Министерство образования Иркутской области
Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение Иркутской области
«Иркутский авиационный техникум»

Методические указания по выполнению самостоятельной работы по дисциплине

БОД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

специальности

09.02.01 Компьютерные системы и комплексы

Иркутск, 2017

РАССМОТРЕНЫ
ОД, МЕН №10 от 19.05.2017 г.
Председатель ЦК

_____ / Г.В. Перепияко /

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УР

_____ Е.А. Коробкова

№	Разработчик ФИО
1	Бобылева Анастасия Витальевна

Пояснительная записка

Дисциплина БОД.06 Основы безопасности жизнедеятельности входит в Базовые общеобразовательные дисциплины. Самостоятельная работа является одним из видов внеаудиторной учебной работы обучающихся.

Основные цели самостоятельной работы:

Рекомендации для обучающихся по выработке навыков самостоятельной работы:

Тематический план

Раздел Тема	Тема занятия	Название работы	Количество часов
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях Тема 1. Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения	Уголовная ответственность несовершеннолетних	работа со статьями уголовного кодекса	1
Тема 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	Повторение правил безопастного поведения в ЧС различного характера	составить таблицу, соотнести ЧС природного, социального и техногенного характера и порядок безопасного поведения при них	1
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Тема 1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии здоровья.	составить кроссворд по пройденной теме (работа в группах по 3-4 человека)	1
	Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Контрольная работа	проанализировать статистику инфекционных заболеваний в России,сделать выводы	1
	Репродуктивное здоровье, и факторы влияющие на него	выявить положительные и отрицательные стороны влияющие на репродуктивное здоровье	1
	Правила наложения повязок при различных видах травм	Изучить правила наложения повязок	1
	Правила оказания первой помощи при ударе электрическим током	Сделать конспект, определить порядок оказания первой помощи при ударе электрическим током	1
	Правила оказания первой помощи при клинической смерти. Техника реанимации	Написать конспект по раздаточному материалу, выявить причины клинической смерти	1
Тема 2. Основы здорового образа жизни.	Основные понятия о биологических ритмах, их влияние на уровень жизнедеятельности человека.	Описание критериев здорового образа жизни.	2
	Использование факторов окружающей природной	Описание своего режима дня.	1

	среды для закаливания и укрепления здоровья.		
	Выявление влияния алкоголя на здоровье.	Ответить на вопросы стр.182, письменно	1
	Курение и его влияние на здоровье человека.	Составление рекомендаций и советов по саморегуляции и управлению эмоциями.	2
	Влияние влияния наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.	подготовить презентацию по теме "здоровье матери - здоровье ребенка "	1
	Закрепление знаний по теме "Основы здорового образа жизни"	Описание рекомендаций - обоснования для подростка желающего попробовать действие наркотиков на свой организм.	1
Раздел 3. Основы воинской службы Тема 1. Вооруруженные силы Российской Федерации - Защитники нашего Отечества.	Концепция национальной безопасности	Описание факторов оказывающих благоприятное действие на здоровье человека, а какие нанося ущерб.	2
	Организационная структура Вооруженных Сил России.	Описание реформ 90-х годов в армии России.	1
	Военно-воздушные силы, история их создания.	Создайте схему, что в настоящее время включает себя ВВС.	2
	Другие виды Вооруженных Сил	Создание схемы: Рода войск Вооруженных сил МВФ.	1
	Реформа Вооруженных Сил России.	Описание любого рода войск ранее не изученных.	1
Тема 2. Боевые традиции Вооруженных Сил России.	Патриотизм - духовно - нравственная основа личности военнослужащего.	Определение обязанностей гражданских лиц к воинской обязанности.	1
	Описание дней воинской славы России - дней славных побед.	Разобрать и сделать конспект ФЗ №32 "О днях воинской славы и памятных датах России"	2
	Основные формы увековечивания памяти российских воинов.	Описание одного из дней воинской славы.	1
Тема 3. Символы Воинской Славы.	Меры безопасности при проведении военных	Описание увековечивании памяти	2

	сборов	российского воина.	