



Магаданское областное государственное автономное профессиональное  
образовательное учреждение

«Горный техникум»



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОГАПОУ «ГТ»

*Шадрин* В.Г. Шадрин

сентября 2025 г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО  
ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**по дисциплине ОП.10 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

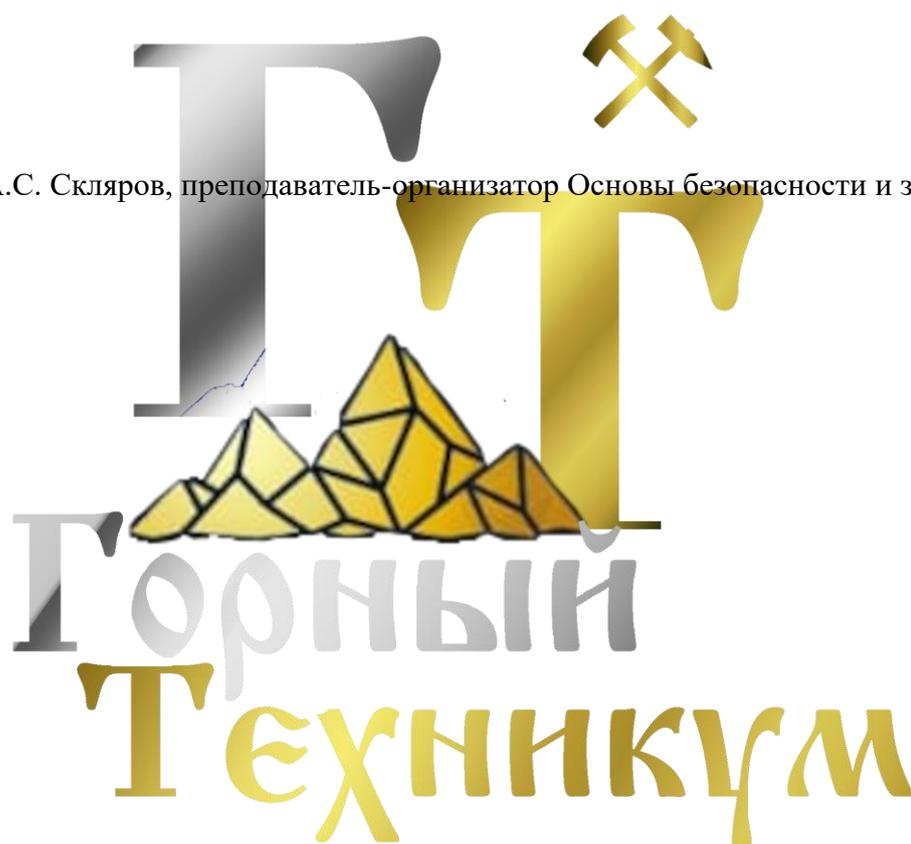
Для студентов заочной формы обучения 3 курса  
Специальности 21.02.15 Открытые горные работы

пгт. Стекольный

2025 г.

Методические указания по выполнению домашней контрольной работы разработаны на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 21.02.15 Открытые горные работы, утвержденного Приказом Минпросвещения России 17.08.2022 № 744. Методические указания адресованы студентам заочной формы обучения.

Разработчик: А.С. Скляр, преподаватель-организатор Основы безопасности и защиты родины



## СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	4
ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ .....	5
ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЙ ПО ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ:.....	7
Методические рекомендации по подготовке доклада.....	12
Методические рекомендации по подготовке сообщения .....	13
Методические рекомендации по созданию презентации .....	14



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 21.02.15 Открытые горные работы.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся

должен уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

должен знать:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

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

- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ

№ ВСР	Название раздела (темы)	Кол-во часов
Тема№1	Сообщение: Стихийные бедствия и чрезвычайные ситуации в РФ за последние годы	1
Тема№2	Презентация: Первичные средства пожаротушения.	1
Тема№3	Сообщение: Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.	1
Тема№4	Презентация: История МЧС России.	1
Тема№5	Сообщения: Современные средства поражения.	1
Тема№6	Сообщения: Средства коллективной защиты. Защитные свойства убежищ.	1
Тема№7	Сообщения: Приборы радиационной и химической разведки и контроля.	1
Тема№8	Создание памятки: Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного поражения.	1
Тема№9	Создание памятки: Правила поведения и действия людей в зонах химического поражения.	1
Тема№10	Создание памятки: Правила поведения и действия людей в очаге биологического поражения.	1
Тема№11	Сообщение: Стрелковое оружие Российской армии.	1
Тема№12	Доклад: Войсковые средства индивидуальной защиты.	1
Тема№13	Презентация: Ручные гранаты.	1
Тема№14	Сообщение: Малокалиберная винтовка.	1
Тема№15	Сообщение: Боевые самолеты и вертолеты.	1
Тема№16	Презентация: Автомобили повышенной проходимости, применяемые в ВС РФ.	1
Тема№17	Доклад: История создания Вооруженных Сил РФ.	1

Тема №18	Презентация: Самостоятельные роды войск.	<b>1</b>
Тема№19	Презентация: ПМП при ушибах, растяжениях, вывихах. Наложение шин. Транспортировка пораженного.	<b>1</b>
Тема№20	Презентация: ПМП при ожогах, при поражении электрическим током, при перегревании.	<b>1</b>
Тема№21	Презентация: ПМП при утоплении, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании, при отравлениях.	<b>1</b>



## ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЙ ПО ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ:

### Нормативно-правовые источники:

1. Дисциплинарный Устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Утвержден указом Президента Российской Федерации от 10 ноября 2007 г. № 149
2. 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.
3. Постановление Правительства РФ от 11.11.2006г. № 663 «Об утверждении положения о призыве на военную службу граждан Российской Федерации»
4. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003г. № 794 (ред. от 16.07.09) «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»
5. Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ "О гражданской обороне"
6. Федеральный закон от 27.05.1998 N 76-ФЗ "О статусе военнослужащих"
7. Федеральный закон от 22.07.2008г. № 123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности»
8. Федеральный закон от 10.01.2002г. № 7-ФЗ (ред. от 14.03.09) «Об охране окружающей среды»
9. Федеральный закон от 21.12.1994г. № 68-ФЗ (ред. от 25.11.09) «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
10. Федеральный закон от 28.03.1998г. № 53-ФЗ (ред. 21.12.09) «О воинской обязанности и воинской службе»
11. Указ Президента РФ от 12.05.2009 N 537 "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года"
12. Государственные стандарты ЕСКД.

### Основные источники:

1. Арустамов Э.А., Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: Издательский центр «Академия», 2014г.
2. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: Учебник – М.: Издательский центр «Данилов и К», 2014г.

### Дополнительные источники:

1. Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. — М, 2012.
2. Айзман Р. И., Омельченко И. В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для

бакалавров. — М., 2013.

3. Вельтищев Ю.Е., Комаров Ф.И. Справочник практического врача. – 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Медицина, 2010.

4. Ихтейман М.С. Десмургия: Учеб. для мед. Сестер. – М.: Медицина, 2011.

5. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2012.

6. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М, 2013.

7. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.

8. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

9. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

10. Микрюков В. Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.

11. Микрюков В. Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014.

12. Микрюков В. Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России. — М., 2013.

13. Митяев А. Книга будущих командиров. — М., 2010.

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

15. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

#### 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).

7. [www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
8. [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
9. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
10. [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
11. [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
12. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
13. [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
14. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).
15. [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература)

## КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ВЫПОЛНЕНИЯ

### ЗАДАНИЙ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

1. Уровень освоения студентом учебного материала;
2. Умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических заданий(задач);
3. Сформированность общеучебных умений (общих и профессиональных компетенций);
4. Обоснованность и четкость изложения ответа;
5. Оформление материала в соответствии с требованиями.

#### Критерии оценивания доклада

**«Отлично».** Выступление (доклад) отличается последовательностью, логикой изложения. Легко воспринимается аудиторией. Студент хорошо понимает и ориентируется по теме доклада. При ответе на вопросы выступающий (докладчик) демонстрирует глубину владения представленным материалом. Ответы формулируются аргументировано, обосновывается собственная позиция в проблемных ситуациях. Использует наглядный материал.

**«Хорошо».** Выступление (доклад) отличается последовательностью, логикой изложения. Но обоснование сделанных выводов недостаточно аргументировано. Неполно раскрыто содержание проблемы. Испытывает некоторые затруднения в ответах на дополнительные вопросы, допускает некоторые погрешности в речи. Использует наглядный материал.

«Удовлетворительно». Студент испытывал трудности в подборе материала, его структурировании. Пользовался, в основном, учебной литературой, не использовал дополнительные источники информации. Не может ответить на дополнительные вопросы по теме сообщения. Материал излагает не последовательно, не устанавливает логические связи, затрудняется в формулировке выводов. Допускает стилистические и орфоэпические ошибки. Выступление воспринимается аудиторией сложно.

«Неудовлетворительно». Выступление (доклад) студентом не подготовлен, либо подготовлен по одному источнику информации, либо не соответствует теме.

### Критерии оценивания сообщения

«Отлично» обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

«Хорошо». – основные требования к сообщению и их защите выполнены, но при этом допущены недочёты. Имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

«Удовлетворительно». –Тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

«Неудовлетворительно». – тема не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

### Критерии оценивания презентации

критерии	показатели
1. структура макс – 10 баллов	- количество слайдов соответствует содержанию и времени выступления (10 слайдов – 7 минут)
2. текст на слайдах - 5 баллов	- выполнен шрифтом не менее 20 – 24 кегля; - написан грамотно, без ошибок;

	- представляет собой опорный конспект.
3.наглядность - 10 баллов	- иллюстрации хорошего качества; - не отвлекают от содержания;
4.дизайн и настройка – 10 баллов	- оформление слайдов соответствует теме, не препятствует восприятию; - один шаблон оформления; - презентация не перегружена эффектами
5.содержание – 5 баллов	- презентация отражает все этапы работы.

**Нормы оценивания:**

36 – 40 баллов – оценка «Отлично»

31 – 35 баллов – оценка «Хорошо»

25 – 30 баллов – оценка «Удовлетворительно»

Презентация отправляется на доработку, если обучающийся набрал – менее 25 баллов.



## Методические рекомендации по подготовке доклада

**Доклад** – публичное сообщение, представляющее собой развёрнутое изложение определённой темы.

### Этапы подготовки доклада:

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

**Композиционное оформление доклада** – это его реальная речевая внешняя структура, в ней отражается соотношение частей выступления по их цели, стилистическим особенностям, по объёму, сочетанию рациональных и эмоциональных моментов, как правило, элементами композиции доклада являются: вступление, определение предмета выступления, изложение(опровержение), заключение.

**Вступление** помогает обеспечить успех выступления по любой тематике.

Вступление должно содержать:

- название доклада;
- сообщение основной идеи;
- современную оценку предмета изложения;
- краткое перечисление рассматриваемых вопросов;
- интересную для слушателей форму изложения;
- акцентирование оригинальности подхода.

Выступление состоит из следующих частей:

**Основная часть**, в которой выступающий должен раскрыть суть темы, обычно строится по принципу отчёта. Задача основной части: представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами.

**Заключение** — это чёткое обобщение и краткие выводы по излагаемой теме.

## Методические рекомендации по подготовке сообщения

Сообщение представляет собой изложение информации на определенную тему, включающий обзор соответствующих литературных и других источников, или краткое изложение книги, статьи, исследования. Студент должен освоить дополнительный материал и эффективно донести его содержание до своих одногруппников, которые, в свою очередь, фиксируют главные идеи сообщения в рабочих тетрадях. Рекомендуемое время для выступления – 5–7 минут.

План сообщения должен быть составлен таким образом, чтобы он раскрывал название темы. Изложение материала должно быть кратким, точным, последовательным. Необходимо употреблять термины, свойственные культурологии, избегать непривычных или двусмысленных понятий и категорий, сложных грамматических оборотов. Кроме того, при выступлении возможно использование наглядных материалов, например таблиц, иллюстраций, схем, презентаций.

Сообщение должно иметь следующую *структуру*.

1. *Вступление*. В данной части сообщения необходимо обозначить цель сообщения, основные проблемы, подлежащие анализу. Укажите основные нормативные, научные и иные источники.

2. *Центральная часть* предполагает рассмотрение вопросов выбранной вами темы исследования. Свои выводы старайтесь аргументировать, опираясь при этом, по возможности, на материалы практики, покажите пути решения проблем.

3. *Заключение*. Последняя часть выступления должна иметь основной вывод, к которому вы и подводили слушателей.

## Методические рекомендации по созданию презентации

### 1. Общие требования к презентации:

- Презентация не должна быть меньше 10 слайдов.
- Первый лист – это титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены: название проекта; фамилия, имя, отчество автора; название учебного заведения, где обучается автор проекта.
- Следующим слайдом должны быть цели и задачи исследования.
- Далее следует разместить содержание исследовательской работы и полученные результаты исследования.
- При создании презентации необходимо учитывать сочетаемость цветов, ограниченное количество объектов на слайде, цвет текста.
- последними слайдами презентации должен быть список используемых информационных ресурсов.

### 2. Практические рекомендации по созданию презентаций

Создание презентации состоит из трех этапов:

- *Планирование презентации:*
  1. Определение целей.
  2. Определение основной идеи презентации.
  3. Подбор дополнительной информации.
  4. Планирование выступления.
  5. Создание структуры презентации.
  6. Проверка логики подачи материала.
  7. Подготовка заключения.
- *Разработка презентации* – подготовка слайдов презентации, содержание и соотношение текстовой и графической информации.
- *Репетиция презентации* – это проверка и отладка созданной презентации.

В оформлении презентаций выделяют два блока: оформление слайдов и представление информации на них. Для создания качественной презентации необходимо соблюдать ряд требований, предъявляемых к оформлению данных блоков.

### 3. Оформление слайдов:

- **Стиль**
- Соблюдайте единый стиль оформления
- Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации.
- Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями).

- **Фон**
- Для фона предпочтительны холодные тона
- **Использование цвета**
- На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовка, один для текста.
- Для фона и текста используйте контрастные цвета.
- Обратите внимание на цвет гиперссылок (до и после использования).
- **Анимационные эффекты**
- Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде.
- Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.
- **Содержание информации**
- Используйте короткие слова и предложения.
- Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных
- Заголовки должны привлекать внимание аудитории.
- **Расположение информации на странице**
- Предпочтительно горизонтальное расположение информации.
- Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана.
- Если на слайде располагается картинка, надпись должна располагаться под ней.
- **Шрифты**
- Для заголовков — не менее 24.
- Для информации не менее 18.
- Шрифты без засечек легче читать с большого расстояния.
- Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации.
- Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание.
- Нельзя злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных).
- **Способы выделения информации**
- Следует использовать: рамки; границы, заливку; штриховку, стрелки, рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов.
- **Объем информации**
- Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут одновременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений.

- Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде.

### **Виды слайдов**

- Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: с текстом; с таблицами; с диаграммами.

### **Этапы работы**

1. Подбор и изучение источников по теме.
2. Обработка и систематизация выбранного материала.
3. Разработка плана изложения материала в памятке.
4. Разработка дизайна памятки.
5. Оформление памятки.

### **Примерная структура и требования к оформлению памятки**

1. Заголовок.
2. Краткая характеристика проблемы.
3. Актуализация и мотивация проблемы, постановка цели.
4. Изложение материала: правила, подробный алгоритм действий, советы и рекомендации.

