях, а так же содействие развитию социальной, профессиональной и культурной компетентности обучающихся, развитию личности, понимающей важность природных ценностей и владеющей эффективными подходами к охране окружающей среды.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.ОДП.03
2.1	**Требования к предварительной подготовке обучающегося:**
2.1.1	Физическая культура и спорт
2.1.2	Основы медицинских знаний
2.1.3	Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья
2.2	**Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:**
2.2.1	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
УК-8.1: Обеспечивает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарногигиеническими нормами	
Знать:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне знает классификацию факторов риска и источники чрезвычайных ситуаций природного техногенного происхождения, признаки и последствия опасностей
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне знает классификацию факторов риска и источники чрезвычайных ситуаций природного техногенного происхождения, признаки и последствия опасностей
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне знает классификацию факторов риска и источники чрезвычайных ситуаций природного техногенного происхождения, признаки и последствия опасностей
Уметь:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне умеет идентифицировать факторы риска и оценивать последствия их воздействия на человека в повседневной жизни и в профессиональной деятельности
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне умеет идентифицировать факторы риска и оценивать последствия их воздействия на человека в повседневной жизни и в профессиональной деятельности
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне умеет идентифицировать факторы риска и оценивать последствия их воздействия на человека в повседневной жизни и в профессиональной деятельности
Владеть:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне владеет методиками идентификации и оценки факторов риска, основных угроз (опасностей) природного и техногенного происхождения жизнедеятельности человека
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне владеет методиками идентификации и оценки факторов риска, основных угроз (опасностей) природного и техногенного происхождения жизнедеятельности человека
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне владеет методиками идентификации и оценки факторов риска, основных угроз (опасностей) природного и техногенного происхождения жизнедеятельности человека
УК-8.2: Оценивает степень потенциальной опасности и использует средства индивидуальной и коллективной защиты	
Знать:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне знает методы поддержания безопасных условий жизнедеятельности при возникновении чрезвычайных ситуаций, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне знает методы поддержания безопасных условий жизнедеятельности при возникновении чрезвычайных ситуаций, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне знает методы поддержания безопасных условий жизнедеятельности при возникновении чрезвычайных ситуаций, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов
Уметь:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне умеет поддерживать безопасность труда и культуру безопасного и ответственного поведения, применяет методы для выявления условий возникновения чрезвычайных

	ситуаций
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне умеет поддерживать безопасность труда и культуру безопасного и ответственного поведения, применяет методы для выявления условий возникновения чрезвычайных ситуаций
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне умеет поддерживать безопасность труда и культуру безопасного и ответственного поведения, применяет методы для выявления условий возникновения чрезвычайных ситуаций
Владеть:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне владеет методами защиты в чрезвычайных ситуациях, поддерживает безопасные условия труда, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне владеет методами защиты в чрезвычайных ситуациях, поддерживает безопасные условия труда, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне владеет методами защиты в чрезвычайных ситуациях, поддерживает безопасные условия труда, в том числе при угрозе и возникновении военных конфликтов
ПК-7: Способен определять и использовать формы, методы, средства контроля и оценивания результатов освоения образовательной программы.	
ПК-7.1: Демонстрирует знания о методах, средствах и формах контроля результатов обучения.	
Знать:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне знает о мерах профилактики несчастных случаев в школе, видах травм и методиках реализации технологий обучения здоровому образу жизни, стимулирования и сохранения здоровья в учебном процессе.
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне знает о мерах профилактики несчастных случаев в школе, видах травм и методиках реализации технологий обучения здоровому образу жизни, стимулирования и сохранения здоровья в учебном процессе
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне знает о мерах профилактики несчастных случаев в школе, видах травм и методиках реализации технологий обучения здоровому образу жизни, стимулирования и сохранения здоровья в учебном процессе.
Уметь:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне умеет выявлять основные причины травм, нарушения санитарногигиенических норм, отсутствие необходимых знаний у детей и применять эти умения при реализации здоровьесберегающих технологий в учебном процессе
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне умеет выявлять основные причины травм, нарушения санитарногигиенических норм, отсутствие необходимых знаний у детей и применять эти умения при реализации здоровьесберегающих технологий в учебном процессе
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне умеет выявлять основные причины травм, нарушения санитарногигиенических норм, отсутствие необходимых знаний у детей и применять эти умения при реализации здоровьесберегающих технологий в учебном процессе
Владеть:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне владеет навыками целенаправленного ведения профилактической работы по предотвращению детского травматизма, применяет здоровьесберегающие технологии для формирования ценностных ориентаций, направленных на сохранение здоровья и гармоничное развитие обучающихся
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне владеет навыками целенаправленного ведения профилактической работы по предотвращению детского травматизма, применяет здоровьесберегающие технологии для формирования ценностных ориентаций, направленных на сохранение здоровья и гармоничное развитие обучающихся.
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне владеет навыками целенаправленного ведения профилактической работы по предотвращению детского травматизма, применяет здоровьесберегающие технологии для формирования ценностных ориентаций, направленных на сохранение здоровья и гармоничное развитие обучающихся.
ПК-7.2: Способен корректировать образовательный процесс в зависимости от результатов освоения образовательной программы	
Знать:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне знает организационно-правовые аспекты оказания первой помощи, состояния, при которых оказывается первая помощь, ее основные алгоритмы, внешние факторы, создающие опасности при оказании первой доврачебной помощи обучающимся.
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне знает организационно-правовые аспекты оказания первой помощи, состояния, при которых оказывается первая помощь, ее основные алгоритмы, внешние факторы, создающие

	опасности при оказании первой доврачебной помощи обучающимся.
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне знает организационно-правовые аспекты оказания первой помощи, состояния, при которых оказывается первая помощь, ее основные алгоритмы, внешние факторы, создающие опасности при оказании первой доврачебной помощи обучающимся.
Уметь:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне умеет определять угрожающие факторы для жизни и здоровья школьников их и окружающих, по возможности устраняет их
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне определяет угрожающие факторы для жизни и здоровья школьников их и окружающих, по возможности устраняет их
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне определяет угрожающие факторы для жизни и здоровья школьников их и окружающих, по возможности устраняет их
Владеть:	
Уровень 1	Обучающийся на продвинутом уровне владеет различными способами оказания первой доврачебной помощи в зависимости от состояния пострадавшего. Использует штатные (аптечки первой помощи) и подручные средства оказания первой помощи. Способен быстро передать пострадавшего медицинским бригадам, вызывать скорую медицинскую помощь и иные специальные службы
Уровень 2	Обучающийся на базовом уровне владеет различными способами оказания первой доврачебной помощи в зависимости от состояния пострадавшего. Использует штатные (аптечки первой помощи) и подручные средства оказания первой помощи. Способен быстро передать пострадавшего медицинским бригадам, вызывать скорую медицинскую помощь и иные специальные службы
Уровень 3	Обучающийся на пороговом уровне владеет различными способами оказания первой доврачебной помощи в зависимости от состояния пострадавшего. Использует штатные (аптечки первой помощи) и подручные средства оказания первой помощи. Способен быстро передать пострадавшего медицинским бригадам, вызывать скорую медицинскую помощь и иные специальные службы

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)								
Код занятия	**Наименование разделов и тем /вид занятия/**	**Семестр / Курс**	**Часов**	**Компетен-ции**	**Литература**	**Интеракт.**	**Пр. подгот.**	**Примечание**
	Раздел 1. Введение в дисциплину, значение курса «БЖД», основные определения.							
1.1	Введение в дисциплину, значение курса «БЖД», основные определения. /Лек/	3	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4			Обзор литературных источников
1.2	Введение в дисциплину, значение курса «БЖД», основные определения. /Пр/	3	2				2	Практическая работа
1.3	Категориальный и методологический	3	10					
	Раздел 2. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и экологического происхождения Российская система чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Организация и проведение работы в общеобразовательном учебном заведении по защите детей при чрезвычайных ситуациях.							
2.1	Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и экологического происхождения Российская система чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Организация и проведение работы в общеобразовательном учебном заведении по защите детей при чрезвычайных ситуациях. / /Лек/	3	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4			Составление тестовых заданий

2.2	Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и экологического происхождения Российская система чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Организация и проведение работы в общеобразовательном учебном заведении по защите детей при чрезвычайных ситуациях. / /Пр/	3	2				2	работа на семинаре
2.3	Чрезвычайные ситуации природного характера возможные на территории Красноярского края и г. Красноярска /Ср/	3	10					Реферат
2.4	Чрезвычайные ситуации техногенного характера возможные на территории Красноярского края и г. Красноярска /Ср/	3	11,85					
	Раздел 3. Опасности. Опасные и вредные факторы среды							
3.1	Опасности. Опасные и вредные факторы среды /Лек/	3	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4			Тестирование
3.2	Опасности. Опасные и вредные факторы среды /Пр/	3	2				2	Решение ситуационных задач
	Раздел 4. Экстремальные ситуации криминогенного и социального характера.							
4.1	Экстремальные ситуации криминогенного и социального характера. /Лек/	3	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4			тестирование
4.2	Экстремальные ситуации криминогенного и социального характера. /Пр/	3	2				2	работа на семинарах
	Раздел 5. Выживание в условиях автономного существования							
5.1	Выживание в условиях автономного существования /Лек/	3	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4			Составление тестовых заданий
5.2	Выживание в условиях автономного существования /Пр/	3	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4		2	Решение ситуационных задач, тестирование
	Раздел 6. Правовые, нормативно-технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности							
6.1	Правовые, нормативно-технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности /Лек/	3	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4			тестирование
6.2	Правовые, нормативно-технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности /Пр/	3	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4		2	Разработка презентации и доклада, обзор литературных источников
	Раздел 7. Гражданская оборона							

7.1	Средства коллективной и индивидуальной защиты /Лек/	3	2	УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4			
7.2	Средства коллективной и индивидуальной защиты /Пр/	3	2	УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4		2	практическое занятие
7.3	Средства индивидуальной и коллективной защиты. /Пр/	3	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4		4	тестирование
7.4	Эвакуация. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы. /Лек/	3	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4			
7.5	Основные виды АХОВ /Ср/	3	4					
	Раздел 8. Промежуточная аттестация							
8.1	Зачет. /КРЗ/	3	0,15		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4			

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

5.1. Контрольные вопросы и задания

Входной контроль
Примерные темы для составления обзора литературных источников:
1. Региональное распространение ненормативных привычек.
2. Профилактика наркотизма в Красноярском крае.
3. Репродуктивное здоровье и половое воспитание.
4. Последствия Чрезвычайных ситуаций.
5. Особенности физического развития детей и подростков.

Тестирование
1. Какие признаки характерны для приближающегося землетрясения:
а) резкое изменение погодных условий, самовоспламенение и самовозгорание горючих веществ и материалов, выпадение обильных осадков в виде дождя или снега;
б) короткое замыкание электросети, непонятный гул, качание люстры и дрожание стекол на окнах;
в) голубоватое свечение внутренней поверхности домов, искрение близко расположенных (но несоприкасающихся) электрических проводов, запах газа в районах, где раньше этого не отмечалось, вспышки в виде рассеянного света зарниц;
г) сползание грунтовых масс и горных пород вниз по склонам гор и оврагов.
2. Какие места являются безопасными для укрытия при землетрясении:
а) места под прочно закрепленными столами, рядом с кроватями, у колонн, проемы в капитальных внутренних стенах, углы, образованные капитальными внутренними стенами, дверные проемы;
б) места под подоконником, внутри шкафов, комодов, гардеробов, углы, образованные внутренними перегородками;
в) вентиляционные шахты и короба, балконы и лоджии, места внутри кладовок и встроенных шкафов;
г) самое безопасное место – это центр комнаты.
3. Что необходимо попытаться сделать при землетрясении:
а) забить окна, попытаться быстро покинуть здание и поехать (пойти) домой;
б) отключить электричество, эвакуироваться из здания, занять место вдали от строений и линий электропередачи;
в) успокоить домашних животных, быстро занять место на балконе или подальше от капитальных
стен;
г) взять личные документы и подняться на крышу дома.
Текущий контроль
Ситуационные задачи
Задания
1. Определите неотложное состояние пациента.
2. Составьте алгоритм оказания доврачебной помощи.
3. Продемонстрируйте технику оказания первой помощи
ЗАДАЧА 1
Пострадавший неподвижен, на оклик не реагирует. Видимое дыхание и пульс на лучевой артерии отсутствует. Пульс на сонной артерии едва определяется. Правая голень оторвана на уровне верхней трети. Видимого кровотечения нет. Одежда обильно пропитана кровью.
ЗАДАЧА 2
Лицо залито кровью. Нижняя челюсть деформирована и смещена кзади. Сознание отсутствует. Вдох судорожный. Пульс частый.
ЗАДАЧА 3.
Лицо залито кровью. Сознание спутано, стонет. В левой скуловой области 5•8 см. Глаз поврежден. Обильное истечение алой крови из раны.
ЗАДАЧА 4.
В вашей квартире начался пожар. Ваши действия.
ЗАДАЧА 5
У вас дома разбился ртутный градусник, ваши действия.

Составление тестовых заданий
Примерные темя для составления тестовых заданий
1. Прогнозирование опасностей, анализ, оценка риска.
2. Классификация ЧС.
3. Опасности. Опасности и вредные факторы среды. Чрезвычайные ситуации локального характера и защита от них.
4. Экстремальные ситуации криминогенного характера и способы защиты от них.
5. Выживание в условиях автономного существования. Терроризм и экстремизм.
6. Правовые, нормативно-технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
7. Гражданская оборона страны – как система общегосударственных мер по защите населения в военное время.
Примерные вопросы для работы на семинарском занятии
Семинарское занятие «Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и экологического происхождения Российская система чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Организация и проведение работы в общеобразовательном учебном заведении по защите детей при чрезвычайных ситуациях»
Вопросы для работы на семинарском занятии:
1. Охарактеризуйте понятие «Чрезвычайная ситуация».
2. Расскажите о классификации ЧС, в соответствии с которой их подразделяют по месту возникновения. Кратко охарактеризуйте разные виды ЧС.
3. Расскажите о классификации ЧС, в соответствии с которой их подразделяют по площади, жертвам и материальному ущербу. Кратко охарактеризуйте разные виды ЧС.
4. Охарактеризуйте техногенные ЧС: гидрологические и ЧС на производстве. Каков порядок действий при их угрозе или возникновении?
5. Охарактеризуйте техногенные ЧС: аварии на радиационно опасных объектах. Каков порядок действий при их угрозе или возникновении?
6. Охарактеризуйте понятие «Чрезвычайная ситуация природного характера».
7. Расскажите о классификации природных и экологических ЧС.
8. Охарактеризуйте природные ЧС: наводнения, сель, оползень. Каков порядок действий при их угрозе или возникновении? смерч, буря ураган. Каков порядок действий при их угрозе или возникновении? землетрясение. Каков порядок действий при их угрозе или возникновении?
Семинарское занятие Тема: «Экстремальные ситуации криминогенного и социального характера».
Вопросы к семинару:
1. Охарактеризуйте понятия «Экстремальная ситуация».
2. Расскажите о видах Э.С.: криминогенных, социальных.
3. Что включает в себя деятельность по обеспечению безопасности в Э.С.?
4. Охарактеризуйте понятия «Техногенные опасности», «Антропогенные опасности».
5. Как решаются проблемы безопасности в ЭС?
Практическая работа
Раздел « Безопасность и защита человека в среде обитания»
Тема «Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуации природного и техногенного характера»
Цель работы: Научиться правильно, действовать в различных ЧС.
Перечень используемого материала: плакаты, схемы, таблицы.
Время выполнения: 60 мин.
Задание.
1.Дайте определение понятий:
А) Чрезвычайная ситуация_____.
Б) Стихийное бедствие _____.
В) Авария_____.
2. Из нижеприведенных чрезвычайных ситуаций выберите те, которые относятся:
А) к ЧС природного характера_____.
Б) к ЧС техногенного характера_____.
(прорыв платины, эпидемия, смерч, лесной пожар, сель, радиационная авария, взрыв, извержения вулкана, сильная жара, химическая авария, авария на железной дороге, наводнение, пожар, оползень, буря
3. Дополните предложения.
Для привлечения внимания людей при возникновении чрезвычайной ситуации перед передачей речевой информации включают электросирены, производственные гудки и другие специальные сигнальные средства. Это означает подачу предупредительного сигнала, который называется_____. По этому сигналу необходимо _____.
4. Перечислите порядок своих действий, если во время бури или урагана вы оказались на открытом пространстве.
5. Перечислите порядок своих действий при химической аварии.
6. Ответьте на контрольные вопросы:
А) Что нужно сделать при пожаре в здании?
Б) Что такое лавина?
В) Что такое пожар и очаг возгорания?
Раздел «Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности государства»
Тема: « Современные средства поражения и их поражающие факторы»
Цель работы: Закрепить теоретические знания в практической деятельности.
Перечень используемого материала: Плакаты
Время выполнения: 60 мин.
Задание.
1.Дайте определения понятий:

А) Ядерное оружие …
Ядерное оружие включает в себя…
Б) химическое оружие…
К химическому оружию относят…
В) бактериологическое оружие…
Это оружие предназначено…
2.Дополните таблицу о поражающих факторах ядерного взрыва.
3.Дополните схему, отражающую классификацию боевых токсичных химических веществ (БТХВ) в зависимости от воздействия на организм человека.
4. Перечислите основные признаки применения бактериологического оружия:_____.
5. Дополните схему о классификации современных обычных средств поражения.

5.2. Темы письменных работ

Примерные темы для разработки презентации и докладов
1. Хлор. Признаки отравления. Оказание первой помощи. Средства индивидуальной защиты.
2. Ртуть. Признаки отравления. Оказание первой помощи. Средства индивидуальной защиты.
3. Сероуглерод. Признаки отравления. Оказание первой помощи. Средства индивидуальной защиты.
Примерные темя для составления тестовых заданий
1. Факторы, влияющие на здоровье. Статистика здоровья, заболеваемости, долголетия и смертности
2. Гигиена сна.
3. Гигиенические основы и разновидности питания.
Вопросы для работы на семинарском занятии:
1. Охарактеризуйте понятие «Чрезвычайная ситуация».
2. Расскажите о классификации ЧС, в соответствии с которой их подразделяют по месту возникновения. Кратко охарактеризуйте разные виды ЧС.
3. Расскажите о классификации ЧС, в соответствии с которой их подразделяют по площади, жертвам и материальному ущербу. Кратко охарактеризуйте разные виды ЧС.
Примерные задания практической работы
Практическая работа № 1.
Тема «Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности государства»
Цель работы: Научиться различать индивидуальные средства защиты по их применению. Приобрести практические навыки использования средств индивидуальной защиты.
Перечень используемого оборудования: Противогаз общевойсковой и гражданский ГП – 5.
Время выполнения: 60 мин.
1.Пояснение к работе.
2. Задание.
2.1. Заполнить таблицу №1.
Напротив вредного вещества записать СИЗ которые предназначены защищать от ОВ, используя материал кратких теоретических сведений.
Таблица 1.
« СИЗ от веществ оказанных вредное, отравляющие воздействие на человека»
ОВ СИЗ противогаз
2.2. Ответьте на контрольные вопросы:
А) Какой из СИЗ является наиболее универсальным?
Б) Почему необходимо сделать выдох при одевании противогаза?
В) Сколько размеров имеет противогаз?
Примерные тестовые задания
Тема: «Стихийные бедствия"
1. Какие признаки характерны для приближающегося землетрясения:
а) резкое изменение погодных условий, самовоспламенение и самовозгорание горючих веществ и материалов, выпадение обильных осадков в виде дождя или снега;
б) короткое замыкание электросети, непонятный гул, качание люстры и дрожание стекол на окнах;
в) голубоватое свечение внутренней поверхности домов, искрение близко расположенных (но несоприкасающихся) электрических проводов, запах газа в районах, где раньше этого не отмечалось, вспышки в виде рассеянного света зарниц;
г) сползание грунтовых масс и горных пород вниз по склонам гор и оврагов.
2. Какие места являются безопасными для укрытия при землетрясении:
а) места под прочно закрепленными столами, рядом с кроватями, у колонн, проемы в капитальных внутренних стенах, углы, образованные капитальными внутренними стенами, дверные проемы;
б) места под подоконником, внутри шкафов, комодов, гардеробов, углы, образованные внутренними перегородками;
в) вентиляционные шахты и короба, балконы и лоджии, места внутри кладовок и встроенных шкафов;
г) самое безопасное место – это центр комнаты.
3. Что необходимо попытаться сделать при землетрясении:
а) забить окна, попытаться быстро покинуть здание и поехать (пойти) домой;
б) отключить электричество, эвакуироваться из здания, занять место вдали от строений и линий электропередачи;
в) успокоить домашних животных, быстро занять место на балконе или подальше от капитальных стен;
г) взять личные документы и подняться на крышу дома.

Темы рефератов:
2. Риски в обеспечении безопасности жизнедеятельности: понятие, классификация и защита.
3. Индивидуальные и групповые риски: характеристика и меры по его минимиза-ции.
4. Взаимодействие человека и окружающей среды как источник формирования опасности.
5. Опасность: понятие, признаки и основное содержание.
6. Классификация опасностей.
7. Стадии развития чрезвычайных ситуаций (на примере по выбору студента).
8. Биосфера: понятие, изменения состояния и возможные последствия.
9. Среда обитания человека как источник опасности жизнедеятельности.
10. Явления и процессы как источники формирования опасности.
11. Человек как источник формирования опасности.
12. Чрезвычайные ситуации: понятие и классификация.
13. Техносфера: понятие, изменения состояния и возможные последствия.
14. Последовательность изучения опасности: предварительный анализ, дерево опас-ностей, анализ последствий (на конкретном примере).
15. Экологическая опасность: понятие, краткая характеристика, возможные послед-ствия.
16. Основные причины возникновения чрезвычайных ситуаций.
17. Безопасность как приемлемый риск.
18. Окружающая среда как источник формирования опасностей.
19. Предварительный анализ опасностей.
20. Нарушение экологического равновесия.
21. Основное содержание обеспечения национальной безопасности РФ.
22. Основные положения Стратегии национальной безопасности Российской Феде-рации.
23. Угроза национальной безопасности: понятие и основное содержание (на кон-кретном примере по выбору студента).
24. Распространение эпидемий, вызываемых неизвестными ранее вирусами, как фактор негативного влияния на обеспечение национальных интересов РФ.
25. Национальные интересы Российской Федерации: понятие и основное содержа-ние (на конкретном примере по выбору студента).
26. Основные принципы обеспечения национальной безопасности РФ.
27. Основные элементы системы обеспечения национальной безопасности РФ.
28. Стратегические национальные приоритеты РФ.
29. Силы обеспечения национальной безопасности.
30. Средства обеспечения национальной безопасности.
31. Технологии как средство обеспечения национальной безопасности РФ.
32. Телекоммуникационные каналы как средство обеспечения национальной без-опасности РФ.
33. Основные проблемы национальной безопасности РФ.
34. Основные проблемы международной безопасности РФ.
35. Безопасность в информационной сфере.
36. Безопасность в сфере науки и образования.
37. Угроза национальной безопасности в сфере образования.
38. Продовольственная безопасность: понятие, характеристика.
39. Глобальное информационное противоборство как угроза национальной безопас-ности.
40. Наркоторговля как фактор негативного влияния на обеспечение национальных интересов РФ.
41. Ксенофобия как фактор негативного влияния на обеспечение национальных ин-тересов РФ.
42. Дефицит пресной воды как фактор негативного влияния на обеспечение нацио-нальных интересов РФ.
43. Распространение ядерного оружия как фактор негативного влияния на обеспе-чение национальных интересов РФ.
44. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.
45. Техногенные катастрофы – глобальная проблема человечества и пути их предот-вращения.
46. Потенциально опасные объекты: понятие, характеристика (на отдельных приме-рах по выбору студента).
47. Чрезвычайные ситуации техногенного характера (на примере катастрофы на Чернобыльской АЭС).
48. Пожаровзрывоопасные объекты: понятие, классификация, характеристика.
49. Аварии с выбросом (угрозой выброса) радиоактивных веществ.
50. Безопасность на железнодорожном транспорте.
51. Основные причины возрастания уязвимости человека, общества от техногенных катастроф.
52. Меры пожарной профилактики.
53. Действия населения при пожарах в общественных местах.
54. Безопасность в социальной сфере.
55. Чрезвычайные ситуации социального характера: понятие, характеристика и ме-ры защиты.
56. Классификация социальных чрезвычайных ситуаций.
57. Опасные и чрезвычайные ситуации социального характера.
58. Чрезвычайные ситуации, обусловленные социальными процессами.
59. Социальные опасности, связанные с физическим насилием.
60. Социальные опасности: понятие, характеристика и меры защиты от них.
61. Киднэппинг как реальная опасность в современном обществе.
62. Профилактика и защита от киднэппинга.
63. Социальные опасности, связанные с распространением венерических заболева-ний.
64. Социальные опасности, связанные с психическим здоровьем.
65. Социальные опасности, связанные с вредными привычками человека (алкого-лизм, табакокурение, употребление курительных смесей, наркотиками – на выбор студен-та).

66. Социально-педагогические средства обеспечения безопасности.
67. Стресс и безопасность
68. Суицидальное поведение: характеристика причин, профилактика и способы за-щиты.
69. Основные социально-ситуационные факторы в молодежной среде.
70. Опасные и чрезвычайные ситуаций природного характера: классификация, ха-рактеристика.
71. Чрезвычайная ситуация геологического характера – оползень: основные поня-тия, характеристика, признаки, возможные последствия и действия человека.
72. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера – наводнение: основные понятия, последствия и действия человека в условиях наводнения.
73. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера – ураган, буря, смерч: понятие, характеристика, возможные последствия и меры защиты.
74. Влияние ионизирующих излучений на организм человека и меры защиты от не-го
75. Влияние загрязнения атмосферы на человека.
76. Воздушная среда и её влияние на человека.
77. Загрязнение природных вод детергентами и диоксинами.
78. Загрязнение природных вод тяжелыми металлами.
79. Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ (АХОВ).
80. Безопасность в метрополитене.
81. Безопасность на городском общественном транспорте

5.3. Оценочные материалы (оценочные средства)

Контрольные вопросы к зачету
1. Что такое чрезвычайная ситуация? По каким признакам классифицируются все чрезвычайной ситуации? На какие группы делятся чрезвычайные ситуации природного характера.
2. Что такое землетрясение? Что является основными причинами несчастных случаев при землетрясении? Какие действия населения помогут уменьшить количество травм и гибель людей при землетрясении?
3. Раскройте основные требования пожарной безопасности к общеобразовательным учреждениям. Опишите порядок проведения эвакуации детей при пожаре.
4. Опишите стадии пожара в помещении. Расскажите о общепринятой классификации пожаров по типу горючего вещества.
5. Опишите стадии пожара в помещении. Расскажите о общепринятой классификации пожаров по типу горючего вещества..Гигиенические нормы закаливания воздухом.
6. Какую помощь необходимо оказать человеку при отравлении угарным газом? Какие ФПК предназначены для защиты от угарного газа? Понятие о достаточном и сбалансированном питании.
7. Перечислите необходимые действия населения перед оставлением дома, квартиры в случае заблаговременной эвакуации из опасной зоны при опасности химического заражения территории.
8. Что такое ураган? Что сможет служить местами укрытия от смерчей? Какие места под открытым небом не могут служить укрытием от бури и урагана, особенно если они сопровождаются грозой?
9. Какие стихийные бедствия относятся к гидрологическим? Какие действия необходимы при внезапном наводнении? Какие вещи необходимо взять с собой при эвакуации в наводнение? Какие места можно использовать как безопасные для пребывания людей во время наводнения?
10. Что такое цунами? Какие районы в России являются цунами=опасными? Что необходимо знать жителя цунами-опасных районов, чтобы избежать травм и гибели при таком стихийном бедствии?
28. Каким образом осуществляется подбор шлема-маски противогаза?Объясните, как осуществить проверку противогаза на герметичность.Расскажите правила сборки и укладки противогаза.
29. Какие виды пожаров входят в понятие природные пожары? Что такое лесные пожары? Как подразделяются лесные пожары? Что является основной причиной лесных пожаров?
30. Как следует выходить из зоны лесного пожара? Какие меры предпринимаются для предупреждения возгорания строений при приближении фронта пожара к населенному пункту?
31. Что такое инфекционные болезни? Назовите наиболее опасные инфекционные заболевания людей? Какие меры необходимо принимать, чтобы инфекционные заболевания не переросли в эпидемии?
32. Что является основными причинами аварий и катастроф на железнодорожном транспорте? Какие самые лучшие места в поезде с точки зрения безопасности? Какие действия необходимо выполнить пассажиру, чтобы избежать получения травм и других повреждений при крушении и экстренном торможении поезда?
33. За счет чего в основном происходит загрязнение почвенного покрова тяжелыми металлами?
34. В каких положениях носят противогаз? Опишите их.
35. Что такое ватно-марлевая повязка, когда и для чего она используется?Объясните, как изготовить ватно-марлевую повязку.
36. Разъясните порядок надевания защитного костюма Л-1.Каким образом снимается костюм Л-1?
37. Опишите устройство АИ-2 и назначение вложенных в нее средств. Опишите устройство и правила пользования шприцом тюбиком.
38. Опишите устройство и правила пользования инди¬видуальным противохимическим пакетом (ИПП-9, -10).

39. Назовите типы средств коллективной защиты населения. Приведите примеры и дайте их краткую характеристику.Перечислите правила поведения в убежищах.
40. Приведите классификацию средств индивидуальной защиты. Назовите и коротко охарактеризуйте известные вам средства защиты органов дыхания.
41. Какие типы противогазов вы знаете и в чем их принципиальное отличие? Перечислите составные части фильтрующего противогаза (на примере ГП-7).
42. Чем отличаются промышленные противогазы от гражданских и как определить защитные свойства про¬мышленного противогаза?
43. Каковы назначение и устройство изолирующего противогаза (ИП-4)? Расскажите правила пользования. изолирующим противогазом.
44. Что такое респиратор икакого его назначение? Перечислите известные вам типы респираторов. Опишите их устройство на примере респиратора Р-2.
45. Назовите и коротко охарактеризуйте известные вам средства защиты кожи. Что такое изолирующие и фильтрующие средства защиты кожи, когда они используются? Как подготовить самостоятельно простейшие сред¬ства защиты кожи?
46. Какие огнетушители вы знаете (по типу огнетушащего вещества). Охарактеризуйте их.
47. Перечислите правила поведения в экстремальных природных условиях (если вы заблудились в лесу). Какие растения и грибы можно употреблять в пищу?
48. Опишите как изготавливается щель?
49. Опишите устройство АИ-2 и назначение вложенных в нее средств. Опишите устройство и правила пользования шприцом тюбиком.
50. Каковы назначение и устройство изолирующего противогаза (ИП-4)? Расскажите правила пользования изолирующим противогазом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Адрес
Л1.1	Холостова Е. И., Прохорова О. Г.	Безопасность жизнедеятельности: учебник	Москва: Дашков и К°, 2019	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573161
Л1.2	Семехин Ю. Г., Бондин В. И.	Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие	Москва, Берлин: Директ-Медиа, 2019	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573927
Л1.3	Евсеев В. О., Кастерин В. В., Коржинек Т. А., Клименко Н. Ю., Лебедева Н. В., Холостова Е. И., Прохорова О. Г.	Безопасность жизнедеятельности: учебник	Москва: Дашков и К°, 2022	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684378
Л1.4	Резчиков Е. А., Рязанцева А. В.	Безопасность жизнедеятельности: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2022	https://urait.ru/bcode/489504

6.3.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft® Windows® 8.1 Professional (OEM лицензия, контракт № 20А/2015 от 05.10.2015);
2. Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1B08-190415-050007-883-951;
3. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL);
4. Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия);
5. Google Chrome – (Свободная лицензия);
6. Mozilla Firefox – (Свободная лицензия);
7. LibreOffice – (Свободная лицензия GPL);
8. XnView – (Свободная лицензия);
9. Java – (Свободная лицензия);
10. VLC – (Свободная лицензия);

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Elibrary.ru: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: http://elibrary.ru Режим доступа: Свободный доступ;
Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: https://biblioclub.ru Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: e.lanbook.com Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: https://urait.ru Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: https://krasspu.antiplagiat.ru Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
Консультант Плюс /Электронный ресурс/:справочно – правововая система. Адрес: Научная библиотека Режим доступа: Локальная сеть вуза;

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева на текущий год» с обновлением перечня программного обеспечения и оборудования в соответствии с требованиями ФГОС ВО, в том числе:
1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся
3. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования
4. Перечень лабораторий.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические рекомендации по освоению дисциплины
«Безопасность жизнедеятельности»
Рекомендации по работе на лекции
В понятие лекции вкладывается два смысла: лекция как вид учебных
занятий в ходе которых в устной форме преподавателем излагается предмет, и лекция как способ подачи учебного материала путём логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.
Как правило, лекция содержит какой-либо объём научной информации,
имеет определённую структуру (вводную часть, основное содержание, обобщения, выводы и д р .), отражает соответствующую идею, логику раскрытия сущности рассматриваемых явлений.
Многие лекции естественнонаучного цикла сопровождаются демонстрацией опытов, показом натуральных объектов или изобразительных средств наглядности, экранных проекций.
Посещение студентами лекционных занятий — необходимо, т.к. лекции вводят в науку, они дают первое знакомство с научно-теоретическими
положениями данной науки и, что особенно важно и что очень сложно осуществить студенту самостоятельно, знакомят с методологией науки. Лекции предназначены для того, чтобы закладывать основы научных знаний, определять направление, основное содержание и характер всех видов учебных занятий, а также самостоятельной работы студентов. Систематическое
посещение лекций, активная мыслительная работа в ходе объяснения преподавателем учебного материала позволяет не только понимать изучаемую науку, но и успешно справляться с учебными заданиями на занятиях других видов (лабораторных, семинарских и т.д.), самостоятельно овладевать знаниями во внеаудиторное время. Рассмотрим некоторые рекомендации, как работать на
лекции.
1.Слушать лекции надо сосредоточенно, не отвлекаясь на разговоры и не занимаясь посторонними делами.
Механическое записывание отдельных фраз без их осмысления не оставляет следа ни в памяти, ни в сознании. В ходе лекции полезно следить за рассуждениями лектора, выполняя предлагаемые им мыслительные операции и стараясь дать ответы на поставленные вопросы.
2. Конспект лекций не должен представлять собой стенографическую запись её содержания. Необходимо прослушать, продумать, а затем записать
высказанную лектором мысль. До лекции и сжато излагать его в конспекте.
3. В конспект следует заносить записи, зарисовки, выполненные преподавателем на доске, особенно если он показывает постепенное,
последовательное развитие какого-то процесса, явления и т.п.
4. Надо стремиться записывать возникающие при слушании лекции мысли, вопросы, соображения, которые затем могут послужить предметом
дальнейших рассуждений, а иногда и началом поисково-исследовательской работы. Для сокращения времени таких записей можно выбрать свою систему условных обозначений (восклицательный знак, знак вопроса, плюс, «галочка» и др.), которые следует проставлять на полях конспекта в тех местах, где возник вопрос или появились какие- то соображения. Это помогает при проработке конспекта возвращаться к возникающим на лекции мыслям или

сомнениям.
5. Если преподаватель при чтении лекции строго придерживается учебника или какого-то пособия, есть смысл содержание лекции не записывать,
но записывать отдельные резюмирующие выводы или факты, которые не содержатся в учебной литературе.
6. Опытные лекторы, как правило, громкостью, темпом речи, интонацией выделяют в лекции главные мысли и иллюстративный материал, который
можно прослушать только для справки. Поэтому надо внимательно вслушиваться в речь преподавателя и сообразно этому вести записи в конспектах.
7. Для ускорения процесса конспектирования рекомендуется, исходя их
своих индивидуальных особенностей, выбрать систему выполнения записей на лекциях, используя удобные для себя условные обозначения отдельных терминов, наиболее распространённых слов и понятий.
8. Для конспектов лекций целесообразно выделить отдельную общую тетрадь, в которой на каждой странице желательно оставлять поля примерно в
¼ часть её ширины. Эти поля можно использовать для записи вопросов,
замечаний, возникающих в процессе слушания л е к ц и и , а т а к ж е д л я в ы н е с е н и я дополнений к
отдельным разделам конспекта в ходе проработки учебной и дополнительной литературы
9. Надо помнить, что конспект лекций – это только вспомогательный материал для самостоятельной работы. Он не может заменить учебник, учебное пособие или другую литературу. Вместе с тем, хорошо законспектированные лекции помогают лучше разобраться в материале и облегчают его проработку.
Отдельные студенты считают, что лекции можно слушать, не готовясь к ним. Слушать можно, но польза от этого невелика. В подавляющем большинстве случаев каждая последующая лекция опирается на ранее изложенные положения, выводы, закономерности, и предполагается, что аудитория всё это усвоила. Незнание предыдущего материала очень
часто
является причиной плохого понимания, излагаемого на лекции. По этой причине
необходимо готовиться к каждой лекции, прорабатывая конспект и рекомендованную литературу по прошлому материалу. Считается, что наиболее полезно прорабатывать лекцию в день её прослушивания, пока свежи впечатления и многое из услышанного легко восстановить в памяти.
Презентация и доклад
Презентация - это набор слайдов, объединенных возможностью перехода от одного слайда к другому и хранящихся в общем файле.
Слайд – это логически автономная информационная структура, содержащая различные объекты, которые представляются на общем экране монитора, листе бумаги или на листе цветной пленки в виде единой композиции. В составе слайда могут присутствовать следующие объекты: заголовок и подзаголовок, графические изображения (рисунки), таблицы, диаграммы, организационные диаграммы, тексты, звуки, маркированные списки, фон, колонтитул, номер слайда, дата, различные внешние объекты.
Основные правила составления презентаций
Правило № 1. Прежде чем приступить к созданию презентации, следует четко
представлять (понимать), что вы собираетесь донести до слушателей, что вы собираетесь рассказать. Поэтому необходимо просмотреть как можно больше литературы по данной теме, составить список материалов и иллюстраций, которые вам необходимы, определить, какие материалы и иллюстрации необходимо отсканировать, найти в Интернете или, наконец, нарисовать самим.
Правило № 2 . Самое важное: презентация – это визуальное, а не текстовое произведение, это визуальная
поддержка вашей речи или доклада, и, соответственно, в ней тоже должна быть показана структура (содержание).
Форма содержания: 1) Введение. 2) Основная часть. 3) Заключение.
Введение.
В этой части вы должны ввести аудиторию в ваш проект, ответить на следующие вопросы:
- О чем будет презентация?
- Какие вопросы будут решаться?
- Ответ, на какой вопрос вы ищете в проекте.
Основная часть.
В этой части вам необходимо рассказать о самых основных моментах вашей
презентации, т.е. детали темы, проблемы, исследования, и т.д.
Заключение.
В заключении вы можете повторить, перефразировав, введение. Введение и заключение могут быть очень схожими. Разница в том, что во введении вы описываете основные положения, понятия и вопрос, на который ищете ответ. А в заключении вы должны описать результаты вашей работы, какие ответы и предположения вы получили в ходе своих исследований. Не забудьте указать на титульном листе название работы и имена автора (-ов).
Правило № 3 . Будьте проще! В презентации не должно быть ничего лишнего. Каждый слайд должен представлять
собой звено, логически связанное с темой повествования, и работать на общую идею презентации. К сожалению, разработчики Microsoft Office предоставляют массу возможностей для воплощения дурного вкуса в оформлении презентаций. Не поощряйте такие наклонности: выбирайте для слайдов простые темы, или для их оформления используйте готовые шаблоны (http://www.smiletemplates.com). К этому же относится использовать анимации: применяйте её только тогда, когда это нужно, например, чтобы подчеркнуть последовательность ваших тезисов.
Правило № 4 . Наглядности в презентации можно добиться с использованием фигур и линий. Заливку фигур,
особенно если вы размещаете в них текст, не стоит делать яркой, а вот стрелки лучше прорисовывать жирнее: не все

издалека
смогут разглядеть тонкую линию.
Правило № 5 . Шрифт и кегль должны служить максимально простому визуальному восприятию. Шрифт – из классических, кегль – не меньше 24. Текст должен быть контрастным на любом цветовом фоне.
Правило № 6 . Расположение предложений на каждом слайде должно максимально облегчать задачу его восприятия. Совет: на слайдах «Заголовок и объект (список)» пропускайте после каждого пункта маркер, увеличивая отступ вдвое, если позволяет объём текста.
Правило № 7 . Количество текста в слайде должно определяться мыслью, что презентация – это конспект ключевых тезисов вашей работы (тезисный план), поэтому размещать туда выдержки из работы не стоит.
Правило № 8 . Графика чаще всего раскрывает концепции или идеи гораздо эффективнее текста: одна картинка может сказать больше тысячи слов. Бывает и наоборот, одно слово может сказать больше тысячи картин. Если есть возможность, вставляйте картинки в каждый слайд. Визуализация помогает аудитории. Помещайте картинки левее текста: мы читаем слева направо, поэтому смотрим сначала на левую сторону слайда.
Правило № 9 . Не перегружайте слайды лишними деталями, не увлекайтесь анимацией. Анимацию следует использовать только с целью привлечения внимания аудитории к основным, ключевым моментам слайда. Не забывайте, что звуковые и визуальные эффекты не должны отвлекать внимание слушателей от основной важной информации.
Правило № 10 . В конце презентации лучше поместить вежливый слайд «Спасибо за внимание!» Перед началом обсуждения вашей работы и презентации лучше вывести на экран титульный слайд с вашим именем и темой работы.
Правило № 11
Возможность в одной мультимедийной презентации разместить большой объем графической, текстовой и звуковой информации, позволяет в полной мере продемонстрировать преимущества и достоинства учебного материала.
2. Эмоциональная привлекательность, наглядность.
Мультимедийные презентации дают возможность представить информацию не только в удобной для восприятия последовательности, но и эффектно сочетать звуковые и визуальные образы, подбирать доминирующие цвета и цветовые сочетания, которые создадут у учащихся позитивное отношение к представляемой информации. Наглядность - это ключевой аргумент использования мультимедийных презентаций. И лучше всего он выражается расхожей фразой: «лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать», или даже прочесть.
3. Интерактивность.
Возможность непосредственно воздействовать на ход презентации - это одно из важнейших преимуществ мультимедиа. Выбрать язык презентации, нужный для представления раздел или блок информации - неоспоримое достоинство мультимедийных презентаций, которое дает возможность фокусировать внимание учеников на выбранных именно Вами ключевых моментах
Типичные недочеты и ошибки при создании презентаций.
* Отсутствие Титульного слайда, содержащего: название проекта или темы урока (занятия), сведения об авторе, дату разработки, информацию о местоположении ресурса в сети и др.
* Отсутствие Введения, в котором представлены: цели и задачи изучения темы, краткая характеристика содержания.
* Отсутствие Оглавления (для развернутых разработок, при наличии в презентации разделов, подтем) с гиперссылками на разделы / подтемы презентации.
* Отсутствие логического завершения презентации, содержащего: заключение, обобщения, выводы.
* Перегрузка слайдов подробной текстовой информацией (не более трех мелких фактов на слайде и не более одного важного).
* Неравномерное и нерациональное использование пространства на слайде;
* Отсутствие связи фона презентации с содержанием.
* Неудачный выбор цветовой гаммы: использование слишком ярких и утомительных цветов, использование в дизайне более 3 цветов (цвет текста, цвет фона, цвет заголовка и/или выделения), использование темного фона со светлым текстом.
* Использование разных фонов на слайдах в рамках одной презентации.
* Использование рисунков, фотографий плохого качества и с искажениями пропорций.
* Отсутствие должного выравнивания текста.
* Отсутствие или неясность связей в схемах или между компонентами материала на слайде.
* Наличие различных эффектов при переходах между слайдами и других раздражающих эффектов анимации, мешающих восприятию информации;
* Отсутствие единства стиля страниц:
• одинаковая гарнитура и размер шрифта для всех заголовков (не менее 24 пунктов);
• одинаковая гарнитура и размер шрифта для тестовых фрагментов (не менее 18 пунктов);
• заголовки, номера страниц, кнопки перелистывания должны появляться в одном и том же месте экрана;
• одинаковая цветовая гамма на всех станицах и т.п.
Подготовка доклада
Данные методические рекомендации направлены на помощь студентам в написании д о к л а д а , что способствует более углубленному изучению отдельных разделов дисциплины.
Д о к л а д выполняется на стандартной бумаге формата А4 (210/297).
Поля: левое – 30 мм, правое – 10 мм, верхнее 20 мм и нижнее – 25 мм; интервал полуторный; шрифт в текстовом редакторе Microsoft Word - Times New Roman Cyr; размер шрифта – 14 (не менее 12), выравнивание по ширине.
Стандартный титульный лист студент получает на кафедре.
Содержание начинается со второй страницы, далее должна идти сквозная нумерация. Номер страницы ставится в центре нижней части страницы. Общий объем доклада должен составлять 20-25 страниц (без приложений).
Во введении обосновывается актуальность темы, ее практическая значимость. Содержание должно быть представлено

в развернутом виде, из
нескольких глав, состоящих из ряда параграфов. Против названий глав и параграфов проставляются номера страниц по тексту. Главы и параграфы
нумеруются арабскими цифрами. Допускается не более двух уровней нумерации. Заголовки, в соответствии с оглавлением реферата, должны быть выделены в тексте жирным шрифтом (названия глав –заглавными буквами, названия параграфов – строчными буквами), выравнивание по центру. Точки в заголовках не ставятся.
Каждая глава должны начинаться с новой страницы. Текст параграфа не должен заканчиваться таблицей или рисунком. Представленные в тексте таблицы желательно размещать на одном листе, без переносов. Таблицы должны иметь сквозную нумерацию. Номер таблицы проставляется вверху слева. Заголовок таблицы помещается с выравниванием по левому краю через тире после ее номера.
На каждую таблицу и рисунок необходимы ссылки в тексте "в соответствии с рисунком 5 (таблицей 3)", причем таблица или рисунок должны быть
расположены после ссылки.
Все расчеты, выполняемые в докладе, излагаются в тексте с обоснованием, указанием размерности величин. Результаты расчетов представляются в табличной форме.
В заключении излагаются краткие выводы по результатам работы, характеризующие степень решения задач, поставленных во введении. Следует уточнить, в какой степени удалось реализовать цель реферирования,
обозначить проблемы, которые не удалось решить в ходе написания доклада .
Приложения обозначают заглавными буквами русского алфавита. Каждое приложение имеет свое обозначение.
Подбор литературы осуществляется студентом самостоятельно. Желательно использование материалов, публикуемых в журналах списка ВАК,монографий и других источников. Это обусловлено тем, что в д о к л а д е
вопросы теории следует увязывать с практикой, анализировать процессы, происходящие как в мировой так и в российской экономике.
Перечень используемой литературы должен содержать минимум 15 наименований. Список литературы оформляется в алфавитном порядке в соответствии с требованиями ГОСТа: сначала указываются источники законодательной базы (федеральные, региональные, местные нормативные правовые акты), затем – научные публикации (книги, статьи, авторефераты
диссертаций, диссертации). По каждому источнику, в том числе по научным статьям, указывается фамилия и инициалы автора, название, место издания, название издательства, год издания.
При использовании страниц Internet их перечень дается в конце списка литературы.
Подготовка и защита устного сообщения
Устное сообщение на семинаре строится по определенному плану:
1. Проблема, интересующая студента.
2. Изложение сути её решения.
3. Современное состояние данной проблемы.
4. Краткие выводы или заключение.
Выступление необходимо сопровождать демонстративным материалом, либо мультимедийной демонстрацией. В этом случае необходимо в день
предшествующий учебному занятию сообщить об этом преподавателю для технической организации
демонстрации. После выступления докладчик может сдать реферат по своему сообщению.
Структура работы на семинарских (практических) занятиях
1. Актуализация материала (преподаватель в ходе беседы, совместно с обучающимися обосновывает актуальность темы и проблем, обсуждаемых на семинаре). Знакомство с методическими пособиями по предмету, основной литературой для чтения, особенностями организации образовательного процесса при изучении дисциплины «Основы ЗОЖ и гигиена», рабочей программой модуля «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».
2. Изучение семинарских вопросов в форме фронтальной беседы, ответов обучающихся в виде сообщений индивидуально и в парах с применением компьютерных презентаций.
3. Подведение итогов занятия, формулировка общего вывода о пройденном материале, рефлексия обучающихся, обсуждение моментов в семинаре, которые вызвали затруднение или интерес.
Практическая работа
Методические рекомендации по выполнению практических работ находятся в методическом кабинете кафедры ФЧ и МОБ.
После окончания выполнения практической работы, обучающийся должен сдать отчет преподавателю в письменном виде.
Решение ситуационных задач выполняется на отдельных листах, в соответствии с требованиями к решению.
Тестирование
Тесты по модулю Основы медицинских знаний и здорового образа жизни находятся на кафедре ФЧи МОБ –
Указания: Все задания имеют 4 варианта ответа, из которых один или несколько правильных. Номера выбранных Вами ответов укажите рядом с номером вопроса в бланке для ответов.