**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ**

 **ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«МИАССКИЙ МАШИНОСТРОИТЕЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ**

**ОПД.03 *Безопасность жизнедеятельности***

**Курс 3**

***программы подготовки специалистов среднего звена***

***23.02.02 «Автомобиле- и тракторостроение»***

**Разработал** преподаватель

Р.Н. Мухаметшина

 **Миасс, 2023**

**Методические указания**

**по выполнению контрольной работы**

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» предназначена для реализации требований к минимуму содержания и уровню подготовки техника по специальности «Автомобиле- и тракторостроение» (базовый уровень среднего профессионального образования).

Контрольная работа является одним из видов промежуточного контроля. Контрольная работа предназначена для систематизации и закрепления полученных теоретических знаний по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности». Контрольная работа предусматривает проверку усвоения тем и разделов дисциплины «Безопасности жизнедеятельности»:

**-** Раздел 1 Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени. Организация защиты населения;

- Раздел 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

- Раздел 3 Основы обороны государства

В результате выполнения контрольной работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» студент должны показать следующие знания:

- 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 поступление на нее в добровольном порядке;

- основные виды вооружения, военной техники и специального вооружения (оснащения) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.

В контрольной работе представлено 10 вариантов по три задания. Номер варианта должен соответствовать последней цифре шифра студента. Если номер шифра студента оканчивается нулем, то следует выполнять 10 вариант.

Контрольные задания выполняют в отдельной тетради 10-12 листов в рукописном варианте, цвет чернил – черный, или печатным текстом на листах формата А4. Ответы должны быть краткими, точными и не повторять текст учебника. При необходимости ответы можно дополнять рисунками, схемами, таблицами.

На страницах текста заданий следует оставлять поля для замечаний преподавателя. Страницы и рисунки нумеруются. В конце выполненной работы составляется список используемой литературы.

После рецензирования работы преподавателем студенту следует изучить замечания и при необходимости внести дополнения или исправления.

**Критерии оценивания**

**Оценка 5** выставляется, если изложение полученных знаний в письменной форме полное, в системе, в соответствии с требованиями учебной программы; допускается единичные несущественные ошибки, самостоятельно исправляемые студентами.

**Оценка 4** выставляется , если изложение полученных знаний в письменной форме полное, в системе, в соответствии с требованиями учебной программы; допускаются отдельные несущественные ошибки, исправляемые учащимися по указанию преподавателя на ошибку.

**Оценка 3** выставляется , если изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала; допускаются отдельные существенныеошибки, исправляемые с помощью преподавателя. Студент испытывает затруднения при выделении существенных признаков изученного, при выявлении причинно - следственных связей и формулировке выводов.

**Оценка 2** выставляется , если изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации. Наблюдается бессистемное выделение случайных признаков изученного; неумение производить простейшие операции анализа и синтеза, делать обобщение, вывод.

**Задания для контрольной работы**

**по дисциплине Безопасность жизнедеятельности**

Вариант 1

1. Перечислите стихийные бедствия , характерные для Уральского региона. Укажите меры по защите от воздействия природных ЧС.
2. Объясните, как специалисты оценивают лечебное голодание в системе здорового образа жизни.
3. Какую опасность для национальной безопасности России представляют терроризм и экстремизм. Какими особенностями характеризуется современная террористическая деятельность в России.

Вариант 2

1. Назовите причины пожаров и взрывов на промышленных объектах экономики . Перечислите меры пожарной профилактики.
2. Объясните, почему закаливание является одним из средств укрепления здоровья.
3. Раскройте виды терроризма в зависимости от целей, которые преследуют преступники, какие основные черты присущи современному терроризму.

Вариант 3

1. Назовите причины возникновения аварий на химически опасных объектах, а также поражающие факторы этих аварий.
2. Объясните, какое влияние оказывает двигательная активность на здоровье и работоспособность человека.
3. Расскажите , какое значение имеет принятая Советом Безопасности ООН декларация о борьбе с терроризмом для формирования антитеррористического поведения. Какова роль Конституции Российской Федерации в формировании отрицательного отношения к террористической и экстремистской деятельности?

Вариант 4

1. Назовите причины радиоактивного загрязнения территорий , их зонирование. Опишите действия населения на радиоактивно загрязненной местности.
2. Подберите наиболее приемлемую для себя диету на время подготовки и сдачи экзаменов.
3. Объясните , какие внешние факторы способствуют возникновению и распространению терроризма в Российской Федерации. С какой целью проводится контртеррористическая операция? Какие мероприятия могут проводиться в зоне контртеррористической операции в случае установления в ней правового режима.

Вариант 5

1. Укажите поражающие факторы ядерного взрыва, способы ослабления воздействия радиации на живые организмы.
2. Определите свой ритм работоспособности и разработайте свой вариант режима дня , недели.
3. Поясните, почему на современном этапе российской государственности появилась необходимость в образовании Национального антитеррористического комитета. Какие основные задачи возложены на Национальный антитеррористический комитет?

Вариант 6

1. Рассмотрите стихийные бедствия, связанные с возникновением массовых заболеваний, а также меры по предупреждению их распространения .
2. Разработайте свой режим труда и отдыха с учетом всех факторов, влияющих на ваше здоровье.
3. Объясните , какую опасность для национальной безопасности России представляет деятельность международного наркобизнеса. Когда и с какой целью была создана Федеральная служба Российской федерации по контролю за оборотом наркотиков в России? Кто в настоящее время выполняет функции ФСКН России?

Вариант 7

1. Перечислите причины аварий на гидродинамически опасных объектах, рассмотрите особенности протекания аварий.
2. Определите основные правила рационального питания, соблюдение которых способствует укреплению вашего здоровья.
3. Раскройте , какие меры предусматриваются в Российской Федерации по противодействию терроризму и экстремизму. Возможно ли противостоять терроризму общественными мероприятиями.

Вариант 8

1. Укажите естественные источники радиоактивного облучения человека, последствия облучений.
2. Поясните , какими методами вы поддерживаете свою работоспособность в течение недели, в течение года.
3. Охарактеризуйте миротворческую деятельность Вооруженных сил Российской Федерации.

Вариант 9

1. Назовите мероприятия по ликвидации последствий на территориях, загрязненных отравляющими веществами.
2. Разработайте и обоснуйте собственную систему поведения для быстрого снятия стресса.
3. Объясните , какую роль в предупреждении терактов играет деятельность правоохранительных органов Российской Федерации.

Вариант 10

1. Назовите виды оружия массового поражения и его поражающие факторы.
2. Разработайте свод правил личной гигиены с учетом климатических условий , режима дня , рациональности питания, занятий физической культурой.
3. Поясните , почему мировая общественность так серьёзно оценила опасность распространения наркомании среди населения планеты Земля. Какие меры принимались в России за последние годы для борьбы с наркоманией ?

Литература

Основная литература

1. Микрюков, В. Ю. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для студентов учреждений сред. проф. образования / В. Ю. Микрюков. – Москва : Кнорус, 2019. – 288 с. – (Профессиональное образование).
2. Мельников, В. П. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебник для студентов учреждений сред. проф. образования / В. П. Мельников, А. И. Куприянов, А. В. Назаров. – Москва : КУРС: ИНФРА-М, 2017. – 368 с. – (Среднее профессиональное образование). – Режим доступа: http://znanium.com/catalog/product/780649.

Дополнительная литература:

1. Безопасность в техносфере : научно-методический и информационный журнал [Электронный ресурс]. – Москва : ИНФРА-М, 2006-2018 // Znanium.com : электронно-библиотечная система. – Режим доступа: https://znanium.com/catalog.php?item=magazines#none.

2. Безопасность и охрана труда [Электронный ресурс] / Национальная ассоциация Центров охраны труда. – 2011-2014 // Znanium.com : электронно-библиотечная система. – Режим доступа: https://znanium.com/catalog.php?item=magazines#none.

3. Никифоров, Л. Л. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов учреждений сред. проф. образования / Л. Л. Никифоров, В. В. Персиянов. – Москва : ИНФРА-М, 2018. – 297 с. – (Среднее профессиональное образование). – Режим доступа: http://znanium.com/catalog/product/961964

4. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / С. В. Белов. – Москва : Высшая школа, 2002. – 356 с.

5. Девисилов, В. А. Охрана труда [Текст] : учебник / В. А. Девисилов. – Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2012. – 512 с.

6. Голицын, А. Н. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для студентов учреждений сред. проф. образования / А. Н. Голицын, Л. Е. Пикалова. - М. : ОНИКС, 2010. - 190 с.

7. Косолапова, Н. В. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – Москва : КноРус, 2010. – 191 с. – (Среднее профессиональное образование).