

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КОЛЛЕДЖ «КРАНОСЕЛЬСКИЙ»**

**РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО**  
на заседании Педагогического Совета  
СПб ГБПОУ «Колледж «Красносельский»

Протокол № 6 от 09.06 2021 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор СПб ГБПОУ  
«Колледж «Красносельский»

Г.И. Софина

«09» 06 2021 г.

Приказ № 65-024 от 09.06 2021 г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 01CD507400BVB02FAC49F694BA10A42772  
Владелец: Софина Галина Ивановна  
Действителен: с 25.09.2023 до 25.12.2024

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ  
ПО ВНЕАУДИТОРНЫМ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ РАБОТАМ**

**по дисциплине**

ОД.13 Основы безопасности жизнедеятельности

**программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих**

**по профессии**

43.01.02 Парикмахер

Санкт-Петербург

2021 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ВВЕДЕНИЕ</b>	<b>стр. 4</b>
<b>2. ПЕРЕЧЕНЬ ВНЕАУДИТОРНЫХ (САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ) РАБОТ, ПРЕДЛАГАЕМЫХ К ВЫПОЛНЕНИЮ</b>	<b>5</b>
<b>3. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ РЕФЕРАТОВ</b>	<b>7</b>
<b>4. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ КОМПЬЮТЕРНЫХ ПРЕЗЕНТАЦИЙ</b>	<b>9</b>
<b>5. ИНСТРУКЦИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ВНЕАУДИТОРНЫХ (САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ) РАБОТ</b>	<b>16</b>
<b>6. СПИСОК ИСТОЧНИКОВ ИНФОРМАЦИИ</b>	<b>25</b>

## 1. ВВЕДЕНИЕ

Требования работодателей к современному специалисту, а также федеральный государственный образовательный стандарт ориентированы, прежде всего, на умения самостоятельной деятельности и творческий подход к специальности. Профессиональный рост специалиста, его социальная востребованность, как никогда зависят от умений проявить инициативу, решить нестандартную задачу, от способности к планированию и прогнозированию самостоятельных действий. Стратегическим направлением повышения качества образования в этих условиях является оптимизация системы управления учебной работой обучающихся, в том числе и их самостоятельной работой.

Методические указания по выполнению самостоятельных работ по дисциплине

ОД.13 «Основы безопасности жизнедеятельности» созданы Вам в помощь для работы во внеурочное время.

Наличие положительной оценки (отметки о выполнении) каждого вида самостоятельной работы необходимо для получения зачета по дисциплине, поэтому в случае невыполнения работы по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за самостоятельную работу Вы должны найти время для ее выполнения или передачи.

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

Внимание! Если в процессе выполнения заданий для самостоятельной работы возникают вопросы, разрешить которые Вам не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения разъяснений.

**2. ПЕРЕЧЕНЬ ВНЕАУДИТОРНЫХ (САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ) РАБОТ,  
ПРЕДЛАГАЕМЫХ К ВЫПОЛНЕНИЮ**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Форма контроля</b>
	1 семестр	12		
1	Раздел 1.	3		
	Характеристик а чрезвычайных ситуаций техногенного характера применительно к СПб. и Ленинградской области.	3	Составление реферата или презентации по материалам учебника, не изученных на аудиторных занятиях с использованием вспомогательных материалов из интернета.	1. Реферат в печатном виде 2. Презентация на электронном носителе
2	Раздел 2.	3		
	Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан, в области ГОЧС.	3	Составление реферата или презентации по материалам учебника, не изученных на аудиторных занятиях с использованием вспомогательных материалов из интернета.	1. Реферат в печатном виде 2. Презентация на электронном носителе
3	Раздел 3.	3		
	Биологические ритмы и работоспособность человека.	3	Составление реферата или презентации по материалам учебника, не изученных на аудиторных занятиях с использованием вспомогательных материалов из интернета.	1. Реферат в печатном виде 2. Презентация на электронном носителе
4	Раздел 4.	3		
	Основные правила оказания первой помощи. Понятие о ране. Разновидности ран.	3	Составление реферата или презентации по материалам учебника, не изученных на аудиторных занятиях с использованием вспомогательных материалов из интернета.	1. Реферат в печатном виде 2. Презентация на электронном носителе
	2 семестр	6		
5	Раздел 5	6		

	Современные средства поражения, ядерное оружие. Защита.	3	Составление реферата или презентации по материалам учебника, не изученных на аудиторных занятиях с использованием вспомогательных материалов из интернета.	1. Реферат в печатном виде 2. Презентация на электронном носителе
	История создания ВСРФ. Военная реформа Ивана Грозного. Петра I.	3		
	3 семестр	12		
6	Раздел 5	4		
	Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе»	4	Составление реферата или презентации по материалам учебника, не изученных на аудиторных занятиях с использованием вспомогательных материалов из интернета.	1. Реферат в печатном виде 2. Презентация на электронном носителе
7	Раздел 6	8		
	Закон РФ «О статусе военнослужащих»	4	Составление реферата или презентации по материалам учебника, не изученных на аудиторных занятиях с использованием вспомогательных материалов из интернета.	1. Реферат в печатном виде 2. Презентация на электронном носителе
	Основные виды воинской деятельности	4		
	4 семестр	9		
8	Раздел 6	9		
	Требования предъявляемые к гражданам поступающим на военную службу по контракту	4	Составление реферата или презентации по материалам учебника, не изученных на аудиторных занятиях с использованием вспомогательных материалов из интернета.	1. Реферат в печатном виде 2. Презентация на электронном носителе
	Распределение времени и повседневный порядок. Содержание помещений	3		
	Общие обязанности лиц суточного наряда	2		
	Всего	39		

### 3. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ РЕФЕРАТОВ

3.1. Реферат – основная форма выполнения внеаудиторной (самостоятельной) работы по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

1.2. Выполняется реферат в печатном виде на листах формата «А4». Основной шрифт Times New Roman, размер шрифта: 12-14. Если обучающийся не имеет возможность распечатать текст, то оформляется реферат письменно на листах формата «А4».

3.3. В состав реферата обязательно должны входить:

- титульный лист;
- оглавление (на отдельном листе с титульным);
- основной (полезный) материал размещенный минимум на 4-х листах формата «А4»;
- используемая литература.

Листы реферата могут помещаться в папках – скоросшивателях либо в прозрачных файлах – кармашках, либо скрепленные канцелярской скрепкой.

#### 3.4. Титульный лист (шапка) реферата.

Обязательно наличие титульного листа реферата. Без титульного листа реферат считается неправильно оформленным и не засчитывается как выполненная внеаудиторная (самостоятельная) работа.

На титульном листе сверху размещается полное наименование образовательного учреждения:

**Санкт-Петербургское Государственное Бюджетное  
Профессиональное Образовательное Учреждение «Колледж  
«Красносельский»**

Наименование не должно иметь сокращений.

По нижнему краю, посередине верхней половины листа указывается:

**Реферат по основам безопасности жизнедеятельности**

По верхнему краю, посередине нижней половины листа указывается:

**Тема: «Биологические ритмы и работоспособность человека»**

Посередине и с правого края нижней половины листа указывается:

**Выполнил(а) работу:  
Обучающийся группы 11АС  
Сидоров Михаил  
Проверил работу:  
Варламов В.А.**

Посередине и внизу нижней половины листа указывается:

**Санкт-Петербург  
2015 год**

#### 3.5. Оглавление.

Перечисляются основные составляющие (вопросы) реферата с указанием страниц.

#### 3.6. Основной (полезный) текст реферата.

Минимум 4-е листа формата «А4». Каждый вопрос реферата целесообразно выделять жирным шрифтом. Возможно выделение вопросов цветовой гаммой, размещение картинок (фотографий), схем (таблиц, чертежей), цветовое выделение текста в наиболее важных местах. Все это влияет при оценке на повышение баллов.

### **3.7. Указание используемой литературы.**

На заключающем листе реферата (отдельного от основного текста) указывается список используемой литературы, интернет-ресурса.

### **3.8. Форма контроля и критерии оценки реферата**

**«отлично»** Полнота использования учебного материала. В состав реферата входят все перечисленные подразделы (1.3.). Выполняются требования пункта 1.6. Логика изложения (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность материала (наличие рисунков, читаемость реферата). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Самостоятельность при составлении.

**«хорошо»** Использование учебного материала не полное. Объем страниц по пункту 1.6. меньше на 1. Не достаточно логично изложено (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Самостоятельность при составлении.

**«удовлетворительно»** Использование учебного материала не полное. Объем страниц по пункту 1.6. меньше 3. Не достаточно логично изложено (нет схем). Наглядность (нет рисунков). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы - слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

**«неудовлетворительно»** Реферат не сдан.

## 4. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ КОМПЬЮТЕРНЫХ ПРЕЗЕНТАЦИЙ

4.1. Компьютерные презентации выполняются наиболее подготовленными в техническом смысле обучающимися.

4.2. Компьютерные презентации при представлении обучающимися преподавателю подлежат обязательной защите (пояснения и уточнения обучающимися).

### 4.3. Общие правила дизайна

Многие дизайнеры утверждают, что законов и правил в дизайне нет. Есть советы, рекомендации, приемы. Дизайн, как всякий вид творчества, искусства, как всякий способ одних людей общаться с другими, как язык, как мысль — обойдет любые правила и законы.

Однако, можно привести определенные рекомендации, которые следует соблюдать, во всяком случае, начинающим дизайнерам, до тех пор, пока они не почувствуют в себе силу и уверенность сочинять собственные правила и рекомендации.

#### 4.3.1. Правила шрифтового оформления:

Шрифты с засечками читаются легче, чем гротески (шрифты без засечек); Для основного текста не рекомендуется использовать прописные буквы.

Шрифтовой контраст можно создать посредством: размера шрифта, толщины шрифта, начертания, формы, направления и цвета.

#### 4.3.2. Правила выбора цветовой гаммы.

Цветовая гамма должна состоять не более чем из двух-трех цветов.

Существуют не сочетаемые комбинации цветов.

Черный цвет имеет негативный (мрачный) подтекст.

Белый текст на черном фоне читается плохо (инверсия плохо читается).

#### 4.3.3. Правила общей композиции.

На полосе не должно быть больше семи значимых объектов, так как человек не в состоянии запомнить за один раз более семи пунктов чего-либо.

Логотип на полосе должен располагаться справа внизу (слева наверху и т. д.). Логотип должен быть простой и лаконичной формы. Дизайн должен быть простым, а текст - коротким.

Изображения домашних животных, детей, женщин и т.д. являются положительными образами.

Крупные объекты в составе любой композиции смотрятся довольно неважно. Аршинные буквы в заголовках, кнопки навигации высотой в 40 пикселей, верстка в одну колонку шириной в 600 точек, разделитель одного цвета, растянутый на весь экран — все это придает дизайну непрофессиональный вид.

Не стоит забывать, что на каждое подобное утверждение есть сотни примеров, доказывающих обратное. Поэтому приведенные утверждения нельзя назвать общими и универсальными правилами дизайна, они верны лишь в определенных случаях.

### 4.4. Рекомендации по дизайну презентации

Чтобы презентация хорошо воспринималась слушателями и не вызвала отрицательных эмоций (подсознательных или вполне осознанных), необходимо соблюдать правила ее оформления.

Презентация предполагает сочетание информации различных типов: текста, графических изображений, музыкальных и звуковых эффектов, анимации и видеофрагментов. Поэтому необходимо учитывать специфику комбинирования фрагментов информации различных типов. Кроме того, оформление и демонстрация каждого из перечисленных типов информации также подчиняется определенным правилам. Так, например, для текстовой информации важен выбор шрифта, для графической — яркость и насыщенность цвета, для наилучшего их совместного восприятия необходимо оптимальное взаиморасположение на слайде.



## Рекомендации по оформлению и представлению на экране материалов различного вида.

### 4.4.1. Текстовая информация

размер шрифта: 24-54 пункта (заголовки), 18-36 пунктов (обычный текст); цвет шрифта и цвет фона должны контрастировать (текст должен хорошо читаться), но не резать глаза;

4.4.2. тип шрифта: для основного текста гладкий шрифт без засечек (Arial, Tahoma, Verdana), для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем;

4.4.3. курсив, подчеркивание, жирный шрифт, прописные буквы рекомендуется использовать только для смыслового выделения фрагмента текста.

### **4.5. Графическая информация**

рисунки, фотографии, диаграммы призваны дополнить текстовую информацию или передать ее в более наглядном виде;

желательно избегать в презентации рисунков, не несущих смысловой нагрузки, если они не являются частью стилевого оформления;

цвет графических изображений не должен резко контрастировать с общим стилевым оформлением слайда;

иллюстрации рекомендуется сопровождать пояснительным текстом;

если графическое изображение используется в качестве фона, то текст на этом фоне должен быть хорошо читаем.

### **4.6. Анимация**

Анимационные эффекты используются для привлечения внимания слушателей или для демонстрации динамики развития какого-либо процесса. В этих случаях использование анимации оправдано, но не стоит чрезмерно насыщать презентацию такими эффектами, иначе это вызовет негативную реакцию аудитории.

### **4.7. Звук**

звуковое сопровождение должно отражать суть или подчеркивать особенность темы слайда, презентации;

необходимо выбрать оптимальную громкость, чтобы звук был слышен всем слушателям, но не был оглушительным;

если это фоновая музыка, то она должна не отвлекать внимание слушателей и не заглушать слова докладчика. Чтобы все материалы слайда воспринимались целостно, и не возникало диссонанса между отдельными его фрагментами, необходимо учитывать общие правила оформления презентации.

### **4.8. Единое стилевое оформление**

стиль может включать: определенный шрифт (гарнитура и цвет), цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;

не рекомендуется использовать в стилевом оформлении презентации более 3 цветов и более 3 типов шрифта;

оформление слайда не должно отвлекать внимание слушателей от его содержательной части; все слайды презентации должны быть выдержаны в одном стиле; Содержание и расположение информационных блоков на слайде информационных блоков не должно быть слишком много (3-6);

рекомендуемый размер одного информационного блока — не более 1/2 размера слайда; желательно присутствие на странице блоков с разнотипной информацией (текст, графики, диаграммы, таблицы, рисунки), дополняющей друг друга;

ключевые слова в информационном блоке необходимо выделить;

информационные блоки лучше располагать горизонтально, связанные по смыслу блоки - слева направо;

наиболее важную информацию следует поместить в центр слайда;

логика предъявления информации на слайдах и в презентации должна соответствовать логике ее изложения.

Помимо правильного расположения текстовых блоков, нужно не забывать и об их содержании — тексте. В нем ни в коем случае не должно содержаться орфографических ошибок. Также следует учитывать общие правила оформления текста.

После создания презентации и ее оформления, необходимо отрепетировать ее показ и свое выступление, проверить, как будет выглядеть презентация в целом (на экране компьютера или проекционном экране), насколько скоро и адекватно она воспринимается из разных мест аудитории, при разном освещении, шумовом сопровождении, в обстановке, максимально приближенной к реальным условиям выступления.

#### **4.9. Рекомендации к содержанию презентации.**

##### **4.9.1. По содержанию**

На слайдах презентации не пишется весь тот текст, который произносит докладчик (во-первых, в этом случае сам факт произнесения доклада теряет смысл, так как аудитория обычно умеет читать, а во-вторых, длинный текст на слайде плохо воспринимается и только мешает слушанию и пониманию смысла).

Текст на слайде должен содержать только ключевые фразы (слова), которые докладчик развивает и комментирует устно.

Если презентация является основой устного доклада, то по европейским и американским правилам второй слайд должен содержать краткое перечисление всех основных вопросов, которые будут рассмотрены в докладе. Это нечасто встречается у нас даже на «взрослых» конференциях, но практика показывает, что правило - чрезвычайно полезное: дисциплинирует докладчика, концентрирует внимание слушателей, а, кроме того, во время создания такого слайда от автора требуется очень четко выделить и сформулировать ключевые проблемы доклада.

Если презентация имеет характер игры, викторины, или какой-либо другой, который требует активного участия аудитории, то на каждом слайде должен быть текст только одного шага, или эти «шаги» должны появляться на экране постепенно.

##### **4.9.2. По оформлению**

На первом слайде пишется не только название презентации, но и имена авторов (в ученическом случае - и руководителя проекта) и дата создания.

Каждая прямая цитата, которую комментирует или даже просто приводит докладчик (будь то эпиграф или цитаты по ходу доклада) размещается на отдельном слайде, обязательно с полной подписью автора (имя и фамилия, инициалы и фамилия, но ни в коем случае - одна фамилия, исключение - псевдонимы). Допустимый вариант - две небольшие цитаты на одну тему на одном слайде, но не больше.

Все схемы и графики должны иметь названия, отражающие их содержание.

Подбор шрифтов и художественное оформление слайдов должны не только соответствовать содержанию, но и учитывать восприятие аудитории. Например, сложные рисованные шрифты часто трудно читаются, тогда как содержание слайда должно восприниматься все сразу - одним взглядом.

На каждом слайде выставляется колонтитул, включающий фамилию автора и/или краткое название презентации и год создания (например, в презентации «Политическая история народов Дагестана и ее влияние на историю России» в колонтитуле стояло: «Иванова. Народы Дагестана. 2004»), номер слайда.

В конце презентации представляется список использованных источников, оформленный по правилам библиографического описания.

Правила хорошего тона требуют, чтобы последний слайд содержал выражение благодарности тем, кто прямо или косвенно помогал в работе над презентацией.

Кино и видеоматериалы оформляются титрами, в которых указываются: название фильма (репортажа), год и место выпуска,

авторы идеи и сценария,  
руководитель проекта,

## **4.10. Правила компьютерного набора текста при создании презентаций**

### 4.10.1. Общие правила оформления текста

Точка в конце заголовка и подзаголовках, выключенных отдельной строкой, не ставится. Если заголовок состоит из нескольких предложений, то точка не ставится после последнего из них.

Порядковый номер всех видов заголовков, набираемый в одной строке с текстом, должен быть отделен пробелом независимо от того, есть ли после номера точка.

Точка не ставится в конце подрисуночной подписи, в заголовке таблицы и внутри нее. При отделении десятичных долей от целых чисел лучше ставить запятую (0,158), а не точку (0.158).

Перед знаком препинания пробел не ставится (исключение составляют открывающиеся парные знаки, например, скобки, кавычки). После знака препинания пробел обязателен (если этот знак не стоит в конце абзаца). Тире выделяется пробелами с двух сторон. Дефис пробелами не выделяется.

Числительные порядковые и количественные выражаются в простом тексте словами (обычно, однозначные при наличии сокращенных наименований), цифрами (многозначные и при наличии сокращенных обозначений) и смешанным способом (после десятков тысяч часто применяются выражения типа 25 тыс.), числительные в косвенных падежах набирают с так называемыми наращениями (6-го). В наборе встречаются арабские и римские цифры.

Индексы и показатели между собой и от предшествующих и последующих элементов набора не должны быть разделены пробелом (H<sub>2</sub>O, мЗ/с)

Нельзя набирать в разных строках фамилии и инициалы, к ним относящиеся, а также отделять один инициал от другого.

Не следует оставлять в конце строки предлоги и союзы (из одной-трех букв), начинающие предложение, а также однобуквенные союзы и предлоги в середине предложений.

Последняя строка в абзаце не должна быть слишком короткой. Надо стараться избегать оставления в строке или переноса двух букв. Текст концевой строки должен быть в 1,5-2 раза больше размера абзацного отступа, т.е. содержать не менее 5-7 букв. Если этого не получается, необходимо вогнать остаток текста в предыдущие строки или выгнать из них часть текста. Это правило не относится к концевым строкам в математических рассуждениях, когда текст может быть совсем коротким, например "и", "или" и т.п.

Знаки процента (%) применяют только с относящимися к ним числами, от которых они не отделяются.

Знаки градуса (°), минуты (′), секунды (″) от предыдущих чисел не должны быть отделены пробелом, а от последующих чисел должны быть отделены пробелом (10° 15′).

Формулы в текстовых строках набора научно-технических текстов должны быть отделены от текста на пробел или на двойной пробел. Формулы, следующие в текстовой строке одна за другой, должны быть отделены друг от друга удвоенными пробелами.

Знаки номера (№) и параграфа (§) применяют только с относящимися к ним числами и отделяются пробелом от них и от остального текста с двух сторон. Сдвоенные знаки набираются вплотную друг к другу. Если к знаку относится несколько чисел, то между собой они отделяются пробелами. Нельзя в разных строках набирать знаки и относящиеся к ним цифры.

В русском языке различают следующие виды сокращений: буквенная аббревиатура - сокращенное слово, составленное из первых букв слов, входящих в полное название (СССР, НДР, РФ, вуз); сложносокращенные слова, составленные из частей сокращенных слов (колхоз) или усеченных и полных слов (Моссовет), и графические сокращения по

начальным буквам (г. - год), по частям слов (см. - смотри), по характерным буквам (млрд - миллиард), а также по начальным и конечным буквам (ф-ка - фабрика). Кроме того, в текстах применяют буквенные обозначения единиц физических величин. Все буквенные аббревиатуры набирают прямым шрифтом без точек и без разбивки между буквами, сложносокращенные слова и графические сокращения набирают как обычный текст. В выделенных шрифтами текстах все эти сокращения набирают тем же, выделительным шрифтом.

#### 4.10.2. Специфические требования при компьютерном наборе текста

При наборе текста одного абзаца клавиша «Перевод строки» («Enter») нажимается только в конце этого абзаца.

Между словами нужно ставить ровно один пробел. Равномерное распределение слов в строке текстовым процессором выполняется автоматически. Абзацный отступ (красную строку) устанавливать с помощью пробелов запрещено; для этого используются возможности текстового процессора (например, можно использовать бегунки на горизонтальной полосе прокрутки или табулятор).

Знак неразрывный пробел (Вставка - Символ, вкладка Специальные знаки или комбинация клавиш CTRL+SHIFT+пробел) препятствует символам, между которыми он поставлен, располагаться на разных строчках, и сохраняется фиксированным при любом выравнивании абзаца (не может увеличиваться, в отличие от обычного пробела).

Выделением называют особое оформление отдельных слов или частей текста, которое подчеркивает их значение. Все виды выделений делят на три группы:

шрифтовые выделения, выполняемые путем замены характера или начертания шрифта, — набор курсивом, полужирным, жирным, полужирным курсивом, прописными или капительными буквами, шрифтами другого кегля или даже другой гарнитуры;

нешрифтовые выделения, выполняемые путем изменения расстояний между буквами (набор вразрядку) или между строками набора (дополнительные отбивки отдельных строк), изменения формата набора (набор «в красную строку», набор с одно- или двусторонними втяжками), подчеркивания текста тонкими или полужирными линейками или заключения отдельных частей текста в рамки и т. п.;

комбинированные выделения, выполняемые одновременно двумя способами, например, набор полужирным вразрядку, набор полужирным шрифтом увеличенного кегля с выключкой в «красную строку» и дополнительными отбивками, набор курсивом с заключением текста в рамку и т. п. Шрифтовые выделения (курсивом, полужирным, жирным) должны быть выполнены шрифтами той же гарнитуры и кегля, что и основной текст. Знаки препинания, следующие за выделенной частью текста, должны быть набраны шрифтом основного текста.

В текстовом наборе абзацные отступы должны быть строго одинаковыми во всем документе, независимо от кегля набора отдельных частей текста.

Знак тире, или длинное тире, может быть набрано с помощью одновременного нажатия комбинации клавиш CTRL+SHIFT+серый минус (серый минус располагается на цифровой клавиатуре, справа) или Вставка — Символ, вкладка Специальные знаки.

### **4.11. Общие правила оформления презентации**

#### 4.11.1. Дизайн

Выберите готовый дизайн или создайте свой так, чтобы он соответствовал Вашей теме, не отвлекал слушателей.

#### 4.11.2. Титульный лист

1. Название презентации.
2. Автор: ФИО, студента, место учебы, год.
3. Логотип (по желанию).

4.11.3. Второй слайд «Содержание» - список основных вопросов, рассматриваемых в содержании. Лучше оформить в виде гиперссылок (для интерактивности презентации).

#### 4.11.4. Заголовки

1. Все заголовки выполнены в едином стиле (цвет, шрифт, размер, начертание).
2. В конце точка НИКОГДА не ставится (наверное, можно сделать исключение только для учеников начальной школы).

3. Анимация, как правило, не применяется.

#### 4.11.5. Текст

1. Форматируется по ширине.
2. Размер и цвет шрифта подбираются так, чтобы было хорошо видно.
3. Подчеркивание НЕ используется, т.к. оно в документе указывает на гиперссылку.
4. Элементы списка отделяются точкой с запятой. В конце обязательно ставится точка.
5. На схемах текст лучше форматировать по центру.
6. В таблицах - по усмотрению автора.
7. Обычный текст пишется без использования маркеров списка:
8. Выделяйте главное в тексте другим цветом (желательно все в едином стиле).

#### 4.11.6. Графика

1. Используйте четкие изображения с хорошим качеством.
2. Лучше растровые изображения (в формате jpg) заранее обработать в любом графическом редакторе для уменьшения размера файла. Если такой возможности нет, используйте панель «Настройка изображения».

#### 4.11.7. Анимация

Используйте только в том случае, когда это действительно необходимо. Лишняя анимация только отвлекает.

#### 4.11.8. Список литературы

1. Сначала указывается фамилия (в алфавитном порядке) и инициалы.
2. Пишется название источника (без кавычек).
3. Ставится тире и указывается место издания.
4. Через двоеточие указывается издательство (без кавычек).
5. После запятой пишется год издания.

#### Пример:

1. Петров А.В. Экономика в школе. - М.: Просвещение, 2001.
2. Сидоров Т.В. Экономика транспорта. - Спб.: Аврора, 2000.
3. Щукина И.Г. Люди и машины. - Саратов: Лицей, 2006.

Интернет-ресурсы: указывается полный адрес в виде гиперссылки, например:  
<https://portal.petrocollege.ru/go/default.aspxno=6361&tmpl=Thread&BoardId=6364&ThreadId=9887&page=0>

Для правильной работы презентации все вложенные файлы (документы, видео, звук и пр.) размещайте в ту же папку, что и презентацию.

### **4.12. Правила оформления презентаций**

#### 4.12.1. Общие требования к смыслу и оформлению:

Всегда необходимо отталкиваться от целей презентации и от условий прочтения. Презентации должны быть разными — своя на каждую ситуацию. Презентация для выступления, презентация для отправки по почте или презентация для личной встречи значительно отличаются;

Представьте себя на месте просматривающего.

#### 4.12.2. Общий порядок слайдов: Титульный;

План презентации (практика показывает, что 5-6 пунктов — это максимум, к которому не следует стремиться);

Основная часть; Заключение (выводы); Спасибо за внимание (подпись).

#### 4.12.3. Требования к оформлению диаграмм:

У диаграммы должно быть название или таким названием может служить заголовок слайда; Диаграмма должна занимать все место на слайде; Линии и подписи должны быть хорошо видны.

#### 4.12.4. Требования к оформлению таблиц:

Название для таблицы; Читаемость при невчитываемости; Отличие шапки от основных данных.

#### 4.12.5. Последний слайд (любое из перечисленного):

Спасибо за внимание;

Вопросы;

Подпись;

Контакты.

#### 4.13. Форма контроля и критерии оценки

Презентацию необходимо предоставить преподавателю для проверки в электронном виде.

«**Отлично**» выставляется в случае, если презентация выполнена аккуратно, примеры проиллюстрированы, полностью освещены все обозначенные вопросы.

«**Хорошо**» выставляется в случае, если работа содержит небольшие неточности .

«**Удовлетворительно**» - в случае, если презентация выполнена неаккуратно, не полностью освещены заданные вопросы.

«**Неудовлетворительно**» - работа выполнена небрежно, не соблюдена структура, отсутствуют иллюстрации.

## 5. ИНСТРУКЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ВНЕАУДИТОРНЫХ (САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ) РАБОТ

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №1** «Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера применительно к СПб. и Ленинградской области».

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера применительно к СПб. и Ленинградской области».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Разновидности, характеристики, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций техногенного характера применительно к СПб. и Ленинградской области.
- **Вы сможете выполнить:** Ознакомиться и выработать правила поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страницы МЧС РФ.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение общего определения чрезвычайной ситуации и чрезвычайной ситуации техногенного характера. Так же можно добавить основные понятия опасностей.

Во втором вопросе обязательно изложение классификации видов чрезвычайных ситуаций техногенного характера с приведением примеров (не менее трех на каждый вид ЧС).

В третьем вопросе обязательно изложение статистики произошедших чрезвычайных ситуаций техногенного характера в Санкт-Петербурге и Ленинградской области с указанием даты, места происшествия, размера материального ущерба, а так же причинённого вреда здоровью людей и окружающей природной среде.

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Академический школьный учебник, 10 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2013г., Глава 1, стр.6;

- Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», основные определения чрезвычайных ситуаций;

- сайт МЧС [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) и сопутствующая интернет-информация.

**Критерии оценки указаны** в пункте 1.8. настоящих методических указаний.

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №2** «Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан, в области ГОЧС».

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан, в области ГОЧС».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Содержание основных законов по защите населения, территорий, материальных и культурных ценностей Российской Федерации в области Гражданской

обороны (ГО) и Чрезвычайных ситуаций (ЧС).

- **Вы сможете выполнить:** Грамотно сможете применять знания по правам и обязанностям в области ГО и ЧС.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц МЧС, МО РФ.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение общих данных о законах: «О безопасности», «Об обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (дата издания, номер, определение закона).

Во втором вопросе обязательно изложение прав граждан в области ГО и ЧС (с ссылкой на конкретный закон).

В третьем вопросе обязательно изложение обязанностей граждан в области ГО и ЧС (с ссылкой на конкретный закон).

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», основные определения чрезвычайных ситуаций;

- Федеральный закон от 05.03.1992 № 2446-1 «О безопасности»;

- Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне»;

- сайт МЧС РФ [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru), сайт МО РФ [www.mil.ru](http://www.mil.ru) и сопутствующая интернет-информация.

**Критерии оценки указаны в пункте 1.8. настоящих методических указаний.**

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №3 «Биологические ритмы и работоспособность человека».**

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Биологические ритмы и работоспособность человека».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Что такое биологический ритм. От чего зависят биологические ритмы живых организмов. Какие биологические ритмы человека бывают.
- **Вы сможете выполнить:** Грамотно распределить все мероприятия дня для обеспечения работоспособности организма в течении суток.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение определения биологических ритмов,



какие природные факторы влияют на формирование биологических ритмов, классификацию, виды.

Во втором вопросе обязательно изложение взаимосвязи распорядка дня и биологических ритмов (с приведением примеров).

В третьем вопросе обязательно изложение взаимосвязи между работоспособностью человека и биологическими ритмами (указать часы наибольшей активности в течение рабочего дня).

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Академический школьный учебник, 10 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2013г., Глава 11, § 27;

- сайт МЧС [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) и сопутствующая интернет-информация.

**Критерии оценки указаны в пункте 1.8. настоящих методических указаний.**

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №4 «Основные правила оказания первой помощи. Понятие о ране. Разновидности ран».**

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Основные правила оказания первой помощи. Понятие о ране. Разновидности ран».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Определение понятия раны. Разновидности ранений. Основные правила оказания первой помощи.
- **Вы сможете выполнить:** Как не допустить попадание в ткани раны болезнетворных микроорганизмов.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение определения раны, разновидности ранений, по каким признакам происходит разделение ранений на группы.

Во втором вопросе обязательно изложение основных правил оказания первой помощи (реанимация, клиническая смерть, признаки клинической смерти, венозное кровотечение, артериальное кровотечение, антисептика, подготовка пострадавшего).

В третьем вопросе обязательно изложение порядка оказания первой помощи – действия оказывающего помощь (наложение давящей повязки, наложение жгута, непрямой массаж сердца, искусственная вентиляция легких, способы иммобилизации и передвижения пострадавшего).

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 11 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2014г. Глава 11, § 17-23;

- Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013;.

**Критерии оценки указаны в пункте 1.8. настоящих методических указаний.**

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №5** «Современные средства поражения, ядерное оружие. Защита».

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Современные средства поражения, ядерное оружие. Защита».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Виды оружия массового поражения, факторы поражения, способы доставки поражающих элементов до цели.
- **Вы сможете выполнить:** Грамотно выбирать способы и средства защиты от различных видов оружия массового поражения.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение определения оружия массового поражения (ОМП) (принцип отношения к ОМП), видов оружия массового поражения (особенно современных образцов).

Во втором вопросе обязательно изложение поражающих факторов и принципа действия видов оружия массового поражения.

В третьем вопросе обязательно изложение способов и средств защиты от видов оружия массового поражения.

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Академический школьный учебник, 10 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2013г. Глава 12, § 30-34;

- [www.mil.ru](http://www.mil.ru).

**Критерии оценки указаны** в пункте 1.8. настоящих методических указаний.

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №6** «История создания ВСРФ. Военная реформа Ивана Грозного, Петра I.».

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «История создания ВСРФ. Военная реформа Ивана Грозного, Петра I.».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Историю создания массовых вооруженных сил России.
- **Вы сможете выполнить:** Грамотно объяснить принципы комплектования вооруженных сил России начиная от Ивана грозного и по настоящее время.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение определения вооруженных сил, основных задач вооруженных сил.

Во втором вопросе обязательно изложение истории развития вооруженных сил от времен Ивана Грозного до настоящего времени, краткая характеристика вооруженных сил каждой исторической эпохи.

В третьем вопросе обязательно изложение состава, способа комплектования, основных видов вооружения современной армии.

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Академический школьный учебник, 10 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2013г. Глава 13, § 37-39;

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 11 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2014г. Глава 5, § 25;

- [www.mil.ru](http://www.mil.ru).

**Критерии оценки указаны** в пункте 1.8. настоящих методических указаний.

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №7 «Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе».**

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Основу военной службы, общие определения и понятия военной службы.
- **Вы сможете выполнить:** Грамотность действий граждан при постановке на первичных воинский учет, при медицинском освидетельствовании, при призыве на военную службу, при прохождении военной службы, при увольнении в запас.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение даты издания, номера, общего определения рассматриваемого федерального закона, перечня основных разделов закона.

Во втором вопросе обязательно изложение обязанностей граждан при постановке на первичный воинский учет, порядка медицинского освидетельствования и призыва на военную службу, порядка прохождения военной службы и увольнения в запас.

В третьем вопросе обязательно изложение основных различий и требований прохождения военной службы по призыву и по контракту.

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 11 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2014г. Глава 7, § 30;

- [www.mil.ru](http://www.mil.ru).

**Критерии оценки указаны** в пункте 1.8. настоящих методических указаний.

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №8 «Закон РФ «О статусе военнослужащих»».**

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Закон РФ «О статусе военнослужащих»».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Составляющие правового статуса военнослужащих.
- **Вы сможете выполнить:** Грамотно использовать знания о правах, обязанностях, льготах военнослужащих.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение даты издания, номера, общего определения рассматриваемого федерального закона, перечня основных разделов закона.

Во втором вопросе обязательно изложение общих обязанностей и прав военнослужащих.

В третьем вопросе обязательно изложение льгот военнослужащих.

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 11 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2014г. Глава 8, §41-42;

- [www.mil.ru](http://www.mil.ru).

**Критерии оценки указаны в пункте 1.8. настоящих методических указаний.**

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №9 «Основные виды воинской деятельности».**

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Основные виды воинской деятельности».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Принцип обучения военнослужащих ВС РФ начиная от учебно-боевой подготовки и заканчивая боевыми действиями.
- **Вы сможете выполнить:** Изложить порядок действия военнослужащих при каждом виде деятельности.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение определения и принципа обучения военнослужащих в процессе учебно-боевой подготовки.

Во втором вопросе обязательно изложение определения и принципа обучения

(действия) военнослужащих в процессе служебно-боевой деятельности.

В третьем вопросе обязательно изложение определения и принципа действия (обучения) военнослужащих в процессе боевых действий.

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 11 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2014г. Глава 9, §49;  
- www.mil.ru.

**Критерии оценки указаны** в пункте 1.8. настоящих методических указаний.

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №10** «Требования предъявляемые к гражданам поступающим на военную службу по контракту».

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Требования предъявляемые к гражданам поступающим на военную службу по контракту».

**Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Какие требования предъявляются к гражданам поступающим на военную службу по контракту.
- **Вы сможете выполнить:** Применять на практике при поступлении на контрактную службу знания требований.

**Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.

2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.

3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.

4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение понятия о военной службе по контракту (какие отличия от военной службы по призыву), и основные критерии отбора кандидатов для поступления на военную службу по контракту.

Во втором вопросе обязательно изложение перечня критериев отбора кандидатов для поступления на военную службу по контракту с указанием уточнений по каждому пункту (в чем различия при поступлении в высшее военное заведение и обычная служба по контракту).

В третьем вопросе обязательно изложение нормативов по физической подготовке военнослужащих первой половины года службы. Так же расписать порядок профессионального отбора кандидатов.

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 11 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2014г. Глава 6, §29;  
- Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ.

**Критерии оценки указаны** в пункте 1.8. настоящих методических указаний.

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №11** «Распределение времени и повседневный порядок. Содержание помещений».

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Распределение времени и повседневный порядок. Содержание помещений».

### **Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Для чего в воинских частях четко распределяется время для проведения мероприятий дня. Что такое распорядок дня и регламент служебного времени.
- **Вы сможете выполнить:** Составить среднестатистический распорядок дня любой воинской части.

### **Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.
2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.
3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.
4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование различного шрифта и т.д.
5. Составление реферата (презентации).
6. В первом вопросе обязательно изложение главного принципа составления распорядка дня и регламента служебного времени воинской части, определения распорядка дня и регламента служебного времени воинской части, понятия повседневной жизнедеятельности части.

Во втором вопросе обязательно перечисление основных мероприятий ежедневной деятельности военнослужащих. Составить примерный распорядок дня части с использованием вышеуказанных мероприятий (перечень мероприятий должен отражать в себе логичную законченность действий за каждые сутки).

В третьем вопросе обязательно перечисление основных помещений (зданий, сооружений) обеспечивающих ежедневную полноценную деятельность военнослужащих. Каждое помещение должно иметь описание основного оборудования (для чего это необходимо).

### **Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Академический школьный учебник, 10 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2013г. Глава 16, §50;

- Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.).

**Критерии оценки указаны в пункте 1.8. настоящих методических указаний.**

**Внеаудиторная (самостоятельная) работа №12 «Общие обязанности лиц суточного наряда».**

**Задание для внеаудиторной (самостоятельной) работы:** Составление реферата или презентации по теме: «Общие обязанности лиц суточного наряда».

### **Выполнив данное задание**

- **Вы узнаете:** Состав суточного наряда воинской части и основные обязанности должностных лиц суточного наряда.
- **Вы сможете выполнить:** Изучить и знать обязанности дежурного по роте, дневального по роте.

### **Инструкция по выполнению внеаудиторной (самостоятельной) работы:**

1. Первичное ознакомление с материалом изучаемой темы по тексту учебника, дополнительной литературе, данными интернет-страниц.
2. Выделение главного в изучаемом материале, составление обычных кратких записей.
3. Подбор к данному тексту опорных сигналов в виде отдельных слов, определённых знаков, графиков, рисунков.
4. Продумывание схематического способа кодирования знаний, использование

различного шрифта и т.д.

5. Составление реферата (презентации).

6. В первом вопросе обязательно изложение состава суточного наряда воинской части с обозначением общих обязанностей должностных лиц.

Во втором вопросе обязательно изложение общих и специальных обязанностей дежурного по роте.

В третьем вопросе обязательно изложение общих обязанностей дневального по роте.

**Для внеаудиторной (самостоятельной) работы по теме Вам понадобятся:**

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Академический школьный учебник, 10 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2013г. Глава 17, §52;

- Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.).

**Критерии оценки указаны** в пункте 1.8. настоящих методических указаний.

## 6. Список источников информации

Основные источники:

1. ИД Кнорус ЭБС Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности, учебник, 2018г.;
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования. – М., Издательский центр «Академия», 2014г.

Дополнительные источники:

1. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Академический школьный учебник, 10 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2013г.;
2. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник, 11 класс, для общеобразовательных организаций. – М., 2014г.
3. Сборник основных нормативных и правовых актов по вопросам ГО и ЧС, Федеральные Законы, постановления Правительства Российской Федерации. – 990 Учебно-методический центр по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности Ленинградской области, 2006г.;
4. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445;
5. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
8. Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ);
9. Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ);
10. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;
11. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» ;
12. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов»;
13. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе»;
14. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне»;
15. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды»;
16. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» ;
17. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»;
18. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации»



Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124);

19. Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866);

20. Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013;

19. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.);

21. Учебник сержанта мотострелковых войск. — М.: Воениздат, 2003г.

Интернет ресурсы:

Интернет ресурсы:

1. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ);

2. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ);

3. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны);

4. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ);

5. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии);

6. [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).