Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

Методические рекомендации по учебным предметам, дисциплинам, модулям по профессии 19727 «Штукатур»

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ АДАПТИРОВАННАЯ УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2026

РЕЦЕНЗЕНТ:

_____Л.А. Христич, преподаватель ГБПОУ ЮЭТ

Рассмотрено предметной (цикловой) комиссией естественнонаучных дисциплин, протокол № 1 от 27.08.2026г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии естественнонаучных дисциплин _____Л. А. Христич

Рассмотрена методическим советом и рекомендована к утверждению, протокол № от _____ 2026г.

Заместитель директора по методической работе _____И.С. Николаева

УВАЖАЕМЫЙ СТУДЕНТ!

Методические указания по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы созданы Вам в помощь для работы во внеурочное время.

Наличие положительной оценки (отметки о выполнении) по каждому виду самостоятельной работы необходимо для получения допуска к зачету или экзамену по учебной дисциплине Безопасность жизнедеятельности, поэтому в случае невыполнения работы по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за внеаудиторную самостоятельную работу Вы должны найти время для ее выполнения или пересдачи.

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

Желаем Вам успехов!!!

Содержание

Пояснительная записка.....4

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы.....5

Рекомендации по организации различных форм внеаудиторной самостоятельной работы.....14

1. Работа с конспектом лекций.....15

2. Работа с контрольными вопросами.....16

3. Составление опорного конспекта.....17

4.Работа с опорным конспектом.....19

5. Алгоритм решения теста.....21

6. Алгоритм составления теста.....22

Список литературы и интернет-ресурсов.....23

Пояснительная записка

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов предусмотрена Федеральным государственным образовательным стандартом по профессии) 19727 «Штукатур». Она направлена на повышение качества подготовки компетентного конкурентоспособного специалиста, приспособленного к самостоятельной профессионально-ориентированной деятельности на основе сформированных знаний, умений, опыта, общих и профессиональных компетенций.

Настоящие методические рекомендации составлены в соответствии с требованиями адаптированной рабочей программы (учебной дисциплине Безопасность жизнедеятельности). Учебным планом на изучение курса (дисциплины) отводится 80часов, в том числе самостоятельная внеаудиторная работа - 27часов.

Выполнение самостоятельной внеаудиторной работы способствует:

- активизации умственной деятельности и самостоятельному усвоению знаний;
- выработке профессиональных умений и навыков;
- формированию общих и профессиональных компетенций;
- развитию познавательных и творческих способностей личности;
- побуждению к научно-исследовательской работе;

В «Методических рекомендациях» даны задания для самостоятельной внеаудиторной работы по изучаемым темам, рекомендации по выполнению каждого вида заданий.

Контроль выполненных заданий осуществляется на учебных или дополнительных занятиях. За каждое выполненное задание выставляется оценка в журнале.

СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ занятия	Наименование раздела программы, темы занятия	Самостоятельная работа студентов (в соответствии с учебным планом)	
		Количество часов	Вид задания для самостоятельной работы студентов
1	**Раздел №1. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях 1семестр** Структура системы управления экономики при ЧС. Прогнозирование событий и оценка последствий при техногенных ЧС.	1	Выучить определения. Выучить классификацию
2	Мероприятия по защите населения от негативных воздействий ЧС. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1	Выучить правила.
3	Стихийные явления. Стихийные бедствия.	1	Заполнить таблицу
4	Терроризм, цели, последствия. Классификация, виды терроризма.	1	Выучить виды, классификацию. Прочитать правила.

5	Основные виды потенциальных опасностей. Биологические опасности.	1	Выучить виды опасностей. Зарисовать очаг бактериологического поражения.
6	Химические опасности. Экологические опасности.	1	Прочитать конспект. Составить схему.
7	Государственная система предупреждения и ликвидации ЧС. Профилактические меры для снижения опасностей различного вида.	1	Составить конспект
8	Организация мероприятий при работе с электрическим током. Организация мероприятий при работе с ЯТЖ.	1	Прочитать конспект, составить схему.
9	Применение первичных средств пожаротушения	1	Ответить на контрольные вопросы.
10	Современные средства поражения. Оружия массового поражения.	1	Выучить классификацию
11	Проведение аварийно- спасательных работ.	1	Повторить аварийно-спасательные работы.
12	Радиация. Радиоактивное заражение местности	1	Выучить виды излучений, зарисовать зоны заражения
13	Отравляющие вещества в воздухе. Угроза жизни и здоровье людей	1	Выучить правила.
14	Современные средства поражения. Способы защиты населения от оружия	1	Прочитать конспект

	массового поражения.		
15	Помещения под коллективные средства защиты от ОМП Меры пожарной безопасности.	1	Составить схему. Повторить средства защиты.
16	Планирование о организационные вопросы выполнения эвакуационных мероприятий	1	Ответить на контрольные вопросы.
17	Средства индивидуальной защиты от ОМП. Коллективные средства защиты от ОМП	1	Выучить понятия. Составить классификацию
18	**Раздел №2. Порядок и правила оказания первой медицинской помощи.** Виды ран.	1	Выучить раны.
19	Сердечный приступ и его признаки.	1	Прочитать признаки сердечного приступа
20	Методы остановки кровотечений.	1	Выучить классификацию.
21	Правила наложения давящей повязки и жгута.	1	Выучить правила.
22	Сердечно-сосудистая система	1	Прочитать конспект
23	Виды черепно-мозговой травмы	1	Выучить черепно-мозговые травмы
24	**Раздел№3 организация военной службы.** Призыв граждан на военную службу.	1	Составить классификацию.

25	Классификация военной техники	1	Прочитать конспект
26	Повторительно-обобщающий урок	1	Подготовиться к итоговому уроку
27	Итоговый урок	1	_____

Рекомендации по организации различных форм самостоятельной работы

1. Работа с конспектом лекций

Хорошо составленный конспект помогает усвоить материал. В конспекте кратко излагается основная суть учебного материала, приводятся необходимые обоснования, табличные данные, схемы, эскизы, расчеты и т.п. Конспект целесообразно составлять целиком на тему.

Алгоритм:

1. Внимательно прочитайте текст не менее двух раз весь предложенный материал изучаемой темы;
2. Внимательно прочитай текст по частям (абзацам), выделите главное. Отметьте желтым маркером термины и мысли, знакомые и понятные Вам, отметьте зелёным маркером термины и мысли не понятные Вам, и затем постарайтесь самостоятельно найти ответы на свои вопросы, отметьте красным маркером термины и мысли, так и оставшиеся не понятными, чтобы задать вопросы преподавателю.
3. Разберитесь с тем, что означают новые термины, названия, используйте для этого кроме глоссария и словари, не пропускайте слово, значение которого вам не ясно.
4. Вернитесь до того места, где материал показался запутанным, трудным.
5. Тщательно изучите рисунки, схемы, поясняющие данный текст.
6. Внесите в тетрадь записи важных определений, терминов, названий.
7. Прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке:

- прокомментировать новые данные;
- оценить их значение;
- поставить вопросы;
- сопоставить полученные сведения с ранее изученными.

8. Ответьте на контрольные вопросы (если такие имеются)

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль –это форма планомерного контроля качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

2. Работа с контрольными вопросами

Алгоритм:

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно-справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ.
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.

Критерии оценки:

Оценка «5»- Полнота использования учебного материала. Логика изложения (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

Оценка «4»- Использование учебного материала не полное. Не достаточно логично изложено (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

Оценка «3» - Использование учебного материала не полное. Не достаточно логично изложено. Наглядность (наличие рисунков, символов, и

пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

Оценка «2» - Использование учебного материала не полное. Отсутствуют схемы, количество смысловых связей между понятиями. Отсутствует наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта. Допущены ошибки терминологические и орфографические. Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Не самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

3. Составление опорного конспекта

Опорный конспект – это развернутый план вашего ответа на теоретический вопрос. Он призван помочь последовательно изложить тему, а преподавателю лучше понять и следить за логикой ответа.

Опорный конспект должен содержать все то, что учащийся собирается предъявить преподавателю в письменном виде. Это могут быть чертежи, графики, формулы, формулировки законов, определения, структурные схемы.

Основные требования к содержанию опорного конспекта

1. Полнота – это значит, что в нем должно быть отображено все содержание вопроса.
2. Логически обоснованная последовательность изложения.

Основные требования к форме записи опорного конспекта

1. Опорный конспект должен быть понятен не только вам, но и преподавателю.
2. По объему он должен составлять примерно один - два листа, в зависимости от объема содержания вопроса.

3. Должен содержать, если это необходимо, несколько отдельных пунктов, обозначенных номерами или пробелами.
4. Не должен содержать сплошного текста.
5. Должен быть аккуратно оформлен (иметь привлекательный вид).

Методика составления опорного конспекта

1. Разбейте текст на отдельные смысловые пункты.
2. Выделите пункт, который будет главным содержанием ответа. Составьте краткий план ответа по теме.
3. Придайте плану законченный вид (в случае необходимости вставить дополнительные пункты, изменить последовательность расположения пунктов).
4. Запишите получившийся план в тетради в виде опорного конспекта, вставив в него все то, что должно быть, написано – определения, формулы, выводы, формулировки, выводы формул, формулировки законов и т.д.

Затраты времени при составлении опорного конспекта зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающихся и определяются преподавателем.Ориентировочное время на подготовку – 2ч

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме, 1 балл;
- правильная структурированность информации, 3 балла;
- наличие логической связи изложенной информации, 4балла;
- соответствие оформления требованиям, 3 балла;
- аккуратность и грамотность изложения, 3 балла;
- работа сдана в срок, 1 балл.

Максимальное количество баллов: 15.

14-15 баллов соответствует оценке «5»

11-13 баллов – «4»

8-10 баллов – «3»

менее 8 баллов – «2»

4.Работа с опорным конспектом

Опорный конспект составляется преподавателем или используются готовые опорные конспекты. Его функция – помочь обучающимся самостоятельно изучить тему, искать недостающую информацию в учебнике, при этом дополнять опорный конспект, указывая страницы учебника и отвечая на поставленные вопросы, а также показать знание материала, отвечая на вопросы в опорном конспекте и выполняя задания по данной теме.

Используя работу с опорным конспектом, студенты учатся чётко отвечать на поставленные вопросы, задавать вопросы самостоятельно, выполнять необходимые задания, составлять связный рассказ, а также делать выводы.

Затраты времени на работу с опорным конспектом зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающихся и определяются преподавателем.Ориентировочное время – 1 ч.

Алгоритм работы по опорному конспекту.

1. Ознакомьтесь с содержанием опорного конспекта.
2. Ответьте на поставленные в опорном конспекте вопросы (преподаватель при этом напоминает о том, что в каждом вопросе имеется ключевое слово для ответа отвечать на вопрос нужно полным предложением).
3. Составьте дополнительные вопросы по данной теме. Отвечая на вопросы и задавая их на этапе изучения новой темы, часто используются не только опорный конспект, но и работа с учебником. В опорном конспекте можно указывать конкретные страницы, на которых имеется информация для ответа на вопросы, т.е. отрабатывается попутно умение отвечать на вопрос, используя учебник.
4. Выполните предложенные в опорном конспекте задания по теме, типа:

а) установите соответствие:

б) выберите верный ответ:

в) какие утверждения верны:

г) найдите лишнее слово.

5. Сделайте обобщение по изучаемой теме, используя в качестве пунктов плана, выделенные другим шрифтом заголовки в опорном конспекте.

Критерии оценки:

- проведена работа с учебником, указаны станицы в конспекте, 1 балл;
- даны правильные полные ответы на поставленные вопросы, 3 балла;
- составлены грамотные по смыслу вопросы к изучаемой теме, 4балла;
- выполнены задания верно, 4 балла;
- аккуратность и грамотность изложения, 1 балл;
- составлен план ответа, сделаны выводы, 2 балла;
- работа сдана в срок, 1 балл.

Максимальное количество баллов: 16.

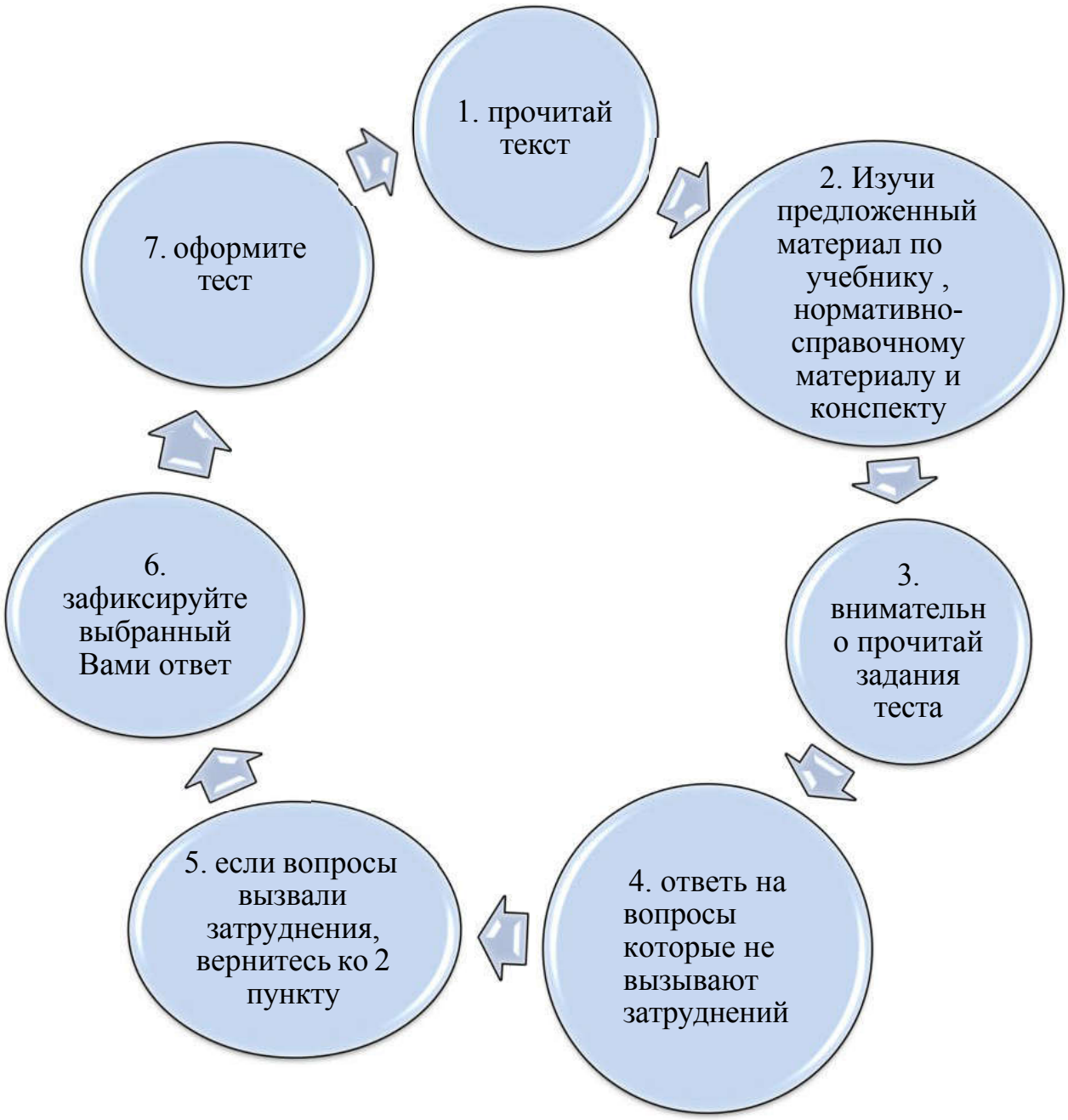
15-16 баллов соответствует оценке «5»

11-14 баллов – «4»

8-10 баллов – «3»

менее 8 баллов – «2»

5. Алгоритм решения теста



Критерии оценивания выполненного теста:

Количественным критерием оценки правильности выполнения тестовых заданий служит коэффициент Ка, представляющий собой отношение количества правильно выполненных обучающимися

существенных операций (А) к общему числу существенных операций теста(Р) Ка = А/Р

Например: тест состоит из 25 вопросов

1 вариант – Р =90

2 вариант – Р =90

Ка	1,0-0,9	0,89-0,8	0,79-0,7	< 0,7
Кол-во верных ответов	23-25	20-22	18,19	17 и менее
отметка	5	4	3	2

6. Алгоритм составления теста

В ходе выполнения задания необходимо составить как сами тесты, так и эталоны ответов к ним. Тесты могут быть различных уровней сложности. Задание оформляется письменно.

Затраты времени на составление тестов зависит от объема информации, сложности ее структурирования.

При составлении тестов и эталонов ответов к ним необходимо:

1. Прежде чем составлять тест, изучите предложенный материал, используя учебные пособия и нормативно-справочную литературу.
2. Выбрать форму тестового задания. Выделяется два типа тестов:

1) Закрытые: где есть готовые ответы: выбрать из 2, 3, 4, 5 предоставленных альтернативных ответов, установление истинности, ложности, соответствия, установление последовательности.

2) Открытые: которые не имеют готовых ответов, их надо конструировать, самостоятельно дополнить, закончить, составить.

3. Вопросы теста должны быть четкими, понятными для выполнения.

4.При формулировке задания теста необходимо придерживаться следующих методических советов:

-основной текст задания содержит не более 8-10 слов;

-каждый тест должен выражать одну идею, одну мысль;

-задания должны быть краткими, четкими, легко читаемыми, суждения иметь утвердительную, а не вопросительную форму;

-формулировка заданий не должна содержать двусмысленности, а тем более ловушек;

-избегать таких слов, как “иногда”, “часто”, “обычно” в правильных утверждениях и слов “всегда”, “иногда”, “невозможно” в неправильных.

-располагать тесты по возрастанию трудности;

-каждое задание и ответ формулировать так, чтобы верный ответ могли дать только те, кто хорошо усвоил материал;

-задания сформулировать так, чтобы ответы могли быть получены путем рассуждения, а в число неверных ответов в первую очередь включать такие, которые являлись результатом типичных ошибок, допускаемых учащимися;

-правильные ответы должны располагаться в случайном порядке;

-ответы на один вопрос не должны зависеть от ответов на другие вопросы;

-ответы не должны содержать подсказки, быть нелепыми.

5.Тест должен включать разнообразные тестовые задания по форме, содержанию, степени сложности и количеству, достаточно полно охватывать материал проверяемой темы.

6.Тестовые задания должны быть разноуровневыми по степени сложности:

Уровень А – задания, рассчитанные на усвоение основных понятий, на простое отображение материала, на уровне узнаваемости и воспроизведения.

Уровень Б – задания, требующие размышления, охватывают малый материал, выявляют умения применять знания в стандартных ситуациях.

Уровень В – задания, требующие творческого исполнения приобретенных знаний и позволяющие выявить умения, применять знания в нестандартных ситуациях.

7.Оформить тест: составить тестовые задания, инструкцию – сколько правильных ответов предусматривает вопрос и т.п., ключ (правильные ответы) к выполнению теста.

Критерии оценки:

Оценка «5» - соответствие заданной теме, грамотная формулировка вопросов, составлены разноуровневые задания, работа представлена в срок.

Оценка «4» - соответствие заданной теме, допущены незначительные ошибки при формулировке вопросов, работа представлена в срок.

Оценка «3» - соответствие заданной теме, допущены грубые ошибки при формулировке вопросов, работа не представлена в срок.

Оценка «2» - тест скачен из интернета, допущены грубые ошибки при формулировке вопросов, работа не представлена в срок, не соответствует заданной теме.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Печатные издания:

1. Косолапова ,Н.В., Прокопенко, Н.А.,/ Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник. – Москва, 2011.- 360 с.- ISBN- 7695-1294-6-026570-6-Текст: непосредственный

2.Смирнов, А.Т., Хренников, О.Б., Васнев ,В.А.,/ Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл.– Москва, 2012.- 351 с.- ISBN -978-5-09-026570-6-Текст: непосредственный

Электронные издания:

3.http://www.edu.rin.ru/ - Образование - RIN.RU.

4.http://fcior.edu.ru/ - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов

5.http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm-ОБЖ - билеты, ответы, уроки.

6.http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm-Книги, пособия по ОБЖ

7.http://satinoschool.narod.ru/test1/p1aa1.html-методическое пособие для учителей ОБЖ

8.http://severskijkadet.ru/voennoe_delo/обж/уроки-обж-ссылки.html-уроки ОБЖ

Дополнительные источники:

9.Воробьева, Ю.Л./ Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. Под ред. – Москва, 2011 -351 с.-.ISBN- 978-5-09-026570-6— Текст : непосредственный.

Рекомендуемая литература

10. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. - Москва, 2017-391с.- ISBN -7695-1294-6-026570-6 — Текст : непосредственный.

Информационные образовательные ресурсы для обучения обучающихся-инвалидов и обучающихся с ОВЗ:

Интернет ресурсы:

http://www.edu.rin.ru/ - Образование - RIN.RU.

http://fcior.edu.ru/ - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов

http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm-ОБЖ - билеты, ответы, уроки.

http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm-Книги, пособия по ОБЖ

http://satinoschool.narod.ru/test1/p1aa1.html-методическое пособие для учителей ОБЖ

http://severskijkadet.ru/voennoe_delo/обж/уроки-обж-ссылки.html-уроки ОБЖ

http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1583/index.htm Первые шаги граждан в чрезвычайных ситуациях (памятка о правилах поведения граждан в чрезвычайных ситуациях)

http://kombat.com.ua/stat.html Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях

http://b23.ru/hsnc Учебное пособие по ОСНОВАМ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ.

http://b23.ru/hsb9 Учебные атласы по медицинской подготовке.

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ АДАПТИРОВАННАЯ УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2026

РЕЦЕНЗЕНТ:

_____Л.А. Христич, преподаватель ГБПОУ ЮЭТ

Рассмотрено предметной (цикловой) комиссией естественнонаучных дисциплин, протокол № 1 от 27.082026г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии естественнонаучных дисциплин _____Л.А. Христич

Рассмотрена методическим советом и рекомендована к утверждению, протокол № от _____ 2026г.

Заместитель директора по методической работе _____И.С. Николаева

Пояснительная записка

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование практических умений, необходимых в последующей учебной деятельности и жизни.

В соответствии с ведущей дидактической целью содержанием практических занятий является решение разного рода задач, в том числе профессиональных (анализ проблемных ситуаций, решение ситуационных задач, работа с измерительными приборами, средствами индивидуальной защиты, учебным тренажером для реанимационных действий, работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях.

Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

Освоение содержания учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

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;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности;
- Соблюдать правила безопасности труда;
- оказывать первую помощь пострадавшим;

В результате освоения учебной дисциплины обучающиеся должны **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;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим

Критерии оценивания ЛПЗ
Оценка "5" ставится, если студент:

В практическом задании учитываются умения: выполнить практические действия в определенной последовательности, сделать вывод, соблюдать правила техники безопасности.

1) выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности проведения опытов и измерений;

2) научно грамотно, логично описал наблюдения и сформулировал выводы из опыта. В представленном отчете правильно и аккуратно выполнил все записи, таблицы, рисунки, чертежи, графики, вычисления и сделал выводы;

3) проявляет организационно-трудовые умения (поддерживает чистоту рабочего места и порядок на столе, экономно использует расходные материалы).

4) эксперимент осуществляет по плану с учетом техники безопасности и правил работы с материалами и оборудованием.

Оценка "4" ставится, если студент выполнил требования к оценке "5", но:

1. опыт проводил в условиях, не обеспечивающих достаточной точности измерений;

2. или было допущено два-три недочета;

3. или не более одной негрубой ошибки и одного недочета,

4. или эксперимент проведен не полностью;

5. или в описании наблюдений из опыта допустил неточности, выводы сделал неполные.

Оценка "3" ставится, если студент:

1. Работу выполняет правильно не менее чем наполовину, однако объём выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы по основным, принципиально важным задачам работы;

2. или в ходе проведения опыта и измерений были допущены ошибки в описании наблюдений, формулировании выводов;

3. В работе были допущены в общей сложности не более двух ошибок (в записях единиц, измерениях, в вычислениях, графиках, таблицах, схемах, анализе погрешностей и т.д.) не принципиального для данной работы характера, но повлиявших на результат выполнения; или не выполнен совсем или выполнен неверно анализ погрешностей

4. допускает грубую ошибку в ходе эксперимента (в объяснении, в оформлении работы, в соблюдении правил техники безопасности при работе с материалами и оборудованием), которая исправляется по требованию преподавателя.

Оценка "2" ставится, если студент:

1. не определил самостоятельно цель опыта; выполнил работу не полностью, не подготовил нужное оборудование и объем выполненной части работы не позволяет сделать правильных выводов;

2. или опыты, измерения, вычисления, наблюдения производились неправильно;

3. или в ходе работы и в отчете обнаружились в совокупности все недостатки, отмеченные в требованиях к оценке "3";

4. допускает две (и более) грубые ошибки в ходе эксперимента, в объяснении, в оформлении работы, в соблюдении правил техники безопасности при работе с веществами и оборудованием, которые не может исправить даже по требованию учителя.

Примечания

Во всех случаях оценка снижается, если студент не соблюдал требований техники безопасности при проведении эксперимента.

Перечень практических работ

1курс

Тема практического занятия (лабораторной работы)	Количество часов
1. Применение первичных средств пожаротушения	2
2. Проведение аварийно-спасательных работ.	2
3.Радиация.Радиоактивное заражение местности.	2
4.Планирование и организационные вопросы выполнения эвакуационных мероприятий.	2
5. Виды ран.	2
6. Виды черепно-мозговой травмы	2
Итого:	12 часов

Практическая работа №1

Тема: Применение первичных средств пожаротушения

Цель: получение теоретических знаний и практических навыков подбора и применения первичных средств пожаротушения в зданиях (помещениях).

Задачи:

1.Закрепить знания о первичных средств пожаротушения
2.Изучить материал по составлению плана спасения людей при пожаре
3. Составить план мероприятий по спасению людей

Методические указания по практическому занятию:

Изучить цель работы, теоретическую часть. Определить главное. Сделать выводы.

Подготовить ответы на контрольные вопросы.

Задание:

1. Ознакомиться с приведенными ниже краткими теоретическими сведениями.

2. Изучить огнетушащие вещества и первичные средства пожаротушения в зданиях (помещениях). Составить и заполнить таблицу, используя информационный материал.



Таблица 1 – **Область применения огнетушащих веществ**

Примечание: Область применения огнегасительных веществ:
а) дерево, изделия из дерева, ткани и т. п.;
б) горючие жидкости (мазут, краски, масла);
в) легко воспламеняющиеся жидкости (бензин, керосин);
г) спирты;
д) электроустановки под напряжением;
е) ценные вещи (картины, документы, книги и т. п.);
ж) одежда на человеке.
1.Огнегасительные вещества
2.Огнегасительные свойства

3.В какой области нельзя применять (вписать букву из примечания)
4.Охлаждающее
5.Изолирующее
6.Разбавляющее
Ингибирующее (замедляющее)
1.Вода
2.Песок
3.Покрывало из войлока, брезента и т.д.
4.Химическая пена
5. Углекислота
6.Порошки
3.Составить алгоритм действий при пожаре.
4.Сделать вывод о проделанной работе

Критерии оценивания смотрите в пояснительной записке.

Литература:
1.Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ.сред. учеб. заведений/ Э.А. Арустамов, Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопенко, Г.В.Гуськов.- М.: Издательский центр «Академия»,2017.-176с.
2.Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студентов средних спец. учеб. заведений/ С.В.Белов, В.А.Девясилов, А.Ф. Козьяков и др.; Под общ. ред. С.В.Белова.- М.: Высш. шк.,2017– 357с.

Практическая работа № 2

I.**Тема.** Проведение аварийно-спасательных работ в быту.
II. **Цель:** Закрепление теоретических знаний о спасении людей, практических умений работать с ФЗ, планировать мероприятия по спасению людей.
III. **Задачи.**
1.Закрепить знания об аварийно-спасательных работах
2.Изучить материал по составлению плана спасения
3. Составить план мероприятий по спасению людей
IV. Время выполнения 45мин.
V. **Оборудование.** ФЗ «О гражданской обороне», тетрадь для практических работ, Г. С. Ястребов «Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф», тест
VI. **Задание.**
1.Ответь на тесты по ФЗ «О гражданской обороне»
Тест состоит из 20 вопросов, содержит 2 варианта ответов, один из них правильный. Приложение №5
2. Изучить материал учебника стр.104-112
В практических тетрадях начертить схему организации ГО в учебном заведении.
3. Изучить план мероприятий, схему оповещения, составить план мероприятий по ГО.
4. Ответить на вопросы преподавателя

VII Контрольные вопросы.

1. Назначение и задачи ГО.
2. Кто является начальником штаба ГО?
3. Какие формирования ГО создаются в учебном учреждении?
4. Как составить план оповещения?
5. Где осуществляется подготовка формирований ГО?

VIII Литература

Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф : учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Г.Я. Ястребов; под редакцией Б.В. Карабухина. Изд. 3 –е. – Ростов н / Д :
Феникс, 2007. – 397 с.
ФЗ «О гражданской обороне»

Критерии оценивания смотрите в пояснительной записке.

Практическая работа № 3

I.**Тема.** Радиация. Радиоактивное заражение местности.

II. **Цель:** Закрепление теоретических знаний о радиации, видах излучений и приобретение практических умений изготавливать и использовать средства защиты.

III. **Задачи.**

1. Закрепить знания о видах излучений, зон заражений.
2. Научиться изготавливать ватно-марлевую повязку.

IV. Время выполнения 90мин

V. **Оборудование:** Учебник БЖД, плакаты противогазы, вата, марля, ОЗК, ножницы, тетрадь для практических работ.

VI. **Задание.**

1. Записать в тетрадь виды излучений, зарисовать зоны заражений. (№4)
2. Изготовить ВМП

Для изготовления ВМП необходимо взять кусок марли размером 100 на 50см. на него кладем слой ваты толщиной 1-2см, края марли загибаем с обеих сторон и накладываем на вату, концы по длине разрезаем на 30-40см с каждой стороны. Повязка закрывает подбородок, рот, нос. (Рис.стр. 88)

3. Надеть противогаз, ОЗК
4. Надеть ВМП

VII Контрольные вопросы.

1. Радиация это?
2. Альфа излучение это?
3. бета излучение это?
4. Перечислите виды зон заражения
5. Перечислите медицинские средства защиты?
6. Назовите порядок изготовления ВМП.

VIII Литература

Арустамов, Э. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко/ Изд. 9-е – М. : Издательский центр «Академия», 2011. – С 83 –89.

Практическая работа №4

Тема: Планирование и организационные вопросы выполнения эвакуационных мероприятий.

Цель: Закрепление теоретических знаний по планированию и организации выполнения эвакуационных мероприятий на объекте и приобретение практических умений по эвакуационным мероприятиям.

Задачи:
1.Закрепить знания по планированию и организации выполнения эвакуационных мероприятий на объекте и приобретение практических умений по эвакуационным мероприятиям.
2. Развивать умение работать в группе.

Ход работы

Задания: 1. Выписать в рабочую папку основные термины и определения по теме.

2. Изучить и законспектировать в рабочую папку ход эвакуации населения.

3. Составить текст оповещения для следующих ситуаций:

Вариант 1: Город N подвергается угрозе цунами, вызванного подводным землетрясением. Предполагаемая сила землетрясения - 10 баллов.

Вариант 2. Вокруг поселка с числом жителей 500 человек бушуют лесные пожары. Есть угроза населенному пункту.

3. Составить список вещей, которые необходимо взять с собой эвакуированным.

4. Отчет о выполненной практической работе оформить в виде ответов на контрольные вопросы. **Эвакуация** - комплекс мероприятий по организованному выводу и (или) вывозу персонала и населения из зон чрезвычайной ситуации, а также жизнеобеспечение эвакуированных в районе размещения. В отличии от рассредоточения эвакуированные постоянно проживают в загородной зоне до особого распоряжения. **План эвакуации:** Заранее разработанный план (схема), в котором указаны пути эвакуации, эвакуационные и аварийные выходы, установлены правила поведения людей, порядок и последовательность действий в условиях чрезвычайной ситуации. **Эвакуационный выход:** Выход, используемый для эвакуации людей и ведущий наружу или в безопасную зону. Эвакуационные выходы могут быть как основными, постоянно функционирующими для входа и выхода людей в

обычной (штатной) ситуации, так и запасными, используемыми в условиях чрезвычайной ситуации. **Аварийный выход:** Выход, не отвечающий требованиям, предъявляемым к эвакуационным выходам, но который может быть использован для спасания людей в условиях чрезвычайной ситуации. **Путь эвакуации:** Безопасный при эвакуации людей путь к эвакуационному выходу или месту размещения спасательных средств. Тупик: Путь, который не заканчивается эвакуационным выходом и не ведет к эвакуационному выходу или месту размещения спасательных средств. **Система оповещения и управления эвакуацией (СОУЭ) –** комплекс организационных и технических средств, предназначенный для своевременного сообщения людям информации о возникновении пожара и(или) необходимости и путях эвакуации. Основанием для ее проведения является краткосрочный прогноз возникновения чрезвычайной ситуации, которая выдается на период от нескольких десятков минут до нескольких часов и уточняется в течение этого срока. Во втором случае при возникновении чрезвычайной ситуации проводится экстренная эвакуация персонала объектов и населения из зон бедствия и их выход из этих зон осуществляется в минимальные сроки. Эти сроки могут составлять от нескольких минут до нескольких часов. Одной из особенностей экстренной эвакуации является то, что она может завершаться в условиях воздействия различных поражающих факторов на эвакуируемых людей. **Локальная эвакуация** проводится в случае, если в зоне чрезвычайной ситуации зона возможного поражения (заражения) ограничена пределами отдельных городских микрорайонов или сельских населенных пунктов. **Местная эвакуация** проводится в случае, если в зону чрезвычайной ситуации попадают средние города, отдельные районы крупных и крупнейших городов, сельские районы.Рассредоточение и эвакуацию организуют и проводят после получения распоряжения об их проведении начальники и штабы ГО объектов и эвакуационные комиссии. Действия населения начинаются при сигнале: «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» подается путем включения городских и производственных сирен, производственных и транспортных гудков, а также другими сигнальными средствами. Услышав сигнал необходимо включить телевизор или радиоприемник и прослушать экстренное сообщение о сложившейся обстановке и порядке действия населения. В местах, где из-за удаленности не слышно звука сирен и нет громкоговорителей центрального радиовещания, сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ» и речевую информацию будут передавать специальные автомобили, оснащенные системой громкоговорящей связи.В первую очередь необходимо взять с собой документы, деньги и по возможности запас еды и питьевой воды, запакованный в водонепроницаемую упаковку или пакет. Проинформируйте соседей - возможно, они не слышали передаваемой информации.

Экстренная эвакуация проводится при быстротечных чрезвычайных ситуациях, при недостатке времени. Время – вот важнейший фактор в данной ситуации. Получив извещение о начале эвакуации, каждый гражданин обязан: собрать все необходимые документы (паспорт, военный билет, документы об образовании и специальности, трудовую книжку, свидетельства о браке и рождении детей, страховые полисы, деньги), комплект верхней одежды и обуви по сезону (в летнее время необходимо взять и теплые вещи), трехдневный запас продуктов питания и воды, необходимые медикаменты; детям младшего возраста пришить бирки из белой материи (с внутренней стороны одежды под воротником) с указанием фамилии, имени и отчества ребенка, года его рождения, места жительства и места работы отца и матери. Вес багажа, берущегося с собой, должен быть в пределах 50 кг на одного члена семьи. К каждому месту багажа прикрепить бирку с указанием фамилии и адреса. Рассредоточение и эвакуация населения проводится через **сборные эвакуационные пункты (СЭП)**. СЭП создаются по территориальному признаку приказом начальника управления ГО и ЧС города. Население о Туда же, на СЭП, прибывает транспорт, которым будет эвакуироваться население. На каждое средство эвакуации назначается старший маршрута. Движение пеших колонн осуществляется по заранее установленным маршрутам протяженностью на один суточный переход (10-12 ч движения). Численность пеших колонн от 500 до1000 человек. Скорость движения колонн не более 5 км/ч. Через каждые 1-1,5 часа делают малые привалы длительностью 10-15 мин, в начале второй половины суточного перехода устраивают большой привал 1-2 часа. Для приема рассредоточиваемого и эвакуируемого населения создаются приемные эвакуационные комиссии и **приемные эвакуационные пункты (ПЭП)** сельских районов. Первые двое суток люди должны питаться запасами продуктов, привезенных или принесенных с собой. Эвакуированное население привлекают для работы в сельской местности и на предприятиях, вывезенных из города и продолжающих работу в загородной зоне.

Контрольные вопросы:

1. Что означает термин "эвакуация населения"?

2. В каких случаях осуществляется эвакуация населения? 3. Каков порядок эвакуации населения? 4. Что необходимо брать с собой во время эвакуации? 5. На какой срок рассчитывается запас продуктов и питья?

6.Сделать вывод

Литература: 1. Косолапова, Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - 3-е изд., стереотипн. - М.: Академия, 2017. - С.97-10

Практическая работа № 5

I.**Тема:** Виды ран.

II. **Цель**: Закрепление теоретических знаний о видах кровотечений и приобретение практических навыков о способах остановки кровотечений. Закрепление теоретических знаний о видах ранениях и приобретение практических умений накладывать жгут.

III. **Задачи**:

1. Закрепить теоретические знания о кровотечении.
2. Составить алгоритм наложения жгута.(Приложение №7)

IV. Время выполнения 90ч.

V. Оборудование. Памятка по действиям наложения давящей повязки учебный фильм «Оказание помощи при кровотечениях»

VI. **Задание.**

1.Просмотреть учебный фильм.
2.Изучить виды кровотечений.
3. Изучить памятку по наложению давящей повязки .(Приложение №8)
4. Составить алгоритм наложения жгута.

VII Контрольные вопросы

1. Что кровотечение?
2. Какое кровотечение опасно?
3. Как остановить венозное кровотечение
4. Как остановить артериальное кровотечение?

Практическая работа № 6

I.**Тема**: Виды черепно-мозговой травмы
II. **Цель:** Закрепление теоретических знаний о оказании помощи при травмах черепа
III. **Задачи:** Закрепить теоретические знания о видах черепно-мозговых травмах приобретение практических умений оказывать помощь пострадавшим
IV. Время выполнения 90м
V. **Оборудование**: учебник БЖД Э.А. Арустамов, ситуационные задачи, тесты, тетрадь для практических работ, раздаточный материал, бинты

6.Решить ситуационные задачи.

Ситуация 1.

Мужчина упал с площадки лесовоза, ударившись грудью о твердый предмет. Сильная боль в груди, дыхание поверхностное, частое. Боль усиливается при кашле и изменении положения тела. Что произошло и насколько это опасно? Как помочь пострадавшему?

Ситуация 2.

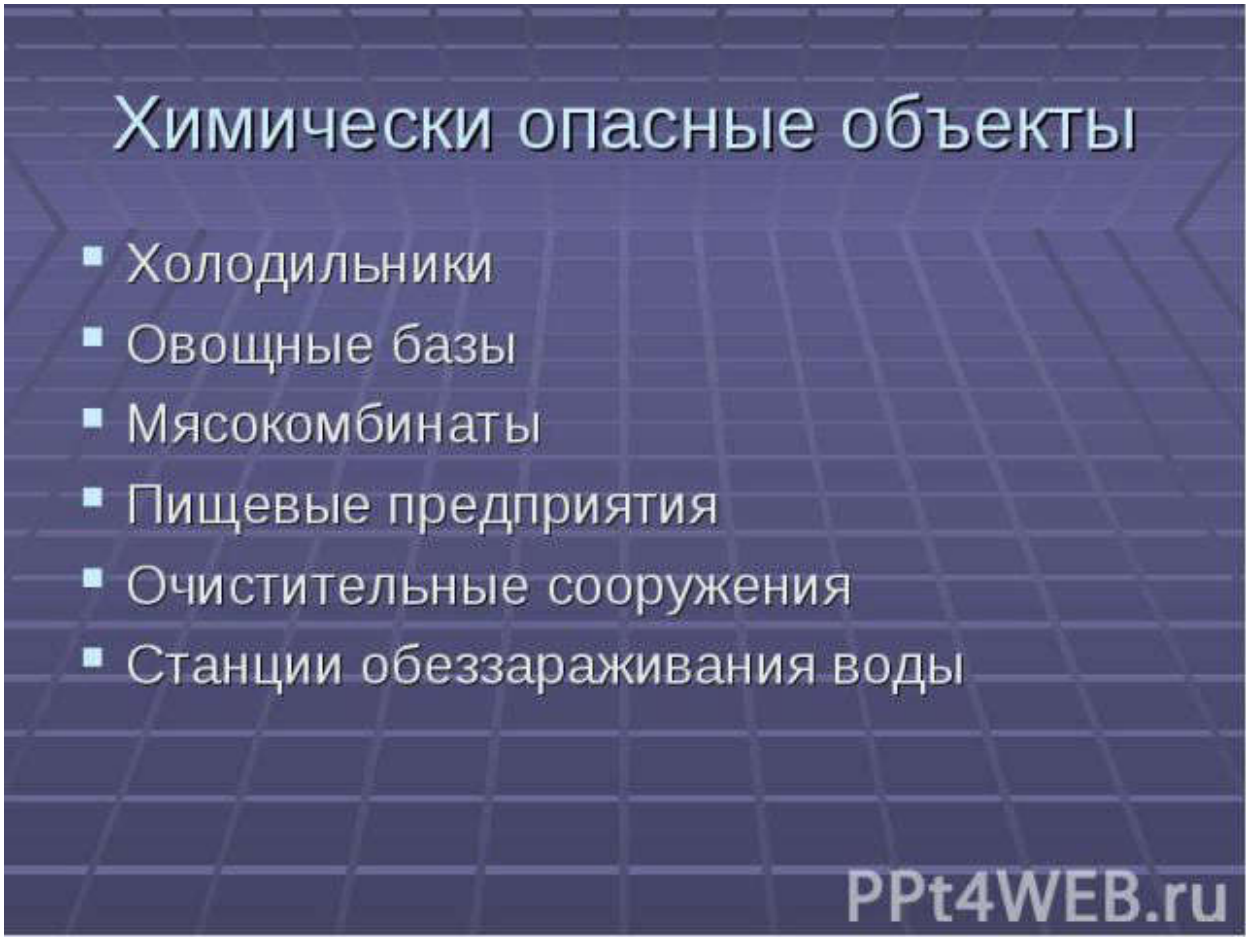
Какое возникло повреждение, чем оно опасно? Нужна ли транспортная иммобилизация?

Ситуация 3.

При разгрузке автомашины скатившееся бревно придавило мужчину. Возникли сильные боли в области таза, невозможность движения ногами. Пострадавший бледен, кожные покровы покрыты холодным, липким потом, пульс частый, слабого наполнения. Каков характер травмы и чем объяснить тяжелое состояние пострадавшего? Какова последовательность оказания первой помощи?

7.Сделать вывод о проделанной работе

Приложение №1



Приложение№3 Опасности в быту

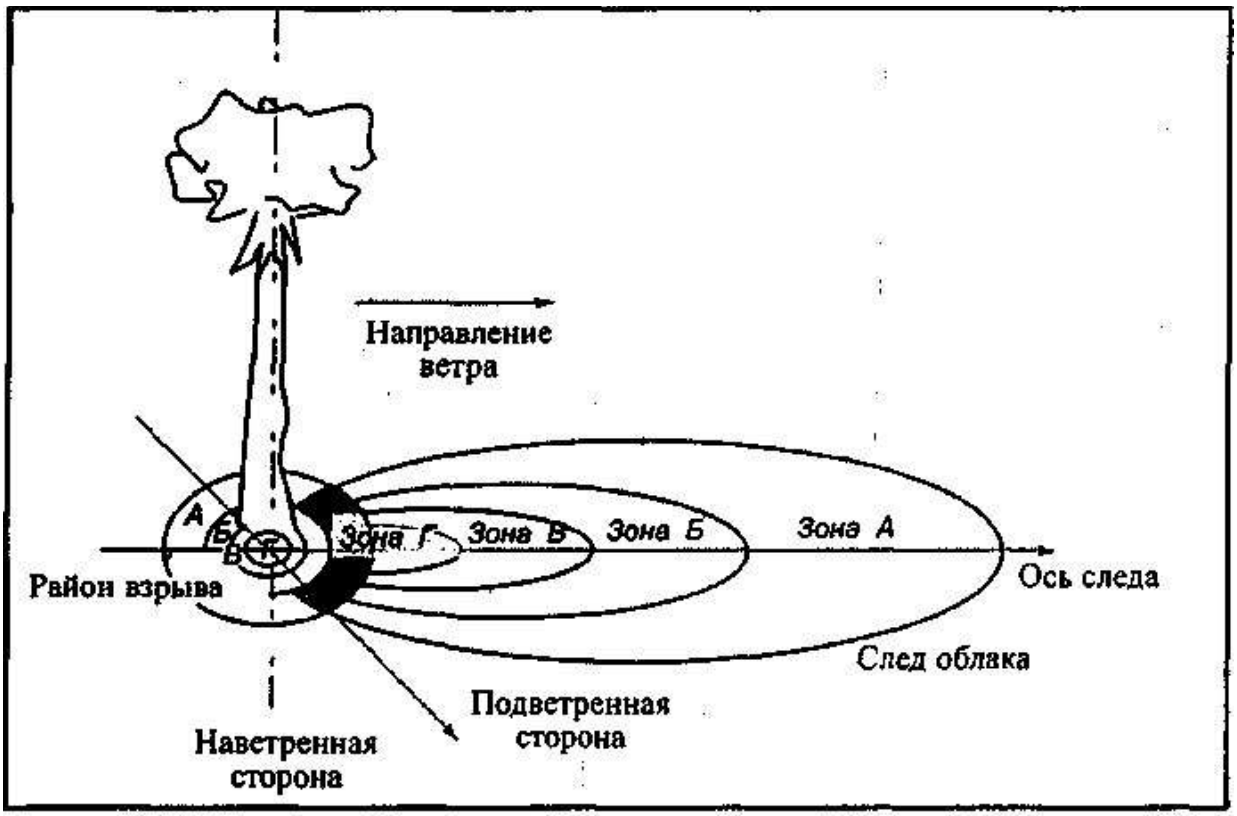



Поврежденная изоляция, неисправная электропроводка
Включенный электроприбор, оставленный без присмотра
Перегрузка электросети
Обернутая бумагой лампа
Самодельный электронагреватель ("козел")
Самодельный пробочный предохранитель ("жучок")
Отсутствие несгораемой подставки под электронагревательным прибором
Разогревание на открытом огне лака и краски
Курение в постели
Распыление аэрозоля вблизи открытого огня
Оставленная без присмотра газовая плита
Детская шалость

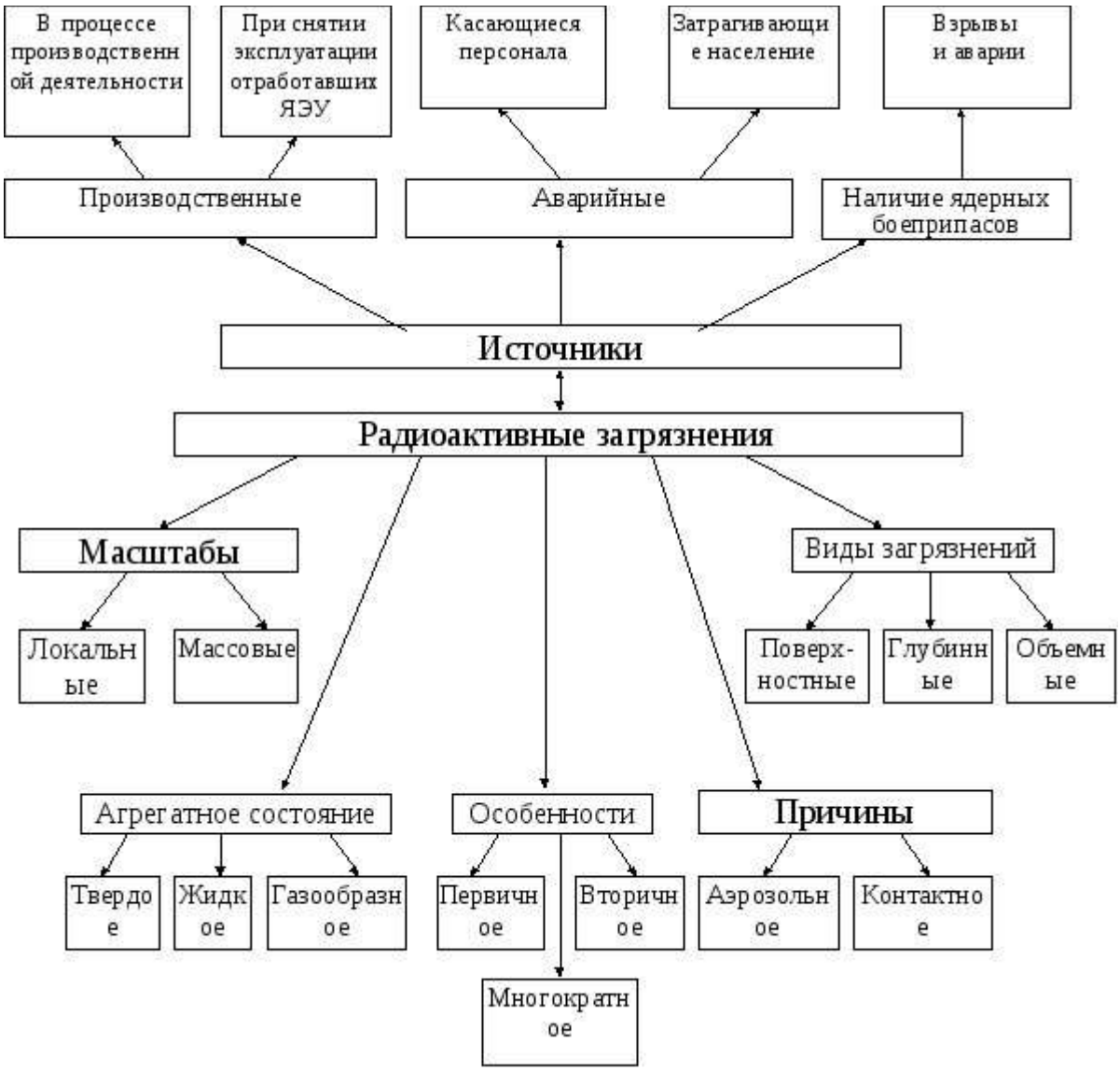
Приложение №4 Радиоактивное заражение местности



Высокий уровень радиации может наблюдаться не только в районе, прилегающем к месту взрыва, но и на расстоянии десятков и даже сотен километров от него. Радиоактивное заражение местности может быть опасным на протяжении нескольких недель после взрыва.



Приложение №5 Источники радиоактивного заражения



Приложение №6 Зоны заражения

1. Зона отчуждения. К этой зоне относится местность с уровнем радиации Р > 50мР/ч (0,05Р/ч). Запрещается пребывание людей. Простирается она примерно на 30-40км от места аварии.

2. Зона отселения. Зона с уровнем радиацииР - от 20 до 50 мР/ч. Из этой зоны отселяются проживающие в ней люди.

3. Зона временного пребывания. Зона, где Р - от 5 до 20 мР/ч. В этой зоне ограничивается пребывание людей. Простирается она примерно на расстояние от 50 до 70км.

4. Зона радиационного контроля. Местность, где Р - от 1 до 5 мР/ч. Устанавливается срок пребывания. Простирается зона примерно на расстояние от 70 до 100 км.

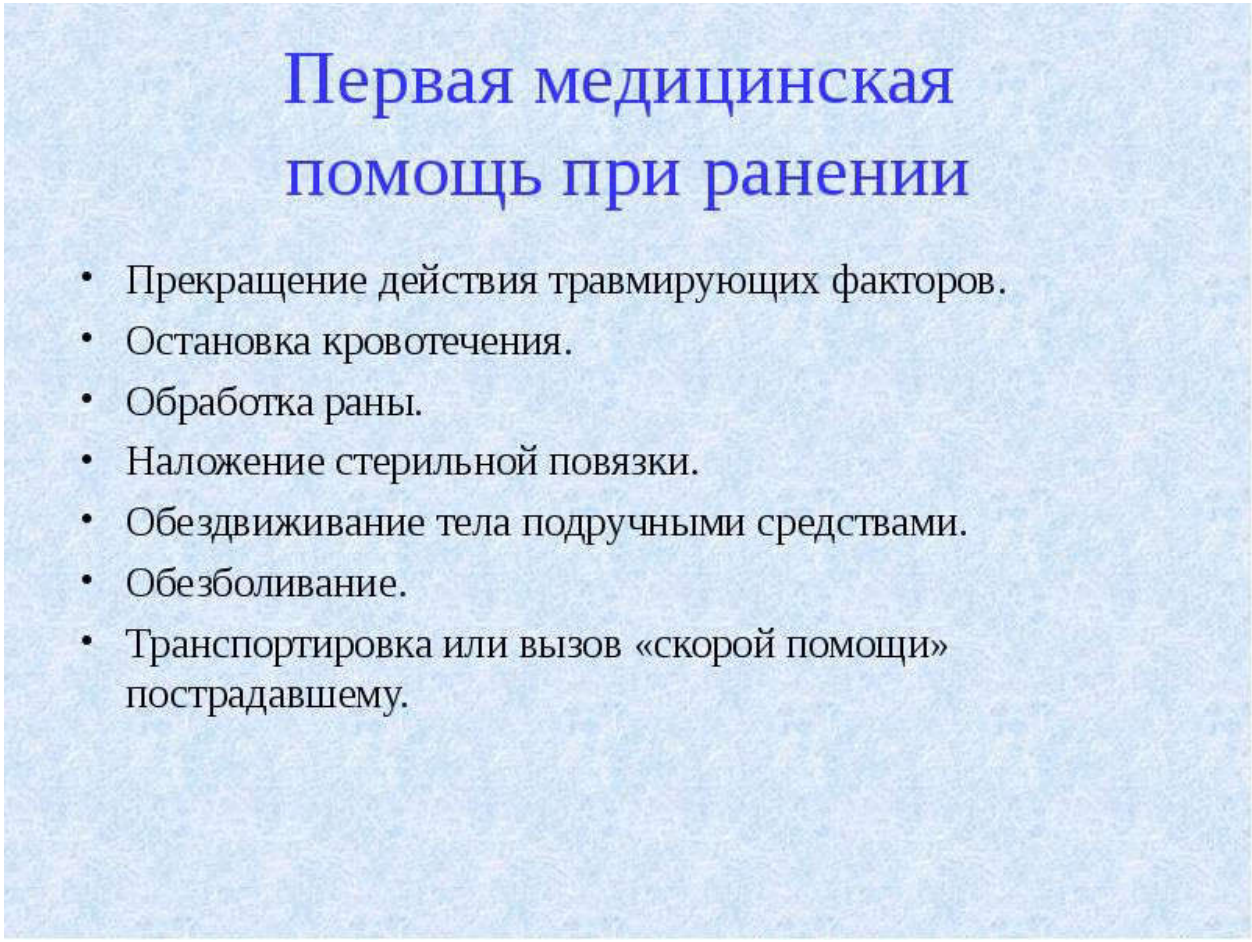
Приложение №7Виды ран

Виды ран:

В зависимости от действия различных факторов раны бывают

- ***Колотые*** (штыком, иглой и т.п.).
- ***Резаные*** (ножом, стеклом и т.п.).
- ***Рубленные*** (топором, шашкой и т.п.).
- ***Рваные или ушибленные*** (следствие воздействия относительно острого твердого предмета).
- ***Укушенные*** (нанесены зубами животного или человека).
- ***Сочетанные*** (колоторезанные, рубленорваные).
- ***Огнестрельные*** (пулями, осколками и т.п.).
- ***Отравленные*** (раны, в которые попадает яд).

Приложение №8 Первая помощь при ранении



Прижмите рану



1. Наложите на рану стерильную тампон-повязку или чистую ткань
2. Попросите пострадавшего плотно прижать ткань к ране своей рукой. Если это невозможно, то сделайте сами
3. Не теряйте времени, стараясь промыть рану

Приложение №6Правила наложения повязок

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ПОВЯЗОК

ЗАКРЫВАЮЩИЕ ПОВЯЗКИ

Свойства	Типы	Цели применения
Стерильные Превышающие площадь раны Толстые, мягкие, легко сжимаемые Неворсистые	Марлевые салфетки Перевязочные пакеты Бактерицидный пластырь Импровизированные перевязочные средства (носовой платок, полотенце)	Остановка кровотечения Предупреждение развития инфекции и загрязнения Впитывание крови и другого раневого содержимого Защита раны от внешних повреждений

ФИКСИРУЮЩИЕ ПОВЯЗКИ

Типы	Цели применения
Бинты шириной: 2,5 см – для пальцев; 5 см – для запястей, кистей, стоп; 7,5 см – для лодыжек, локтей, предплечий; 10 см – для коленей, голеней Эластичные повязки Импровизированные перевязочные средства Треугольные повязки	Закрепление закрывающей повязки Давление на закрывающую повязку для остановки кровотечения Предупреждение или уменьшение отека Поддержка и стабилизация конечности или сустава

ПОВЯЗКИ ПРИ ПОВРЕЖДЕНИИ ГОЛОВЫ И ЛИЦА



ПОВЯЗКИ ПРИ ПОВРЕЖДЕНИИ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ, ЖИВОТА И ТАЗА



ПОВЯЗКИ ПРИ ПОВРЕЖДЕНИИ КОНЕЧНОСТЕЙ



БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Печатные издания:

1. Косолапова ,Н.В., Прокопенко, Н.А.,/ Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник. – Москва, 2011.- 360 с.- ISBN- 7695-1294-6-026570-6-Текст: непосредственный

2.Смирнов, А.Т., Хренников, О.Б., Васнев ,В.А.,/ Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл.– Москва, 2012.- 351 с.- ISBN -978-5-09-026570-6-Текст: непосредственный

Электронные издания:

3.http://www.edu.rin.ru/ - Образование - RIN.RU.

4.http://fcior.edu.ru/ - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов

5.http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm-ОБЖ - билеты, ответы, уроки.

6.http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm-Книги, пособия по ОБЖ

7.http://satinoschool.narod.ru/test1/p1aa1.html-методическое пособие для учителей ОБЖ

8.http://severskijkadet.ru/voennoe_delo/обж/уроки-обж-ссылки.html-уроки ОБЖ

Дополнительные источники:

9.Воробьева, Ю.Л./ Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. Под ред. – Москва, 2011 -351 с.-.ISBN- 978-5-09-026570-6— Текст : непосредственный.

Рекомендуемая литература

10.Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. - Москва, 2017-391с.- ISBN -7695-1294-6-026570-6 — Текст : непосредственный.

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

АДАПТИРОВАННАЯ УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА

Коррекционные
занятия

Составитель: Н.Н. Касаткина

2026

РЕЦЕНЗЕНТ:

1.Л.Н.Смирнова, мастер п/о ЮЭТ

Рассмотрено предметной (цикловой) комиссией агропромышленного профиля, протокол № от _____ _____г. Председатель предметной (цикловой) комиссии _____К.С.Молев

Рассмотрена методическим советом и рекомендована к утверждению, протокол № от _____ 2026г.

Заместитель директора по методической работе _____И.С. Николаева

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель методических указаний оказание помощи в выполнении практических работах, предусмотренных учебным планом.

Основной задачей практических работ является закрепление и углубление знаний полученных на уроках. В результате выполнения заданий у обучающихся развивается профессиональное мышление, информационная культура, способность анализировать полученный материал, связывать его практической деятельностью. При выполнении некоторых практических заданий присутствует элемент исследования, что делает работу максимально интересной и продуктивной.

Приступая к выполнению практических занятий необходимо помнить следующие принципы:

- Необходимо повторить лекционный материал по теме;
- Подробно ознакомиться с содержанием работы, методическими указаниями к их выполнению;
- Проанализировать предложенное задание;

Правила выполнения практических работ

Прежде чем приступить к выполнению задания, прочтите рекомендации к выполнению в данном методическом пособии. Ознакомьтесь с перечнем рекомендуемой литературы, повторите теоретический материал, относящийся к теме работы.

Закончив выполнение практической работы, вы должны сдать результат преподавателю. Если возникнут затруднения в процессе работы, обратитесь к преподавателю.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Тема практической работы	Количество часов
1.Рефлексия собственных личностных качеств	2
2.Тренинг на развитие внимания	4
3. Тренинг мышления	4
4. Развитие внутреннего плана действий	4
5.Тренинг на развитие воображения	4
6. Рефлексия собственных чувств	4
7. Игровой тренинг на развитие памяти	4
8. Рефлексия собственных эмоций	2
9.Тренинг поведения в конфликтных ситуациях	2 4
Итого:	32

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №1

Тема: Рефлексия собственных личностных качеств.

Цель работы:выявление самооценки обучающихся; выявление причин для преодоления имеющихся трудностей; способствовать выработке у обучающихся более объективной самооценки. формирование навыков самоанализа, самопонимания и самокритики.

Оборудование:тетрадь , ручка, раздаточный материал

Теоретическое обоснование:

Что такое рефлексия

Определение рефлексии гласит, что она является качеством, присущим только человеку, и служит одним из его отличий от любого другого живого организма. За многовековую историю феноменом рефлексии (также ее называют саморефлексией) интересовались представители психологии, философии и даже педагогики. Все они приписывали рефлексии огромную роль в функционировании личности человека, а также искали самые разные пути ее самостоятельного развития в себе.

Термин «рефлексия» произошел от латинского слова «reflectio», означающего «размышление» или «обращение назад». На самом деле у этого понятия есть много трактовок, причем каждая из них уникальна в своем роде.

Если мы обратимся к «Википедии», то увидим, что рефлексия понимается как обращение внимания человека на себя, свое сознание, продукты личной поведенческой активности, навыки, умения и знания, а также переосмысление всего этого. Сюда же можно отнести анализ уже совершенных или планирующихся поступков. Говоря проще, рефлексия является умением заглядывать внутрь своего сознания (и даже подсознания), оценивать свои поведенческие шаблоны, эмоциональные реакции.

Когда мы говорим, что человек рефлексирует, мы подразумеваем, что он фокусируется на собственном «Я» и осмысливает (или переосмысливает) его. Способность к рефлексии позволяет выходить за границы «Я-пространства», предаваться активным размышлениям, заниматься самоанализом, делать из всего этого выводы и использовать их в дальнейшем. Она дает возможность сравнивать себя и свою личность с окружающими, критически себя оценивать, адекватно воспринимать и видеть себя так, как видят другие люди.

Но не будет лишним также, если мы укажем на различие в понимании саморефлексии в психологии и философии. В философии она понимается как

высший феномен, включающий в себя размышления на тему оснований человеческой культуры и изначальном замысле бытия всего сущего.

Древнегреческий философ Сократ считал рефлексию одним из доступных человеку средств для познания и совершенствования себя, т.к. умение критически взглянуть на свои мысли и действия отличает человека от других существ, делает его высшим существом в эволюционной цепи. Именно эта способность позволяет всем нам двигаться по пути прогресса и становиться свободными от стереотипов, шаблонов и предрассудков, избегать заблуждений и ошибок.

Примерно тех же взглядов придерживался французский философ Пьер Тейяр де Шарден. Плюс к этому он указывал, что рефлексия дарит людям возможность знать и осознавать само это знание. А немецкий философ Эрнст Кассирер говорил, что рефлексия нужна людям, чтобы вычленять самые важные моменты среди огромного количества «мусора», содержащегося в недрах подсознания и перипетиях чувств.

Но толкование рефлексии в психологии представляет для нас больший интерес, т.к. именно здесь раскрывается его практическое значение. Психологическая наука рассматривает этот феномен как особую форму самоанализа, вследствие чего она занимает важное место в науке о человеческой способности обращаться к подсознанию, анализировать мысли, действия и цели.

Известный советский и российский психолог Лев Рубинштейн называл способность рефлексировать умением осознавать границы собственного «Я», а также указывал на то, что при отсутствии данной способности человек не может развиться и стать полноценной личностью. Таким образом, рефлексия превращается в умение останавливать бесконечный поток хаотичных мыслей и переключаться с механистичного мышления на осознание индивидуального духовного и психического внутреннего мира. Итогом этого становится возможность не просто думать, а по-настоящему размышлять, анализировать и полноценно жить.

Все вышесказанное указывает нам на важность рефлексии в жизни человека, а также еще раз говорит о том, что ее нужно и важно в себе развивать. Живя в сумасшедшем ритме современности, человек не имеет достаточного количества времени, чтобы остановиться, обдумать свои действия и познать собственный внутренний мир.

В то же время способность проводить качественный самоанализ, смотреть критически на свои ошибки и менять свои действия на основе полученных выводов крайне важна, т.к. помогает полноценно развиваться и становиться самодостаточной личностью. Развивая ее в себе, мы можем прийти к осознанию своей уникальности, научиться понимать свое отличие от любого

другого человека, формировать собственные мысли, определять цели и даже находить свое предназначение в жизни.

Роль рефлексии в жизни человека
Если рассмотреть вопрос значения рефлексии в жизни человека детально, можно сделать несколько многоговорящих выводов. Благодаря рефлексивной деятельности человек может:

- контролировать и анализировать собственное мышление;
- оценивать свои мысли, смотря на них со стороны, и анализировать их правильность, обоснованность и логичность;
- очищать свое сознание от ненужных и бесполезных мыслей и размышлений;
- преобразовывать скрытые возможности в активные и эффективные;
- более глубоко познавать себя;
- оценивать свои поведенческие шаблоны и корректировать свои действия;
- определять более четкую жизненную позицию;
- избавляться от сомнений, колебаний и нерешительности.

Обладая способностью к рефлексии, человек многократно вырастает в понимании себя и своей личности, овладевает более мощным самоконтролем и идет по пути полезных в жизни перемен. А вот если у человека эта способность плохо развита, он будет хуже знать себя, а также будет продолжать совершать повторяющиеся ошибочные действия.

Очевидно, что человек, всегда действующий однообразно, но при этом ждущий новых результатов, ведет себя как минимум глупо и неэффективно. Поэтому несложно сделать вывод, что рефлексия помогает скорректировать такое поведение, устранить сбои в мыслях и поступках, начать накапливать важный опыт и личностно расти.

Именно по этой причине рефлексия стала методом, активно применяющимся психологами по всему миру. Психологи используют его, чтобы помогать людям обращать свой взор внутрь своего существа и исследовать свою сущность. При условии проведения методичной и профессиональной работы психологи помогают клиентам находить правильные решения сложных ситуаций, разрешать проблемы и искать ответы на все вопросы внутри самих себя.

Давайте укажем на конкретные результаты, которых может достичь человек, обратившийся к рефлексии как к методу психологической и психотерапевтической помощи. Такой человек может понять:

- свои переживания и ощущения на данном жизненном этапе;
- свои слабости, скрытые глубоко в подсознании и подверженные влиянию со стороны;

- способы применения проблем, трудностей и преград на жизненном пути во благо себе и для улучшения жизни.

В большинстве случаев, в процессе использования метода рефлексии человек с помощью специалиста также начинает осознавать несколько частей своей личности:

- Я – отдельный индивид;
- Я – личность среди других личностей;
- Я – идеальное существо;
- Я – отдельный индивид в восприятии со стороны;
- Я – личность среди других личностей в восприятии со стороны;
- Я – идеальное существо в восприятии со стороны.

Для достижения понимания вышеназванных вещей психологи могут применять один из трех методов рефлексивной терапии:

- Ситуативная рефлексия. Помогает человеку осознать суть сложившейся ситуации, подойти критически к ее оценке и определить все имеющиеся тонкости того, что происходит.
- Саногенная рефлексия. Помогает человеку управлять своими эмоциональными проявлениями и сознательно блокировать негативные, бессмысленные и тяжелые мысли, размышления и переживания.
- Ретроспективная рефлексия. Помогает человеку посмотреть на прошлый опыт, провести тщательный анализ своих ошибок и извлечь из них важный и полезный опыт.

По мнению многих практикующих психологов, рефлексия является одним из самых лучших, полезных и эффективных способов для человека достичь внутренней гармонии и начать самосовершенствоваться, собрать в единое целое мозаику своих мыслей и преобразовать их в целостные идеи, способствующие достижению успеха и благосостояния.

Рефлексия, намеренно используемая человеком (не важно: самостоятельно или посредством психолога) становится дорогой к познанию своего внутреннего мира, возможностью посмотреть на себя глазами других людей, а также обрести образ идеального себя – той личности, которой мечтает стать человек.

Выше мы заметили, что психологи при работе со своими клиентами применяют один из трех методов рефлексивной терапии, но и сама рефлексия может быть нескольких видов. О них мы тоже немного поговорим, прежде чем расскажем, как развить в себе рефлексию.

Виды рефлексии

Представленная ниже классификация рефлексии считается одной из самых распространенных в психологии. Каждый из видов отличается своими специфическими признаками и особенностями. Вкратце рассмотрим эти виды:

- Личностная рефлексия. В данном случае объект познания – это личность рефлексирующего человека. Он оценивает себя, свои поступки и действия, мысли и поведение, отношение к себе, другим людям и окружающему миру.
- Интеллектуальная рефлексия. Активизируется тогда, когда человек решает какую-либо интеллектуальную задачу. Благодаря такой саморефлексии он может множество раз возвращаться к исходным условиям этой задачи (или ситуации) и находить наиболее эффективные и рациональные способы ее разрешения.
- Коммуникативная рефлексия. Здесь человек старается познать других людей. Делается это посредством оценки и анализа их поступков, поведения, реакций, эмоциональных проявлений и т.д. При этом человек стремится понять причины, по которым люди ведут себя тем или иным образом, чтобы получить более объективное представление о внутреннем мире окружающих.

Однако вышеназванные виды рефлексии не исчерпывают все их многообразие. Те ее виды, о которых мы уже сказали, относятся либо к философскому, либо к психологическому пониманию данного феномена. Но рефлексию можно также рассматривать еще и с точки зрения науки и общества:

- Научная рефлексия. Предназначена для исследования и анализа научных знаний и инструментов, методов получения результатов научной работы, научных обоснований, теорий, точек зрения и законов.
- Социальная рефлексия. Уникальный вид рефлексии, суть которого состоит в понимании эмоций и поступков других людей с помощью размышлений за них, от их имени. Интересно, что социальная рефлексия имеет еще одно название – «внутреннее предательство». Внутренний мир окружающих познается через собственные размышления, т.е. человек «входит в образ» интересующей его персоны и пытается понять, что думает о себе как сам этот человек, так и те, с кем он взаимодействует.

Любой из видов рефлексии (философская, психологическая, социальная или научная) занимает особое место в жизни человека. В зависимости от преследуемой цели можно обратиться к конкретному «направлению», и действовать, исходя из него. Примеры рефлексии подобрать очень просто:

- если нужно лучше понять себя, нужно обратиться к личностной рефлексии;

- если нужно лучше понять процесс решения какой-то задачи, нужно обратиться к интеллектуальной рефлексии;
- если нужно лучше понять другого человека, нужно обратиться к коммуникативной или социальной рефлексии;
- если нужно лучше понять какое-то научное направление или научный метод, нужно обратиться к научной рефлексии.

Может показаться, что все это требует огромных усилий, специфических знаний и уникальных навыков, но в действительности все обстоит намного проще. Рефлексия, какой бы она ни была, почти всегда подчинена единому алгоритму (он может отличаться только по форме (в зависимости от вида рефлексии), но не по сути). И теперь мы хотим рассказать вам, как развить в себе рефлексию, т.е. как ей научиться.

Как развить в себе рефлексию

Развить в себе способность рефлексировать может, пожалуй, любой человек. Для этого нужно следовать предложенным ниже рекомендациям. Каждую из них не обязательно рассматривать, как какой-то этап саморефлексии, но в целом все они вполне могут составить целостный алгоритм.

Итак, что же нужно делать, чтобы овладеть навыком рефлексии:

- После принятия любого решения анализируйте его эффективность и свои действия. Пытайтесь посмотреть на себя со стороны, увидеть себя в глазах окружающих, понять, что вы делали правильно и что требует доработки. Стремитесь увидеть, была ли у вас возможность действовать как-то иначе – правильнее и результативнее. Также важно после любых событий и решений оценивать свой опыт.
- По окончании каждого рабочего дня анализируйте его. Мысленно возвращайтесь к тому, что происходило днем, и тщательно разбирайте то, чем остались недовольны. На неудачные моменты и неловкие ситуации старайтесь смотреть со стороны, чтобы увидеть их более объективно.
- Время от времени анализируйте свое собственное мнение об окружающих. Ваша задача – понять, правильны или ошибочны ваши представления о них. Одновременно с развитием навыков рефлексии вы будете развивать и свои коммуникативные способности.
- Старайтесь больше общаться с теми, кто на вас не похож, кто разделяет другие взгляды и убеждения. Каждый раз, когда вы будете пытаться понять другого человека, вы будете активизировать рефлексию, тренировать гибкость мышления и учиться видеть ситуацию шире, а также развивать эмпатию, что улучшит ваши взаимоотношения с окружающими.
- Используйте проблемы и трудности для анализа свих действий, умения решать сложные задачи и выходить из затруднительных положений. Пытайтесь смотреть на разные ситуации под разным углом, искать в них неочевидные плюсы и минусы. Очень полезно находить в любых

ситуациях какие-то смешные моменты, а также относиться к себе с некоторой долей самоиронии. Это не только отлично развивает саморефлексию, но и позволяет находить нестандартные пути решения проблем.

Указания по выполнению практической работы

В принципе, этих нескольких рекомендаций будет достаточно, чтобы понять, что необходимо делать, чтобы способность к рефлексивному мышлению начала активизироваться и развиваться. Но все же мы хотим дать еще несколько хороших упражнений на ее развитие:

1. Упражнение «Карусель». Направлено на развитие навыков рефлексии, установления контакта и быстрого реагирования на поведение другого человека. Суть упражнения в том, что вам нужно ежедневно знакомиться хотя бы с одним новым человеком и поддерживать с ним небольшую беседу. По окончании встречи необходимо проанализировать свои действия.

2.Упражнение «Без маски». Направлено на снятие поведенческой и эмоциональной закрепощенности, формирование навыков рефлексии и искренности в поведении, а также на последующий анализ собственного «Я». В упражнении принимают участие несколько человек. Каждому выдается карточка с началом какой-то фразы, но без ее окончания. По очереди все участники должны искренне закончить свои фразы.
«Особенно мне нравиться, когда люди, окружающие меня…”
“Мне очень трудно забыть, но я…”
“Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это…”
“ Мне бывает стыдно, когда я…”
“Особенно меня раздражает то, что я …”
“Мне особенно приятно, когда меня…”
“Знаю, что это очень трудно, но я…”
“Иногда люди не понимают меня, потому что я…”
“Верю, что я еще…”
“Думаю, что самое важное для меня…”
“Когда я был маленький, я часто…”

3.Упражнение «Автопортрет». Направлено на развитие навыков рефлексии и самоанализа, а также умения быстро узнавать другого человека и описывать его по разным признакам. Смысл упражнения в том, что вы представляете, будто вам нужно встретиться с незнакомым человеком, но чтобы он смог вас узнать, вам необходимо максимально точно себя описать, причем это касается не только внешности, но и поведения, манеры вести беседу и т.д. Лучше всего работать с напарником. При желании можно изменить «полярность» упражнения: вы описываете не себя, а своего помощника.

4.Упражнение «Качества». Направлено на развитие навыков рефлексии и формирование правильной самооценки. Вам нужно взять листок и ручку, разделить лист на две части. Слева напишите 10 своих достоинств, а справа –10 недостатков. Затем оцените каждое положительное и отрицательное качество по шкале от 1 до 10.
5.Упражнение «Диалог с собой»
Подросток записывает в своей тетради высказывание Э. Фрома: «Человек –это тот, кто постоянно решает проблему жизни».
тот, кто называет проблему
тот, кто предупреждает, что будет сейчас
тот, кто предупреждает, что будет через неделю
тот, кто предупреждает, что будет через месяц
тот, кто предупреждает, что будет в конце жизни
Называется проблема, например: «Я хочу подарить кому-то цветы».
«Если ты подаришь цветы, то сейчас…»
«Если ты подаришь цветы, то через неделю…»
«Если ты подаришь цветы, то через месяц…»
«Если ты подаришь цветы, то в конце жизни…»
После этого упражнения наших рассуждений можно выделить следующие этапы решения проблемы:
постановка проблемы
обдумывание, что будет после принятия того или иного решения (через неделю, через месяц, в зрелые годы, в конце жизни)
выбор приемлемого варианта
применение выбранного варианта

При помощи этих советов и упражнений вы сможете развить в себе способность к рефлексии очень быстро. А если будете следовать нашим рекомендациям хотя бы три недели, сформируете у себя полезную для жизни привычку, и рефлексия станет вашим верным спутником по жизни.

Научившись правильно рефлексировать, вы заметите массу положительных перемен в своей жизни: станете лучше понимать себя и разбираться в окружающих людях, будете принимать больше правильных решений и легко учиться на ошибках, начнете прогнозировать возможные варианты развития событий и даже поведение других людей, будете готовы к непредвиденным обстоятельствам и неожиданным поворотам на жизненном пути.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №2,№3

Тема: Тренинг на развитие внимания

Цель работы: развитие у учащихся произвольного внимания.

Задачи:
развитие произвольности и концентрации зрительного и слухового внимания;
тренировка распределения внимания;
развитие способности анализировать.

Оборудование: тетрадь , ручка, мультимедийная презентация, бланки с заданиями

Теоретическое обоснование:

Внимание – важное и необходимое условие эффективности всех видов деятельности человека, прежде всего учебной. Чем сложнее и ответственнее труд, тем больше требований предъявляет он к вниманию. Внимательность необходима человеку в его повседневной жизни – в быту, в общении с другими людьми, в спорте. Сегодня мы с вами потренируем ваше внимание.

Упр. «Пальцы»

Инструкция: Удобно расположитесь на стульях. Переплетите пальцы положенных на колени рук, оставив большие пальцы свободными. По команде «НАЧАЛИ» медленно вращайте большие пальцы один вокруг другого с постоянной скоростью и в одном направлении, следя за тем, чтобы они не касались друг друга. Сосредоточьте внимание на этом движении. По команде «СТОП» нужно прекратить упражнение. Длительность 5 мин.

Вопросы для обсуждения:

Трудно ли было выполнять упражнение?

Что вам мешало быть внимательным?

Какие ощущения у вас возникали при выполнении упражнения?

Удалось ли вам удержать внимание в течение всего упражнения?

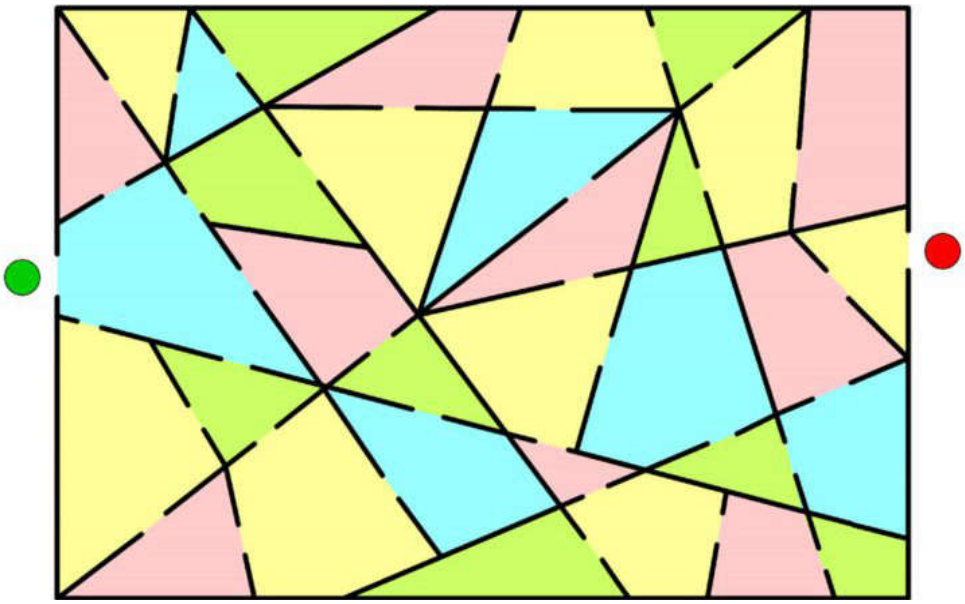
Вывод: Данный тест помог нам проследить работу внимания в чистом виде. Оказывается, внимание нелегко удержать. Человек, не умеющий сосредотачиваться, легко отвлекается. Предметом отвлечения могут быть совершенно незначительные вещи: посторонние звуки за дверью, яркая одежда товарища, колыхание веток деревьев и др. Для многих задание оказалось трудным из-за того, что объект сосредоточения слишком необычен. Но умение удерживать внимание в любой обстановке и умение сосредотачиваться могут сослужить добрую службу в сложных условиях, например на экзамене.

Итак, мы попробовали с вами сосредоточиться на определенном действии и внимательно, не отвлекаясь, выполнить его. Оказалось, что это не так просто. Что же нам мешало? Вероятно, мы смогли управлять своим вниманием. Давайте дадим определение этому качеству.
Внимание – это направленность и сосредоточенность сознания, предполагающее повышение уровня интеллектуальной, двигательной активности.
В тех случаях, когда предмет насильно захватывает внимание человека, не считаясь при этом с его планами и намерениями то это непроизвольное внимание. Непроизвольное внимание – это как бы антивнимание, внимание невнимательного и постоянно отвлекающегося человека. Обычно непроизвольным вниманием овладевают сильные раздражители: громкий звук, яркие краски, запахи.
Однако каждый из вас в большей или меньшей степени способен развивать внимание, чтобы оно приносило только пользу.
Внимание, ставшее послушным слугой своего хозяина – произвольное внимание.
Сегодня мы с вами попытаемся развить ваше внимание.

Указания по выполнению практической работы

Упражнение «Лабиринт»

Инструкция: Постарайся пройти лабиринт от зеленой точки до красной



Упражнение «Цвет»

Перед вами лист со словами, написанными разным цветом. Быстро постарайтесь назвать цвет, которым написаны слова. Не читайте слова, только называйте цвет. Вначале это упражнение очень трудно выполнить, так как за восприятие текста и цвета отвечают разные полушария головного мозга. Это упражнение помогает устанавливать новые связи между полушариями, помогает мозгу работать более эффективно и отлично тренирует концентрацию и переключаемость внимания.



Упражнение «Красно-черная таблица»
На Вашем бланке 25 красных и 24 черных числа. Вы должны отыскать черные числа в возрастающей последовательности (от 1 до 24), а затем красные числа в убывающей последовательности (от 25 до 1). Каждый раз, находя необходимое число, запишите букву, соответствующую этому числу»

Время выполнения задания фиксируется.

Вторая инструкция: «Возьмите второй бланк. Теперь Вы должны отыскивать красные числа в убывающем порядке, и черные числа в возрастающем порядке одновременно, попеременно. Например: красная цифра 25, черная цифра 1, красная цифра 24, черная цифра 2 и так далее.

7-у	4-в	15-в	8-ч	11-к	1-г	25-я
14-ш	18-л	21-ф	15-з	3-и	19-ф	17-з
7-ж	2-х	11-т	10-с	23-м	8-м	10-а
17-б	14-п	6-р	20-п	13-ч	23-ш	5-у
9-ж	3-л	22-б	1-е	16-ц	6-д	13-н
2-и	4-ц	22-о	20-а	12-х	19-р	24-е
24-г	18-с	12-т	9-к	16-н	21-д	5-о

9-т	15-п	9-м	12-м	16-е	3-и	10-в
24-в	23-ф	1-к	19-а	15-л	8-г	17-а
18-т	14-ф	13-ш	6-с	2-л	10-е	25-р
11-к	2-г	24-ч	23-ч	5-ш	12-б	21-н
20-б	17-р	11-р	22-д	19-т	3-с	13-ж
7-х	16-х	6-ж	22-п	14-ц	8-ц	4-з
7-з	1-о	20-н	4-д	5-и	18-о	21-у

8	9	24	20	15	6	19
4	5	12	1	24	13	23
14	18	17	22	2	11	6
22	11	7	21	8	3	9
2	7	16	23	19	16	3
13	1	21	5	10	25	17
15	10	18	20	4	14	12

Упражнение «Имена»
Отыщите во фразах спрятанные имена (пример:«Принесите кофе дяде» — Федя).
1. Невкусный этот омар и яблоки тоже. Няня, дай свежие — в апельсиновом желе!
2. Не мешает и майский свет, а плохо мне от ночи ранней.
3. Принеси горький перец с летнего рынка, пожалуйста!

Упражнение « Сосредоточение внимания»
Инструкция.За 2 минуты найдите 20 ошибок в этих примерах и исправьте их.
3+12=15 13+3=10 16-9=7 12-6=6 15-2=13 15+5=10
5=17=22 4+18=22 16-5=11 7+7=23 114-8=6 18-4=12
16+4=20 15-8=7 16+8=23 16+9=28 15=9=25 19+5=24
14-9=5 7+18=25 6+15=22 12-7=5 19-6=13 16=6=22
14=9=23 11+4=14 16+14=20 13-4=9 13-2=11 15-4=11
12-4=16 12-9=3 2+11=13 18-8=10 18-7=13 5+13=18
13-5=18 16-2=13 12+9=21 23+9=54 6+46=54 53-17=35

Загадки на внимательность и логику

- Два пятиклассника Петя и Алёнка идут со школы и разговаривают.
  — Когда послезавтра станет вчера, — сказал один из них, — то сегодня будет так же далеко от воскресенья, как и тот день, который был сегодня, когда позавчера было завтра. В какой день недели они разговаривали?
  Ответ: В воскресенье
- Вы стоите перед тремя выключателями. За непрозрачной стеной три лампочки в выключенном состоянии. Вам нужно произвести манипуляции с выключателями, зайти в комнату и определить, к какой лампочке относится какой выключатель.
  Ответ: Включить два выключателя. Через какое-то время один выключить. Зайти в комнату. Одна лампочка будет горящая от включенного выключателя, вторая горячая - от включенного и выключенного, третья - холодная, от нетронутого выключателя.
- Можно ли надеяться, что через 96 часов выглянет солнышко, если ровно в полночь на город обрушился ливень?
  Ответ: 96 часов = 4 суток. То есть, будет опять полночь и солнце не выглянет.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №4,№5

Тема: Тренинг мышления.

Цель работы:активизировать гибкость мышления обучающихся при помощи тестовых заданий и методик.

Задачи:

активизировать гибкость и пластичность мышления обучающихся;
помочь активизации процессов логики и воображения обучающихся;
способствовать улучшению работы мозговой деятельности обучающихся;
актуализировать улучшение межличностных отношений в группе.

Оборудование: тетрадь , ручка, раздаточный материал

Теоретическое обоснование:Мышление — опосредованное и обобщённое отражение действительности, вид умственной деятельности, заключающейся в познании сущности вещей и явлений, закономерных связей и отношений между ними.

Результатом мышления является мысль (понятие, смысл, идея).

Выделяют такое важнейшее свойство процесса мышления, как гибкость. Гибкостью мышления называется способность человека к быстрому и легкому поиску новых стратегий решения. Гибкость мышления это умение свободно распоряжаться исходным материалом, устанавливать

ассоциативные связи и переходить в поведении и мышлении от явлений одного класса к другим, часто далеким по сути.
Чтобы восстановить быстрое и естественное течение ваших мыслей и развить гибкость ума используйте несколько тактических приемов:
Во-первых, следует внимательно следить за появлением ограничивающих стереотипов.
Во-вторых**,**стоит серьезно отнестись к пересмотру некоторых своих принципов и убеждений.
Наполеон Бонапарт, отвечая на вопрос, каким при ведении войны он следует принципам, сказал — никаким. Так же и для любого другого человека стремящегося развить гибкость собственных мыслительных процессов, единственным принципом должно стать отсутствие любых принципов. Гениальность и талант Наполеона заключались в способности тонко чувствовать ситуацию и извлекать из любых обстоятельств как можно больше пользы. Уверовав в то, что существуют неопровержимые законы, вечные и незыблемые истины, вы занимаете статичную позицию и заранее обрекаете себя на поражение.
Еще раз повторюсь, изучение истории, и знакомство с различными теориями может расширить кругозор, сделать вас умнее, только боритесь с окаменевшими догмами внутри себя и с внутренним голосом, то и дело требующим приклониться перед авторитетами. Расчистите в своем сознании для нового опыта необходимое пространство.
Один из основателей гештальтпсихологии, немецко-американский психолог Макс Вертгаймер, а также его последователи Курт Коффка и Карл Дункер, выявили, что одним из свойств продуктивного мышления, является умение, отказавшись от стереотипных действий, выделить необычные и новые свойства (отношения, взаимодействия) между объектами. Процесс решения стоящей перед человеком задачи при этом являет переосмысливанием и преобразованием чего-то исходного, связанного с перестройкой ситуационного образа, выявлением в объекте новых свойств, невидных с первого взгляда.
Если гибкость ума помогает людям посмотреть на проблему с разных точек зрения, значит, попытка глубоко изучить ту или иную проблему и найти наибольшее количество ее решений является хорошим упражнением на развитие гибкости мышления.
В-третьих, забудьте о прошлых победах и поражения. Успех окрыляет и в то же время делает нас ленивыми, ведь нет ничего сложного, раз за разом выполнять те действия, которые привели к успеху. А воспоминания о неудачах неизбежно ведут к потере самооценки,самоуверенности и сужают горизонты. Тем боле, что каждое новое действие обусловлено своими нюансами и хитросплетениями. Так, что на каждую ситуацию, проблему или задачу надо научиться смотреть свежим взглядом — это одно из основных правил развития гибкости мышления. А поможет вам вытеснить из сознания последние события и избавиться от воспоминаний прошлого (неважно

хорошего или плохого) — внимание к деталям и мелочам настоящего момента.

Почему так важно активизировать гибкость мышления?!
Человек, обладающий гибкостью ума, проще воспринимает изменения, происходящие во внешнем мире. Гибкое мышление помогает нам своевременно принимать правильные решения, разрешать внутренние противоречия и конфликты.
Наивысшая степень гибкости мышления это достаточно редкое явление (присуща только одаренным личностям), впрочем, как и крайний уровень его противоположности — инертного мышления.

Указания по выполнению практической работы

«Интеллектуальная гимнастика».

Упражнение «Лесенка из слов»

В данном упражнении нужно взять любое слово, желательно длинное, и используя имеющиеся буквы, составить как можно больше своих слов. Также с обучающимися следует обсудить значение составленных слов. Например, слово **ТРАНСПОРТ**:

Рапорт	Порт	Сорт	Пост	Сан
Патрон	Роса	Наст	Торс	Пас
Стропа	Нора	Тост	Пан	Опт
Старт	Нота	Пора	Нос	Рот
Напор	Рота	Стан	Сон	Тон
Спора	Торт	Стон	Тор	Пар
Тропа	Трон	Рост	Оса	
Спорт	Трос	Сноп	Сап	
Транс	Спор	Сота	Пот	

Упражнение «Составь предложение»

Берутся три слова, не связанные между собой по смыслу. Надо составить как можно больше предложений, которые обязательно включали бы в себя эти три слова, при этом можно менять их падеж и использовать другие слова. Ответы могут быть как банальными, так и сложными, выходящими за пределы ситуации, обозначенной тремя словами с введением новых объектов. Особенно поощряются оригинальные ответы, в которых задуманные слова включаются в нестандартные связи. Все предложенные ответы сопоставляются и обсуждаются обучащимися.

Слова для предъявления:

1. Озеро, карандаш, медведь.
2. Боль, брюки, велосипед.
3. Дом, самолет, радио.
4. Лиса, ягоды, пчела.

5. Стол, фартук, ботинки.
6. Гроза, день, кровать.

Упражнение «Выражение»

Обучающимся предлагается придумать предложение из 4 слов, причём каждое слово должно начинаться с указанной буквы. Можно предложить два варианта выполнения задания:

1. последовательность указанных букв, с которых начинаются слова, менять нельзя;
2. слова в предложении можно расставить в любой последовательности.

Например: **МВЧО**

1. Мастер Володя чинит обувь.
2. Маша облила чаем Витю.

Для работы предлагаются различные наборы букв: **ВСНТ, ЕЛТО, ЕНВСА.** Количество букв можно увеличивать.

Упражнение «Соединительное звено»

Задаются два предмета, которые, на первый взгляд, кажутся далекими друг от друга. Обучающимся необходимо назвать предметы, являющиеся как бы «переходным мостиком» от первого ко второму. Называемые предметы должны иметь четкую логическую связь с обоими заданными предметами. Допускается использовать два, три или четыре соединительных звена.

Слова для предъявления:

1. Туча – авария (дождь, лужа, дорога, авто)
2. Школа – музыка (учитель, урок)
3. Лес – дупло (орехи, белка)
4. Магазин – радость (мама, торт, праздник)
5. Игра – больница (салочки, дети, падение, ушиб)
6. Молоко – роса (корова, трава)
7. Шерсть – бабушка (кошка, клубок, нитки, носки)
8. Дерево – ружье (кора, заяц, охотник)

Упражнение «Крестики-нолики»

Известная всем игра в «крестики-нолики», единственной особенностью которой является расширение поля для ходов. Игра проводится на доске. Обучающиеся по очереди ставят необходимый «знак».

Упражнение «Замаскированный предмет»

Называется какой-либо хорошо известный всем предмет (явление, существо). Нужно назвать два других предмета, в целом, мало похожих на заданный, но таких, сочетание признаков которых, по возможности, однозначно его определяло бы, т. е., как бы, замаскировать его другими предметами. Предложенные обучающимися ответы обязательно обсуждаются и обосновываются.

Слова для предъявления:

1. Новый год (зима – праздник)
2. Хлеб (завод – зерно)
3. Аквариум (рыбки – корм)
4. Автомобиль (ремонт – скорость)
5. Телефон (разговор – кнопки)
6. Почтальон (дом – письмо)
7. Цветы (подарок – аромат)
8. Пейзаж (природа – краски)
9. Лебедь (пух - шея - песня)
10. Игра (кубик – правила)

Упражнение «Отгадай меня»

Данная игра противоположна предыдущей. Ведущий, а потом и сами обучающиеся должны придумать пары предметов, которые однозначно кодируют третий предмет.

Слова для предъявления:

1. Небо – вода (дождь)
2. Металлический хвост – небо (самолет)
3. Человек – кровать (сон, ночь)
4. Веселье – гости (праздник)
5. Поле – сыр (мышь)
6. Мята – улыбка (зубная паста, жвачка)
7. Шар – стол (бильярд)
8. Когти – мед (медведь)
9. Бабушка – кухня (пирог)
10. Австралия – прыжок (кенгуру)

Упражнение «Испорченный телефон»

Обучающиеся рассаживаются, образуя цепочку. Первый игрок получает от ведущего некоторое слово, например, «самолет». Его задача – быстро закодировать это слово с помощью пары других предметов (например, птица – она летает, с крыльями, хвостом и т. д., и напильник – он железный, тяжелый) и передать второму игроку эти два слова. Второй игрок должен догадаться, о каком предмете идет речь. Например, он может предположить, что это «граната» и, замаскировав, передать это слово третьему игроку. Третий – кодирует принятое сообщение по своему и передает его следующему игроку и так далее. Передача каждого сообщения осуществляется письменно на полосках бумаги.

Упражнение «Страна Наоборотия»

Заданное слово (сначала из трех, затем из четырех, пяти, шести и т. д. букв) следует прочитать по буквам в обратном порядке, справа налево, например, «работа – атобар». Все операции должны осуществляться мысленно, а не письменно.

Слова для предъявления:

Сон, тигр, тапок, карета, самолет, пропеллер, чебурашка, император.

Упражнение «Больше-меньше»

Зачитывается ряд чисел из трех-шести цифр. В ответ надо назвать другие цифры – на 1 (или 2) больше или меньше. Все операции должны осуществляться мысленно.

Цифры для предъявления:

1 7 4 больше на 1 – 2 8 5
меньше на 1 – 0 6 3
больше на 2 – 3 9 6

2 5 6 3 больше на 1 – 3 6 7 4
меньше на 1 – 1 4 5 2
больше на 2 – 4 7 8 5
меньше на 2 – 0 3 4 1

3 4 2 8 больше на 1 – 4 5 3 9
меньше на 1 – 2 3 1 7
больше на 2 – 5 6 4 1 0
меньше на 2 – 1 2 0 6

3 2 4 1 5 больше на 1 – 4 3 5 2 6
меньше на 1 – 2 1 3 0 4
больше на 2 – 5 4 6 3 7

6 7 3 5 2 4 больше на 1 – 7 8 4 6 3 5
меньше на 1 – 5 6 2 4 1 3
больше на 2 – 8 9 5 7 4 6
меньше на 2 – 4 5 1 3 0 2

Упражнение «Пропущенные буквы»

Нужно придумать слово и прочитать его так, чтобы в нем звучали лишь первая, третья, пятая и т. д. буквы, пропуская вторую, четвертую и т. д. Сначала ведущий загадывает слова по буквам, а затем и сами обучающиеся. Остальные отгадывают. Обязательно называется количество букв, из которых состоит загаданное слово.

Слова для предъявления:

1. Конфета (7) – к н е а
2. Собака (6) – с б к
3. Кошка (5) – к ш а
4. Корова (6) – к р в
5. Ракета (6) – р к т
6. Таракан (7) – т р к н
7. Цветок (6) – ц е о
8. Пистолет (8) – п с о е

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №6,№7

Тема: Развитие внутреннего плана действий

Цель работы: формирование умений учащихся преобразовывать графическую информацию в словесную и отображать ее на бумаге.

Задачи: осуществить переход внутренней мыслительной деятельности человека в его внешние словесные действия, внешнюю орудийную деятельность, развивать словесно-логическое мышление, закреплять умения действовать по план, закреплять умения выполнять произвольные движения.

Оборудование: тетрадь , ручка, раздаточный материал

Теоретическое обоснование:

Внутренний план действий - это способность выполнять действия в уме. Это умение является одной из универсальных характеристик человеческого сознания и представляет собой ключевое условие для развития интеллекта. С точки зрения классификации психических явлений, внутренний план действий не относится ни к одному из традиционно выделяемых психических процессов, а представляет собой нерасторжимое единство, сплав внимания, мышления, воображения и памяти .

Несмотря на исключительную важность внутреннего плана действий для человеческой психики, эта способность в условиях традиционно школьного обучения формируется в основном лишь при устном счете на уроках математике и устном разбор слов и предложений на занятиях русским языком. Развитию внутреннего плана действий способствуют различные игры, в особенности шахматы и шашки.

Внутренний план действий тесно связан с воображением. Становление внутреннего плана действий проходит в своем развитии несколько этапов. Сначала это внешнее, практическое действие с материальными предметами. Затем реальный предмет заменяется его схемой, изображением. На финальном этапе после фазы проговаривания действия с предметом "про себя" следует умственное действие, т. е. действие «в уме».

В своем развитии такую последовательность проходят все умственные действия (счет, чтение, выполнение арифметических операций и т. д.). Наиболее наглядный пример - обучение счету. Сначала ребенок учится пересчитывать и складывать реальные предметы, затем он учится проделывать то же самое с их изображениями (например, считает нарисованные кружочки). В дальнейшем ребенок может дать правильный ответ, уже не пересчитывая пальцем каждый кружок, а совершая аналогичное действие в плане восприятия, лишь переводя взор, но по-

прежнему сопровождая счет громким проговариванием. После этого действие проговаривается шепотом и, наконец, оно окончательно переходит в умственный план. Ребенок становится способен к устному счету.

Развитие внутреннего плана действий обеспечивает способность ориентироваться в условиях задачи, выделять среди них наиболее существенные, планировать ход решения, предусматривать и оценивать возможные варианты. Чем больше «шагов» своих действий может предусмотреть ребенок и чем тщательнее он может сопоставить их разные варианты, тем более успешно он будет контролировать фактическое решение задачи. Необходимость контроля и самоконтроля в учебной деятельности создает благоприятные условия для формирования у обучающихся способности к планированию и выполнению действий про себя, во внутреннем плане.

Указания по выполнению практической работы

Понимание смысла и выделение существенного

Упражнение «Найди значение»

В данном упражнении обучающимся предлагается ряд многозначных слов. Их задача состоит в том, чтобы найти как можно больше значений следующих слов:

1. Фигура (человека, геометрическая…)
2. Адрес (почтовый, поздравительный…)
3. Зарядка (аккумулятора, физические упражнения…)
4. Вал (земляная насыпь, техническая деталь…)
5. Вилка (столовый прибор, часть электроприборов…)
6. Каток (ледяная площадка, машина для укладывания асфальта…)
7. Лопатка (садовый инструмент, часть тела…)
8. Коса (прическа, инструмент…)
9. Проводник (профессия, электрическая составляющая…)
10. Собачка (животное, деталь замка молнии…)
11. Узел (веревочный, скорость судна…)
12. Шашка (игровая, дымовая, холодное оружие…)
13. Барашек (животное, морская волна…)
14. Лавка (магазин, сиденье…)
15. Дробь (оружейная, барабанная, число…)
16. Шишка (еловая, опухоль…)
17. Ручка (письменная, дверная…)
18. Бой (сражение, удары курантов…)

Упражнение «Вставь пропущенное слово»

Для выполнения данного упражнения необходимо заранее заготовить для каждого участника текст с пропущенными словами. Каждый обучающийся должен на место пропусков вставить недостающие слова.

Предложения для предъявления:

1. … плохую погоду, экскурсия состоялась. (несмотря на)
2. В лесу еще было светло, … солнце уже село. (хотя)
3. Мама послала мальчика в магазин, … он купил хлеба. (чтобы)
4. … … не поздний час, на улице было бы много народу. (если бы)
5. Как вчера, … … сегодня стоит теплая погода. (так и)
6. Я поздно лег спать, … … читал интересную книгу. (так как)
7. Требуется много усилий … …, …вырастить хороший урожай. (для того, чтобы)
8. В комнате горел яркий свет, … люди уже спали. (хотя)
9. Несмотря на сильный мороз, ему … было холодно. (не)
10. … мальчики, … и девочки сдали спортивные нормативы. (как; так)
11. Цветки привлекают насекомых … только окраской, … и запахом. (не, но)
12. Сейчас мы живем в городе, … раньше жили в деревне. (а)
13. … … свою силу он не мог одолеть его. (несмотря на)
14. Новые дома строятся … в городе, … … в деревне. (как; так и)
15. … … сильную жажду, я … стал пить из ручья. (несмотря на, не)

Упражнение «Рассыпанный текст»

Данное упражнение можно проводить как соревнование двух участников или команд. Командам одновременно раздается по набору заранее заготовленных карточек с одним и тем же заданием: собрать из имеющихся слов предложение. Время выполнения фиксируется. Побеждает тот участник или команда, которая быстрее других успела выполнить задание и с меньшим количеством ошибок.

1. зайцы, мультфильмов, несколько, Котеночкин, ловит, как, о, кинорежиссер, том, создал, волк.	
2. по, мотоцикл, а, шоссе, велосипеде, заяц, на, волк, заводил, ехал.	
3. трав, у, кустарников, многих, и, деревьев, землю, в, глубоко, корни, уходят.	
4. в, которым, растения, не, деревьев, располагаются, на, света, много, тени, нужно.	
5. поверхности, когда, волны, моря, подует, возникают, ветер, на.	
6. земля, живем, шара, на, имеет, который, мы, форму.	
7. без, редкое, выдумки, без, произведение, фантазии, художественное, обходится.	
8. знание, только, нас, сильными, может, честными, сделать, разумными, людьми, искренне, которые, любить, способны, человека. (М. Горький)	

9. населяют, только, растения, не, суши, поверхность, и, толщу, но, морей, океанов, и.	
10. с, дела, не конца, хвоста, не надевай, с, начинай, хомута (пословица).	

Правый столбик предназначен для ответов обучающихся.

Упражнение «Помоги пословице»

В этом упражнении нужно собрать пословицы из частей, «потерявших» друг друга. Для этого к каждому началу пословицы из левого столбика нужно подобрать окончание из правого столбика.

1. Рано пташечка запела,	Будешь дуть и на воду
2. Свои собаки грызутся,	Люби и саночки возить
3. Не говори «гоп»,	А он все в лес глядит
4. Готовь сани летом,	Да сыта бывает
5. Как на охоту идти,	Не суйся в воду
6. Как месяц ни свети,	Да не укусишь
7. Любишь кататься,	А все не солнышко
8. Близок локоток,	А телегу зимой
9. Назвался груздем,	Так и собак кормить
10.Не узнавши броду,	Ни одного не поймаешь
11.Не смотри на кличку,	Пока не перепрыгнешь
12.За двумя зайцами погонишься	Как бы кошечка не съела
13.Взявши за гуж,	Полезай в кузов
14.Курочка по зернышку клюет,	Не говори, что не дюж.
15.Как волка не корми,	Чужая не приставай
16.Обжегшись на молоке,	Смотри на птичку

Упражнение «Найди ассоциацию»

Берется какое-либо словосочетание или фраза. За ограниченное время нужно выписать в столбик как можно больше ассоциаций, которые она вызывает. Ассоциации могут быть как банальными и однозначными, так и достаточно нестандартными, но в любом случае они должны быть тесно связаны по смыслу с исходной фразой. Побеждает тот, у кого больше таких ассоциаций, которые не встречаются у других обучающихся.

Слова для предъявления:

1. Урок в школе.
2. Поездка в музей.
3. Цирковой номер.
4. Волшебство в новогоднюю ночь.
5. Отдых на природе.
6. Маленький ребенок.
7. Спектакль в театре.
8. Весенняя гроза.

9. Рыбак на речке.
10. Деревенская изба.

Упражнение «Запомни по ассоциациям»

Обучающимся для запоминания предъявляются несколько слов, логически не связанных между собой. Затем предлагается найти ассоциации, которые бы связывали эти слова. На доске фиксируются все пришедшие на ум ассоциации обучающихся. Во время работы не нужно ограничивать простор их воображения. В результате должна получиться маленькая история. Когда ребята поймут и научатся выполнять это задание, количество слов для запоминания можно увеличивать и придумывать ситуации про себя, а слова в нужном порядке произносить вслух.

Например: книга, цветок, сосиска (Я закончил читать книгу, сорвал цветок, вымыл руки с мылом и съел сосиску).

Слова для запоминания:

1. Яблоко, собака, книга
2. Кисть, тетрадь, история, брат
3. Телефон, магазин, кошка, прогулка, обед

Упражнение «Цепочка ассоциаций»

Обучающиеся рассаживаются, образуя цепочку. Ведущий дает первому игроку полоску бумаги с написанной на ней фразой. Первый игрок должен на другой полоске быстро записать одну из понравившихся ему ассоциаций и передать второму игроку, тот записывает на своей полоске свою ассоциацию и передает третьему и т. д. В результате образуется цепочка из разнообразных ассоциаций. При обсуждении итогов участники анализируют полученные цепочки.

Слова для предъявления:

1. Праздничный день
2. Осеннее время года
3. Летний сад
4. Радостное событие
5. Здоровый образ жизни
6. Сотрудник милиции
7. Государство, в котором мы живем
8. Крепкая дружба
9. Спортивные соревнования
10. Космические путешествия

Упражнение «Найди пару»

Данное упражнение лучше проводить на отдельно заготовленных карточках. На карточках напечатаны задания, среди которых нужно найти пары понятий, которые находятся между собой в причинно-следственных отношениях.

1. Образование льда, север, мороз, погода,	(мороз – образование льда)

снег.	
2. Осень, холод, дерево, листопад, время года.	(осень – листопад)
3. Время года, весна, деревья, лето, таяние льда.	(весна – таяние льда)
4. Кипение воды, образование пара, жара, кастрюля, солнце.	(кипение воды – образование пара)
5. Радость, игра, плач, таблетка, боль.	(боль – таблетка, боль – плач)
6. Радость, подарок, кукла, игра, дети.	(подарок – радость)
7. Вода, юг, море, волны, ветер.	(ветер – волны)
8. Страх, ребенок, опасность, явление природы, дом.	(опасность – страх)
9. Дождь, вода, снег, солнце, лужа.	(дождь – лужа)
10. Смех, слезы, горе, книга, телевизор.	(горе – слезы)

Обучающимся предъявляются слова, находящиеся только в левом столбике таблицы, правый столбик остается пустым и предназначается для ответов.

Упражнение «Последовательности»

В этом упражнении обучающиеся должны к заданным понятиям подобрать такие, которые находились бы с ними в отношениях последовательности.

1. Январь	(февраль…)
2. Подросток	(юноша…)
3. Первый	(второй…)
4. Зима	(весна…)
5. День	(вечер…)
6. Чердак	(крыша…)
7. Завтрак	(обед…)
8. Шестиклассник	(семиклассник…)
9. Начало	(середина…)
10. 1997	(1998…)

и т. д…

Обучающимся предъявляются слова, находящиеся в левом столбике, правый столбик для ответов.

Упражнение «А ну-ка, разберись»

Упражнение также следует выполнять на индивидуальных карточках. Здесь требуется найти причину и следствие следующих событий.

Найди причину:

1. Наводнение	(ослабленное зрение)
2. Травма (перелом)	(солнце)
3. Гололед	(разлив реки, таяние снега)
4. Двойка	(удар)
5. Загар	(падение)

6. Награда	(пожар, костер)
7. Дождь	(невыученный урок)
8. Дым	(ударный труд)
9. Очки	(мороз после дождя)
10.Синяк	(туча)

Найди следствие:

1. Болезнь	(радость)
2. Укол	(рассвет)
3. Праздник	(усталость)
4. Оскорбление	(разрушения)
5. Ураган	(обида, ссора)
6. Молния	(замечание учителя)
7. Восход солнца	(боль)
8. Опоздание на урок	(гром)
9. Работа	(лечение)

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №8,№9

Тема: Тренинг на развитие воображения

Цель работы: знакомство обучащихся с методами и приемами развития фантазии и воображения.

Задачи: создание для обучающихся условий для готовности воспринимать новое ,создание атмосферы активности и условий для контакта внутри группы, создать возможность обучающимся проявить свои способности в умении фантазировать.

Оборудование: тетрадь , ручка, раздаточный материал

Теоретическое обоснование:Воображение и фантазия – виды мышления.

Воображение – умение мысленно создавать новые идеи и образы возможных и невозможных объектов на основе реальных знаний.

Фантазия – создание тоже новых, но нереальных, сказочных, пока невозможных ситуаций и объектов, но тоже на основе реальных знаний.

Классическим примером фантазии является сказка. Мёртвая голова в сказке Пушкина “Руслан и Людмила”, небылицы барона Мюнхгаузена, Буратино, Стойкий оловянный солдатик – это фантастические образы.

Представьте на минуту, что человек не обладал бы фантазией, воображением. Мы лишились бы всех научных открытий и произведений искусства. Дети не услышали бы сказок и не смогли бы играть во многие игры.

А.Энштейн считал умение воображать выше многознания, ибо считал, что без воображения нельзя сделать открытия. Проще сказать – лишите человека фантазии и прогресс остановится!

Воображение и фантазия, по исследованию психологов, развивается особенно интенсивно в возрасте от 5 до 15 лет. И если в этот период названные виды мышления не развивать, в последующем наступает быстрое снижение этой функции. Обедняется личность, снижается возможность творческого мышления, гаснет интерес к искусству, науке.

Без фантазии нельзя мечтать, нельзя предвидеть, планировать, нельзя научиться видеть проблемы. Как развивать фантазию и воображение на практике? Этому мы и научимся на наших занятиях.

Указания по выполнению практической работы

Методика определения уровня воображения

Инструкция: Вам предлагается 12 вопросов теста. На них надо отвечать либо "да", либо "нет". Первая цифра в скобках (количество баллов) означает положительный ответ, вторая - отрицательный.

1. Интересуетесь ли вы живописью? (2, 1).

2. Часто ли вы скучаете? (1, 2).

3. Рассказывая какую-либо историю, любите ли вы украсить ее красочной деталью, добавленной от себя? (1, 0).

4. Инициативны ли вы на работе? (2, 1).

5. "Широко" ли вы пишите, много ли занимаете место на бумаге? (1,0).

6. Руководствуетесь ли вы в выборе одежды законами моды или собственным вкусом? (2, 1).

7. Любите ли вы рисовать во время собраний или лекций на листе бумаги одни и те же фигурки? (О, 1).

8. Слушая музыку, представляете ли вы какие-либо образы, связанные с ней? (1,0).

9. Любите ли вы писать длинные письма? (2, 1).

10. Видите ли вы иногда цветные сны? (1, 0).

11. Любите ли вы мысленно бывать в тех снах, которые знаете лишь по рассказам? (1, 0).

12. Часто ли вы плачете, расстраиваетесь в кино? (1, 0).

Итак, подсчитайте очки.

14-17 очков: у вас богатое воображение. Если вы сумеете применить его в жизни, то добьетесь больших творческих успехов.

9-13 очков: среднее воображение. Такое воображение встречается у очень многих людей. От вас и только от вас зависит, сумеете ли вы развить его.

5-8 очков: вы реалист в полном смысле этого слова. В облаках не витаете. Однако немного фантазии еще никому не вредило. Поэтому задумайтесь о себе.

Отработка практических навыков.

«Разминка с юмором»

Чтобы ответить на эти вопросы, причём ответить быстро, вам понадобится –не удивляйтесь! – ваше чувство юмора.

Загадки

Время на ремешке (часы)

Юность дня (утро)

Состояние, в которое нельзя вернуться, но можно впасть (сон)

Неправильная пчела, по мнению Винни – Пуха (медведь)

Свежезамороженный дождь (град)

Место для родственного поцелуя (щека)

Иногда на него бросают деньги (ветер)

Какая вещь всё стерпит? (Время)

Линии жизни на лице (морщины)

Длина без ширины (расстояние???)

Гараж для самолёта (ангар)

Живопись по сырой штукатурке красками, разведёнными на воде.

Игра «Составим предложение»

Один из участников называет любое слово. Рядом сидящий добавляет по смыслу другое и т.д. В результате нужно быстро проговорить получившееся предложение.

Упражнение «Каракули»

Центр листа отметьте точкой. Закройте глаза и на листе бумаги нарисуйте непрерывную запутанную линию. У вас должны получиться каракули. Найдите в них образы различных объектов, обведите их или заштрихуйте. Одна линия может быть использована в создании нескольких образов.

Экзамен “наоборот” или “ДаНетка”

Суть этой игры для всех заключается в том, что ведущий загадывает слово или рассказывает условия какой – то необычной ситуации, а игроки должны разгадать слово или объяснить ситуацию, задавая такие вопросы, на которые можно дать один из пяти ответов: “да”, “нет”, “и да и нет”, “об этом нет информации”, “это не существенно”. Вопросы задаёт не учитель, а ученик – в этом и заключается “экзамен наоборот” Цель “данеток” научить задавать сильные вопросы, научить отыскивать критерии классификации любых объектов окружающего мира, быть внимательными.

Играем со словами

Предлагается три случайных слова. Например: кирпич, стакан, шляпа.

Напишите три предложения, связанных между собой по смыслу.

В каждом предложении необходимо использовать все три слова.

Примерответа*:* По улице крался Шерлок Холмс в шляпе, надвинутой на глаза, с кирпичом в одной руке и стаканом в другой. Доктор Ватсон, неожиданно наткнувшись на него, в изумлении воскликнул: “Холмс, стакан с кирпичом совершенно не идут к твоей шляпе!”. "Т-сс", прошипел Холмс, - шляпа при вас, примите стакан и кирпич медленно следуйте за мной”.

Упражнение «Что было бы, если бы…»

Кто-нибудь из учеников или ведущий придумывает самые фантастические ситуации, а другие должны найти наиболее возможные решения. Например,

«Если каждый человек с рождения приобретет свойство читать мысли другого, то как изменится жизнь на Земле?»

«Если бы вдруг исчезла сила притяжения на Земле, т.е. все предметы и существа полностью потеряли бы свой вес, то…»

«Если бы все люди потеряли дар речи, то…»

«Если бы снег был черным…»

«Если бы все машины в городе стали зеленого (или любого другого) цвета…»

Упражнение «Способы применения предмета»

Называется какой-либо хорошо известный предмет, например, «книга». Надо назвать как можно больше различных способов его применения: использовать, как груз, прикрыть от посторонних глаз предметы и т.д. Следует ввести запрет на называние безнравственных, варварских способов применения предмета.

Побеждает тот, кто укажет большее число различных функций предмета.

Упражнение развивает способность концентрации на предмете, умение открывать в нем неожиданные возможности использования.

Гимнастика ума по методу Л.Н.Толстого

Пишут, что Л.Н. Толстой регулярно пользовался каждое утро в качестве гимнастики ума таким методом.

Взять самый обычный предмет: стол, стул, подушку, книгу… Описать этот предмет словами человека, который никогда его раньше не видел, не знает, что это такое и зачем.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №10,№11

Тема:Рефлексия собственных чувств.

Цель работы: выявление самооценки обучающихся; выявление причин для преодоления имеющихся трудностей; способствовать выработке у обучающихся более объективной самооценки.формирование навыков самоанализа, самопонимания и самокритики.

Оборудование: тетрадь , ручка, раздаточный материал

Теоретическое обоснование :

Рефлексия - размышление человека, направленное на анализ самого себя (самоанализ) – собственных состояний, своих поступков и прошедших

событий. При этом глубина рефлексии, самоанализ зависит от степени образованности человека, развитости морального чувства и уровня самоконтроля. Рефлексия, в упрощённом определении, - это «разговор с самим собой». Слово рефлексия происходит от латинского reflexio –обращение назад. Словарь иностранных слов определяет рефлексию как размышление о своём внутреннем состоянии, самопознание. Толковый словарь русского языка трактует рефлексию как самоанализ. В современной педагогике под рефлексией понимают самоанализ деятельности и её результатов.

Обязательным условием создания развивающей среды на уроке является этап рефлексии. Она помогает ученикам сформулировать получаемые результаты, определить цели дальнейшей работы, скорректировать свои последующие действия. Особенно актуальной является рефлексия для дистанционных форм обучения, когда ученик и учитель разделены пространством. В этом случае в рефлексии ученик представляет механизм самопознания своей деятельности, который поможет не только ему, но и дистанционному педагогу наблюдать за ходом обучения. Рефлексия связана с очень важным действием - целеполаганием. Постановка учеником целей своего образования предполагает их выполнение и последующее осмысление способов достижения поставленных целей. Рефлексия бывает:

а) индивидуальная – формирование реальной самооценки (-за что ты можешь оценить свою работу, - беседа с ребенком по результатам самооценки –почему выбран тот или иной уровень)

б) групповая – акцентирование ценности деятельности каждого члена группы для достижения максимального результата в решении поставленной задачи. («Смогли бы сделать, если бы с нами не работал ….(имя)» «Какую помощь в работе оказал… (имя)»)

Указания по выполнению практической работы

Закончи предложение

Цель: подведение итогов урока, обсуждение того, что узнали, и того, как работали – т.е. каждый оценивает свой вклад в достижение поставленных в начале урока целей, свою активность, эффективность работы класса, увлекательность и полезность выбранных форм работы.

Содержание: Ребята по кругу высказываются одним предложением, выбирая начало фразы из рефлексивного экрана на доске:

сегодня я узнал…
было интересно…
было трудно…
я выполнял задания…
я понял, что…

теперь я могу…
я почувствовал, что…
я приобрел…
я научился…
у меня получилось …
я смог…
я попробую…
меня удивило…
урок дал мне для жизни…
мне захотелось…

Анкета самоанализа

Цель: самоанализ, качественную и количественную оценку уроку. Некоторые пункты можно варьировать, дополнять, это зависит от того, на какие элементы урока обращается особое внимание. Можно попросить учащихся аргументировать свой ответ.

На уроке я работал

Своей работой на уроке я

Урок для меня показался

За урок я

Мое настроение

Материал урока мне был

Слова-подсказки

активно / пассивно
доволен / не доволен
коротким / длинным
не устал / устал
стало лучше / стало хуже
понятен / не понятен
полезен / бесполезен
интересен / скучен
легким / трудным
интересно / не интересно

Наш день (урок, мероприятие, игра) подошел к концу, и я хочу сказать…

Мне больше всего удалось…
За что ты можешь себя похвалить?
За что ты можешь похвалить одноклассников?
Что приобрёл?
Что меня удивило?
Для меня было открытием то, что…
Что на ваш взгляд удалось?
Что на ваш взгляд не удалось? Почему? Что учесть на будущее?
Мои достижения на уроке…

Сегодня на уроке я:
- научился
- было интересно
- было трудно
Чему вы научились на занятии?
Какие задания вам понравились больше всего?
Мне показалось важным…
Я понял, что…

Урок
-заставил задуматься…
-навёл меня на размышления…
Что нового вы узнали на уроке?
Что вы считаете нужным запомнить?
Над чем ещё надо поработать?

Своей работой на уроке я:
- доволен
- не совсем доволен,
Я недоволен, потому что…
Я выбрал эти задания на уроке, потому что:
-они мне нравятся больше остальных;
- я чувствую, что справлюсь с ними пока хуже, чем с другими заданиями
-они легче остальных заданий.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №12,№13

Тема:Игровой тренинг на развитие памяти

Цель работы: создание условий для развития памяти обучающихся

Оборудование: тетрадь , ручка, раздаточный материал

Теоретическое обоснование :Память - это основа психической жизни, основа нашего сознания. Любая простая или сложная деятельность основана

на том, что образ воспринятого сохраняется в памяти, по крайней мере, несколько секунд. Информация от наших органов чувств была бы бесполезной, если бы память не сохраняла связи между отдельными фактами и событиями. Осуществляя связь между прошлыми состояниями психики, настоящими и процессами подготовки будущих состояний, память сообщает связность и устойчивость жизненному опыту человека, обеспечивает непрерывность существования человеческого " *Я* " и выступает, таким образом, в качестве одной из предпосылок формирования индивидуальности и личности.

Память определяет нашу индивидуальность и заставляет действовать тем или иным способом в большей степени, чем любая другая отдельно взятая особенность нашей личности. Вся наша жизнь есть не что иное, как путь из пережитого прошлого в неизвестное будущее, освящаемый лишь в то ускользающее мгновение, тот миг реально испытываемых ощущений, который мы называем "настоящим". Тем не менее, настоящее - это продолжение прошлого, оно вырастает из прошлого и формируется им благодаря памяти. Именно память спасает прошлое от забвения, не дает ему стать таким же непостижимым, как будущее. Лишившисьпамяти, человек утрачивает собственное "я", перестает существовать.

Память включена во все многообразие жизни и деятельности человека, поэтому ее виды чрезвычайно многообразны, они дифференцируются в соответствии с тремя основными критериями: по типу запоминаемого материала и характеру психической активности (преобладающей деятельности), по характеру целей деятельности и сохранения материала, по времени закрепления и сохранения материала.

По типу запоминаемого материала и характеру психической активности различают следующие виды памяти:

двигательная - память, связанная с запоминанием и воспроизведением движений и их систем, с формированием двигательных умений и навыков в игровой деятельности, трудовой, и других видах деятельности человека;

эмоциональная - память, связанная с запоминанием и воспроизведением эмоционально окрашенных событий, эмоций и чувств человека;

образная - память, связанная с запоминанием и воспроизведением чувственных образов предметов и явлений, их свойств и наглядно данных связей и отношений между ними (бывает слуховой, зрительной, тактильной, вкусовой, обонятельной);

словесно-логическая - память на мысли, суждения, умозаключения, в этом виде памяти закрепляется отражение предметов и явлений в их общих и существенных свойствах, связях и отношениях.

следующие виды:

непроизвольная память - процесс запоминания, протекающий на фоне (в контексте) деятельности, направленной на решение немнестических задач;

произвольная память - процесс запоминания, который осуществляется в форме сознательной деятельности, имеющей мнемическую направленность и включающей совокупность специальных мнемических действий.

По времени закрепления и сохранения материала различают следующие виды памяти:

сверхкратковременную (сенсорную) - собирательное понятие для разных модально-специфических видов сверхкратковременной памяти (иконическая, эхоическая), выполняющая функцию отражения и запечатления объекта во всей полноте его признаков, доступных воспринимающей системе, т.е. находящейся в зоне ее разрешающей способности;

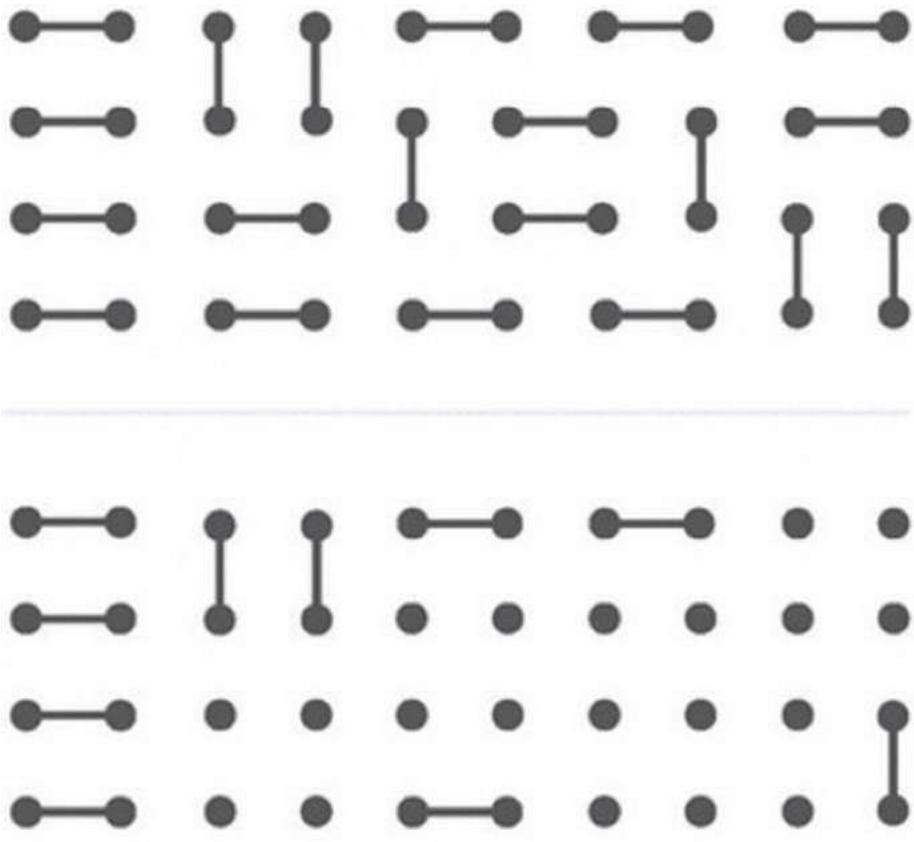
кратковременную - память, которая характеризуется кратким сохранением после однократного и непродолжительного восприятия материала и немедленным его воспроизведением;

долговременная - подсистема памяти, обеспечивающая продолжительное (часы, годы, иногда десятилетия) удержание знаний, а также сохранение умений и навыков и характеризуемая огромным объектом сохраняемой информации.

Указания по выполнению практической работы

Представьте на мгновение, что вы ни чего не понимаете и не видите, что происходит вокруг. Вы не знаете: как вас зовут, где вы живете, какой это город, кем вы работаете и так далее. Страшно становится, очень страшно. К сожалению, что не тренируется, то упраздняется и у многих в старости начинаются подобные проблемы. Поэтому надо развивать и тренировать свою память. Начните это прямо сейчас и делайте каждый день, не ленитесь и у вас все будет хорошо.

Упражнение 1
Начнем с простого упражнения. Посмотрите на следующую картинку одну минуту. Затем закройте эту картинку и попробуйте нарисовать эти фигуры в таком же расположении на бумаге.



Если вам сложно запомнить все детали не расстраивайтесь, возьмите только верхнюю часть картинки и попробуйте запомнить ее. Затем посмотрите на нижнюю часть картинки и попробуйте нарисовать детали нижней картинки на бумаге.

После того как вы нарисуете детали на бумаге попробуйте сравнить с картинкой. Что у вас получилось? Если есть ошибки, попробуйте повторить упражнение

Упражнение 2

Посмотрите внимательно на картинку, здесь нарисованы цифры, под каждой цифрой написано слово. Внимательно посмотрите на картинку одну минуту, затем закройте эту картинку и попробуйте написать на бумаге все цифры и под каждой цифрой написать слово.



Упражнение 3
Посмотрите на следующую картинку, на ней нарисованы часы. Посмотрите внимательно, какие цифры нарисованы на ней больше, меньше, какие черточки на цифрах. Посмотрите на картинку одну минуту, затем закройте картинку и попробуйте нарисовать часы на бумаге.



Что у вас получилось? Если у вас не получилось запомнить и нарисовать все полностью разделите часы пополам и запомните половину. Затем попробуйте запомнить вторую половину и нарисовать ее на бумаге. При необходимости повторите упражнение.

Упражнение 4
Посмотрите следующую картинку, на ней написаны цвета, но выделены они другим цветом. Посмотрите на картинку внимательно одну минуту и попробуйте запомнить слова.



Закройте картинку и попробуйте написать все, что запомнили цветными карандашами или цветными ручками.

Что у вас получилось?

Если получилось запомнить мало, не расстраивайтесь, возьмите первые три строчки и попробуйте запомнить их. Затем запомните и напишите вторые три строчки. Потом попробуйте запомнить и написать все шесть строчек вместе.

Упражнение 5
Посмотрите следующее упражнение, здесь написаны цифры двумя разными цветами. Посмотрите внимательно одну минуту на эти цифры и попробуйте запомнить их.

5	16	11	8	21	12
14	7	3	1	15	18
2	24	20	19	9	10
23	13	4	22	6	17

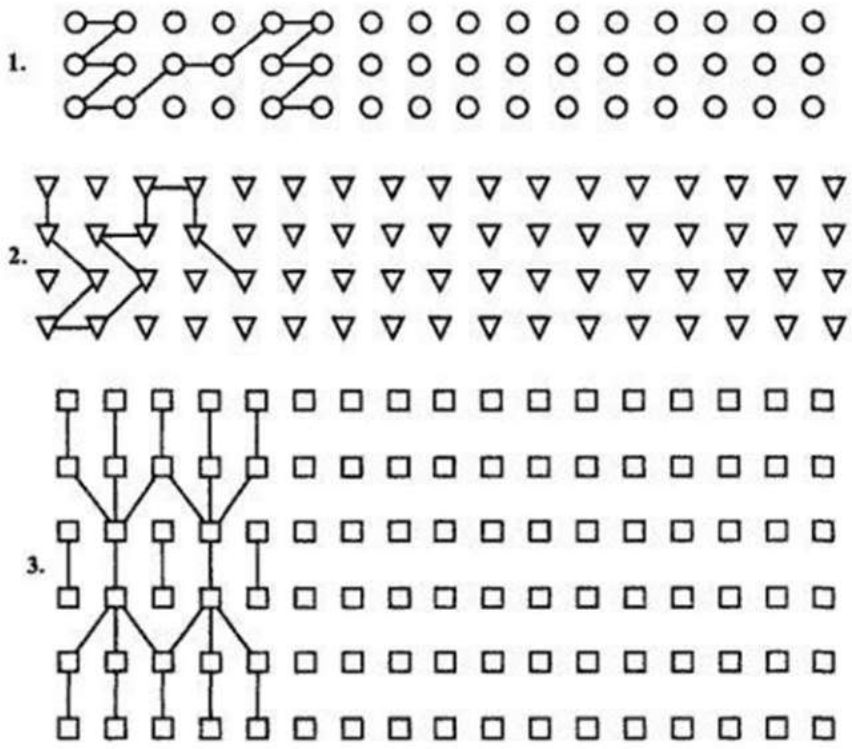
Закройте эти цифры и попробуйте написать на бумаге все то, что вы запомнили. Проверьте себя, если много ошибок попробуйте запомнить первые две строчки и затем написать их.

Затем попробуйте запомнить и написать вторые две строчки. Если все правильно можно потренироваться и написать все четыре строчки.

Попробуйте запомнить две крайние строчки и написать их, а затем запомнить две строчки в середине и тоже написать их. Не забывайте, что некоторые цифры написаны красным цветом.

Упражнение 6
В этом упражнении даны образцы узоров их надо запомнить, и продолжить точно также как на примере.

Образцы узоров



Сначала попробуйте выполнить задание под цифрой один.

Запомните рисунок под цифрой один закройте образец и продолжите на память соединять кружочки по образцу.

Теперь посмотрите образец рисунка под цифрой два. Закройте образец и соедините треугольники на память.

После выполнения задания под цифрой два приступайте к заданию под цифрой три. Здесь надо запомнить в каком порядке соединяются квадраты. После того как вы запомнили, закройте картинку и попробуйте соединить квадраты точно также.

Упражнение 7
Посмотрите внимательно на следующую картинку одну минуту. Здесь нарисованы разные предметы, запомните их.



Закройте картинку и напишите на бумаге, что вы запомнили. Предметы должны быть написаны или нарисованы в таком же порядке как на картинке.

Если вам сложно запомнить с первого раза столько предметов, то можно запомнить и написать половину этих предметов только по порядку.

Затем запомните и напишите вторую половину этих предметов.

Теперь попробуйте запомнить полностью все предметы по порядку и написать их в таком же порядке.

Упражнение 8
Посмотрите следующую картинку, на ней написаны цвета, они выделены все одним цветом. Посмотрите на картинку внимательно одну минуту и попробуйте запомнить слова.



Закройте картинку и попробуйте написать на бумаге все, что вы запомнили.

Что у вас получилось?

Если получилось запомнить мало, не расстраивайтесь, возьмите первые два столбика и попробуйте запомнить их. Затем запомните последний столбик и попробуйте написать все три столбика вместе.

Упражнение 9
Рассмотрите внимательно следующую картинку, на ней нарисованы животные, млекопитающие, рыбы и так далее. Постарайтесь запомнить все картинки в течение одной минуты.



Теперь напишите на бумаге по порядку все, что вы запомнили. Если запомнили не все или в неправильном порядке повторите упражнение.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №14

Тема:Рефлексия собственных эмоций

Цель работы: Создать условия для формирования умения анализировать собственное эмоциональное состояние, как средство для достижения личных жизненных целей.

Задачи:Расширить представление обучающихся о значении эмоций в жизни.Актуализировать представление о факторах, влияющих на проявление тех или иных эмоций.Развить навыки анализировать и изменять свое эмоциональное состояние.Развить навыки произвольного влияния на собственное эмоциональное состояние

Оборудование: тетрадь , ручка, раздаточный материал

Теоретическое обоснование :Эволюция, по – видимому наделила нас эмоциями, чтобы мотивировать нас к заботе о себе и стремлению понимать людей, которых мы любим.

ЭМОЦИИ – это опыт всего тела, включающий чувства, мысли и телесные ощущения.

Существуют 6 уникальных эмоций: ГРУСТЬ, ЗЛОСТЬ, ОТВРАЩЕНИЕ, СТРАХ, СЧАСТЬЕ И УДИВЛЕНИЕ. Однако, как и когда мы их выражаем, зависит от культуры, в которой мы живем, от воспитания, от семьи. Все мы родом из детства и многие наши действия и поступки обусловлены чувствами и эмоциями, уходящими корнями в наше прошлое.

Подростки, в силу своего возраста, полового созревания, не могут правильно управлять своими эмоциями. Находясь в эпицентре влюбленностей, ссор, выяснений отношений, они нуждаются в нашей помощи и поддержке, в индивидуальном подходе или в работе с классом.

Чтобы лучше понять подростков, иногда необходимо представить себя в этом возрасте.

В процессе подготовке к занятию, вы ответили на вопросы анкеты:

“Что я думаю об эмоциях и чувствах?”

Анализ ответов:

1. Хотелось бы вам, чтобы у вас вообще не было никаких эмоций?

Ответ: “ДА” – нет ответов, “Нет” – 10 человек.

2. Были ли в вашей жизни случаи, когда ваши эмоции вам мешали?

Ответ: “ДА” – 9 человек, “Нет” – 1 человек.

3. Были ли в вашей жизни случаи, когда вам мешали эмоции других людей?

Ответ: “ДА” – 10 человек, “Нет” – нет ответов.

4. Случалось ли, что другие люди не понимали ваших чувств?

Ответ: “ДА” – 8 человек, “Нет” – 2 человек.

5. Случалось ли, что вы не понимали чувств других людей?

Ответ: “ДА” – 8 человек, “Нет” – 2 человек.

6. Согласны ли вы, что некоторые эмоции надо скрывать, подавлять, загонять внутрь, ни в коем случае не выражать?

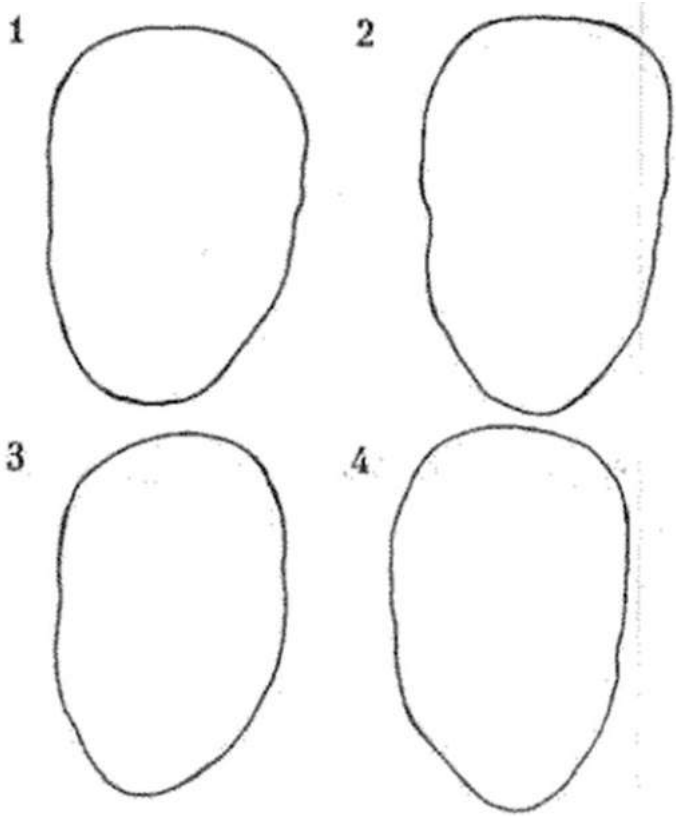
Ответ: “ДА” – 9 человек, “Нет” – 1 человек.

Вывод: По первым пяти вопросам можно присоединиться к большинству, т. к. полагаю, что взаимное непонимание в области чувств – явление чрезвычайно распространенное. Правда, есть исключения. Среди людей встречаются гении понимания, встречаются также и те, кто очень хорошо научился понимать чувства других людей.

Есть такое понятие – ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ – это способность осознавать свои чувства и чувства других- людей, и умение следовать логике этих чувств.

Тест: “ВАШИ ЭМОЦИИ”.

Я предлагаю вам узнать о себе в рисуночном тесте “Ваши эмоции”.



Время работы 2 мин.

На этом листе вы видите четыре лица, вернее, четыре лицевых овала, лишенных всех внешних черт. Вам надлежит не просто нарисовать нос, глаза и губы этим лицам, но и выполнить конкретное задание. Первое лицо должно быть радостным, второе – грустным, третье – злым и четвертое –обиженным. То есть задача проста: четыре лица должны выражать четыре разных человеческих эмоции.

Ключ к тесту.

Напомним еще раз. ПЕРВОЕ ЛИЦО – радость, ВТОРОЕ ЛИЦО – грусть, ТРЕТЬЕ ЛИЦО – злость и ЧЕТВЕРТОЕ – обида.

Внимательно посмотрите, с помощью чего вы постарались передать ту или иную эмоцию на лицах, это очень важный момент. Те черты лица, на которые вы сделали упор, многое расскажут вам о нашем характере и ваших чувствах.

- ПЕРВОЕ ЛИЦО, РАДОСТЬ – если вы сделали основной упор на УЛЫБКУ, сделав ее широкой и открытой, то это значит, что вы веселый и жизнерадостный человек, с удовольствием делитесь своей радостью с окружающими.

- ВТОРОЕ ЛИЦО, ГРУСТЬ – если вы постарались передать грусть с помощью РТА С ОПУЩЕННЫМИ ВНИЗ УГОЛКАМИ, то это означает, что вы доверчивый и ранимый человек, вас легко обидеть, вы сопереживаете всем и стараетесь помочь тем, кто в этом нуждается.
- ТРЕТЬЕ ЛИЦО, ЗЛОСТЬ – если вы сделали основной упор на НОС С РАЗДУТЫМИ НОЗДРЯМИ, то это значит, что вы прямой человек, последовательный в своих словах и поступках. Вы цените откровенность и предпочитаете действовать прямолинейно и открыто, презираете трусость и подлость.
- ЧЕТВЕРТОЕ ЛИЦО, ОБИДА – если вы постарались передать обиду, сделан упор на ПЕЧАЛЬНЫЕ ГЛАЗА И БРОВИ ДОМИКОМ, то это говорит о вашей впечатлительности и непосредственности, вы верите в лучшее и надеетесь на светлое завтра. Вас легко обмануть, вы часто разочаровываетесь в людях и в жизни.
- Вообще, при расшифровке этого теста следует учитывать следующее. ГЛАЗА – это ваша готовность получать информацию и перерабатывать ее. РЕСНИЦЫ – склонность к демонстративности, вызывающее поведение. БРОВИ – это способность к самостоятельному анализу ситуации и принятию решения. МИМИЧЕСКИЕ МОРЩИНЫ НА ЛБУ – склонность к размышлению. СКЛАДКА МЕЖДУ БРОВЕЙ –нерешительность, нежелание идти на риск. НОС – умение строить догадки и предположения, интуиция. РОТ – контакт с окружающим миром, средство выражения собственных мыслей и желаний. ПОДБОРОДОК – упрямство, неспособность признать свою ошибку и с достоинством принять свое поражение. УШИ – умение выслушать доводы других людей и принять их точку зрения. МОРЩИНЫ ВОЗЛЕ РТА – вечное недовольство, нежелание идти па компромисс, несогласие.

Вывод: Этот рисуночный тест дал возможность увидеть, насколько правильно вы передаете свое эмоциональное состояние, и показал основные черты вашего характера.

– По вашим ответам анкеты получается, что есть чувства, которые хотят испытывать практически все, но есть чувства, которых лучше бы не было. Особым нерасположением пользуются все негативные чувства: страх, обида, гнев, лень, и т. е, те эмоции, которые когда-нибудь мешали нам или другим людям в общении друг с другом.

Бывают ли абсолютно бесполезные чувства? Бывают ли чувства, не приносящие никакого вреда?

Давайте проведем самостоятельное исследование вреда и пользы эмоций на примере собственного опыта. Для исследования в группах я хочу предложить две эмоции: “ЛЮБОВЬ” и “ЛЕНЬ”, а наши уважаемые гости на выбор поработать еще и с такими эмоциями, как ЗЛОСТЬ, СТРАХ, РАДОСТЬ.

Указания по выполнению практической работы

Упражнение: “ПОЛЬЗА И ВРЕД ЭМОЦИЙ”.

Задание: Объединитесь, пожалуйста, в две группы. Каждая группа получает карточку, на которой записана эмоция. Вам необходимо записать, что хорошего и что плохого связано с заданной эмоцией. Первая группа рассматривает пользу и вред эмоции “ЛЮБОВИ”. Вторая группа рассматривает пользу и вред “ЛЕНИ”

Время работы 2- 3 мин.

Эмоция	Её польза	Её вред
ЛЮБОВЬ	- Испытываешь приятные чувства. - Если любовь взаимна, то очень приятно её испытывать.	- Насмешливость других. - ревность и недоверие к тому кто любит.
ЛЕНЬ	-Любовь помогает понимать чувства другого человека	- чувство неразделенной любви.
	- Из этого чувства можно испытывать много чувств: радость, веселье, нежность…	- Из–за любви к одному человеку можно забыть всех остальных.
	- Влюбленный не очень много думает о неприятностях.	- Любовь легко перерастает в ненависть.

Обсуждение. Зачитать выводы каждой группы.

Вывод: Приведенные высказывания свидетельствуют о том, что подобный анализ дался вам легко, так как имеется и субъективный опыт переживаний, и способы выражения этого чувства и последствия выражения чувства. Если мы рассмотрим другие эмоции, то также убедимся, что каждая эмоция нам зачем – то нужна (она нам что-то говорит).

Например: Страх упасть – быть осторожным в гололед. Лень делать пельмени – купил в магазине, сэкономил время.

На 6 вопрос анкеты почти все вы ответили, что чувства наши нужно уметь скрывать, подавлять и внешне не выражать. В современной культуре, СМИ также существуют запреты на чувства и их внешнее проявление. Эти запреты предполагают, что человек избегает определенных эмоциональных состояний (печаль, обида, страх), вытесняет их из своего сознания, потому что не хочет показаться слабым, неуверенным, невоспитанным, неуспешным.

Люди, запрещающие себе чувствовать, как правило, находят запретам различные, рациональные обоснования.

Например:

“Настоящие мужчины не плачут” (запрет на горе);

“Страх – признак слабости” (запрет на страх);

“Злиться на близких недопустимо” (запрет на злость);

“У меня никогда не получиться быть успешным и радостным” (запрет на радость).

Только сейчас мы выяснили, что каждое чувство нам зачем – то нужно. Что бывает, если человек сдерживает свои чувства?

В качестве иллюстрации можно привести аналогию с кипящим чайником: если его плотно закрыть, да ещё носик закупорить, он в конце концов взорвется, причинив вред тем, кого ошпарил, и самому себе. Так и человек: копит в себе эмоции, а потом “взрывается” и вредит тем самым и окружающим, и себе.

В реальности возможны разные варианты вытеснения чувств: уход в болезнь, тоску, депрессию или подверженность резким агрессивным вспышкам.

Как поступить?

Если вы хотите научиться изменять свои эмоциональные состояния, то вам необходимо выйти за пределы ситуации, посмотреть со стороны на себя, испытывающего эмоции, с иной точки зрения, глазами другого. Это не единственное, но исходное и необходимое условие изменения эмоционального состояния. Существуют много способов посмотреть со стороны на свои эмоции. Один из самых доступных способов –

Игра “ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ТЕРМОМЕТР

Эта игра индивидуальная, хотя в неё можно играть всем вместе.

Правила игры: На игровом бланке попробуйте составить эмоциональный портрет своего вчерашнего дня. Оценивайте события дня с момента вашего пробуждения. Поставьте кружок (крестик) в зону, соответствующему вашему самочувствию УТРОМ, ДНЕМ И ВЕЧЕРОМ

Например, УТРОМ:

– Когда вы проснулись, ваше настроение было…

– Когда вы завтракали или одевались на работу, вы чувствовали …

– В школе ваше настроение….

Продолжите анализ вашего эмоционального самочувствия ДНЕМ и ВЕЧЕРОМ.

Время работы 2-3 мин.

Обсуждение.

Проанализируйте свои эмоциональные графики:

– Посмотрите на свои эмоциональные портреты. Как часто у вас менялось настроение? Или наоборот оно было устойчиво и менялось редко?

– Посмотрите все эмоциональные события дня и обведите в кружок те настроения, которые были вызваны ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ.

– Посмотрите на обведенные кружки. Если всё эмоциональное самочувствие выразить в %,

то сколько % настроений оказалось зависимыми от других людей? Как вы думаете, почему? Какое преимущество вы имеете, если ваше настроение зависит или не зависит от настроения другого человека?

– “Крайние” настроения – очень плохое и очень хорошее, также больше зависят от других людей, чем среднее настроение. Склонны ли вы к “крайним” настроениям?

– Посмотрите, отличается ли по настроению начало дня от середины дня? Почему? Подумайте, что можно сделать, чтобы улучшить ваше самочувствие?

Вывод: Люди резко отличаются по устойчивости настроений, по зависимости настроений от поведения других людей. Чтобы ладить с людьми, надо учитывать особенности их эмоциональной жизни. Чтобы владеть и управлять своими чувствами, надо очень хорошо знать собственное эмоциональное устройство.

Первым шагом в управлении своим эмоциональным состоянием является его осознание. Затем вспомнить способы, которые помогут вам избавиться от неприятного настроения, перейти в активное рабочее состояние.

– заняться эмоциональной приятной деятельностью;

– заняться аутотренингом;

– заняться спортом;

– пойти в гости, в лес.

Упражнение “ЗАТО”

Это эффективное упражнение поможет избавиться вам от неприятных эмоций, возникающих в нашей жизни.

Стандартная школьная ситуация:

Какие чувства вы испытываете, когда, придя в школу, вы обнаруживаете в своём расписании незапланированных 2 “окна”?

Наша задача – перевести негативные эмоции, используя прием “ЗАТО” в положительные эмоции: (работаем по кругу)

- зато у меня есть время проверить тетради;

- зато я могу сходить в столовую;

- зато я могу отдохнуть;

- зато я могу выпить кофе;

- зато я могу сходить в свой класс;

- зато я могу подготовиться к другому уроку, и т. д.

Обсуждение. Изменилось ли ваше восприятие негативной ситуации?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №15,№16

Тема:Тренинг поведения в конфликтных ситуациях

Цель работы: формирование отношения к конфликтам, как к новым возможностям творчества и самосовершенствования; развитие способности толерантного поведения в конфликтной ситуации.

Задачи:Познакомить с понятием конфликт, со стилями поведения в конфликте. Рассмотреть функции конфликта в обществе и его структуру.Рассмотреть правила предупреждения конфликтов.Разобрать игровые ситуации, для приобретения опыта разрешения конфликта.

Оборудование: тетрадь , ручка, раздаточный материал

Теоретическое обоснование :Одной из актуальных проблем современного общества является проблема конструктивного сотрудничества и взаимодействия. В связи с этим , проблема социальных конфликтов стала предметом изучения многих наук- философия, социология, педагогика, психология и т. д.

Сегодня мы рассмотрим понятия «конфликтная ситуация», «конфликт», причины возникновения и структуру конфликта, его функции, а так же основные модели поведения личности в конфликтной ситуации.

Конфликт - это столкновение отдельных людей или социальных групп, выражающих различные, а нередко и противоположные цели, интересы и взгляды.

Причины возникновения конфликтов:

Конфликтогены - слова, действия , поступки, могущие привести к конфликту (например , неучтивое обращение не всегда приводит к конфликту, думаем что "сойдет") - на слова в наш адрес мы отвечаем более сильным словом.

Формула конфликта:

конфликтная ситуация (накопившиеся противоречия)+ повод (инцидент)

Инцидент- это стечение обстоятельств, являющихся поводом для начала непосредственного столкновения сторон."последняя капля"= конфликт.

Конфликтная ситуация- это ситуация скрытого или явного противоборства сторон. Это могут быть различные цели , интересы и желания, либо различные способы их достиженияНо далеко не каждая ситуация ведет к конфликту. Должен быть инцидент

Указания по выполнению практической работы

Игра: Сказка о тройке.

Участники 3 – х групп выбирают по 1 участнику.

Каждый игрок присваивает себе обозначение А или В или С. Затем ведущий сообщает задание: тройка должна вырабатывать общее решение – в какой цвет покрасить забор. Но ситуация осложняется тем, что каждый игрок лишен одного канала восприятия или передачи информации.

А – слепой, но слышит и говорит.

В – глухой, но может видеть и двигаться.

С – паралитик, он все видит и все слышит, но не может двигаться.

Предложить завязать глаза, заткнуть уши, привязать себя к стулу.

- Все остальные учасники находятся в роли экспертов и анализируют поведение каждой

Тройки.

Вопросы:

1. Сколько времени понадобилось тройкам на выработку общего решения?

2. Какую стратегию избрали участники в достижении цели?

3. Какие чувства испытывали?

ИГРА «ХОРОШО – ПЛОХО»

Играем по кругу. Первый человек начинает фразу со слов «Это хорошо…», называя какое-то событие, следующий опровергает его утверждение словами «Это плохо…» и т.д.

Пример:

- Это хорошо я люблю кушать пирожные.

- Это хорошо, что я вышла вечером гулять.

- Это хорошо, что задали много домашнего задания.

- Это хорошо, что я решаю все сама.
- Молодцы! Как вы думаете, чему учит эта игра?

В любом событии можно найти хорошее и плохое. И от того, как мы относимся к разным событиям в жизни, могут возникать различные ссоры и недопонимания.

Упражнение "Другими словами″

Обучающиеся объединяются в три группы . В этом упражнении вам предлагается поработать над неконструктивными установками в общении с другими людьми, которые зачастую приводят к возникновению или еще большему усугублению конфликта. Обычно нас раздражает, а порой и просто выводит из себя, когда другой человек говорит нам фразы типа: "Ты должен...", "Это твоя обязанность...", "С тобой невозможно разговаривать...", "Ты безответственный человек" и т.п.

Эти и подобные высказывания приводят к возникновению барьеров общения, увеличению напряжения. Поэтому очень важно, особенно в конфликтной ситуации, отслеживать неконструктивные установки в общении.

Сейчас я вам раздам листочки с высказываниями ваша задача перефразировать ряд неконструктивных утверждений в конструктивные. Например, "Ты должен принести мне книгу". (Я была бы рада, если бы ты принёс мне книгу).

"Он должен заботиться обо мне". ("Мне хочется, чтобы он заботился обо мне");

"Ты не должна была ходить на ту вечеринку". ("Я бы предпочел, чтобы ты не ходила на вечеринку");

"Ты ни разу в жизни для меня ничего не сделала!" ("Мне не хватает внимания и заботы с твоей стороны");

"Ты должна была предвидеть возможные трудности". ("Мне хотелось, чтоб ты предвидела возможные трудности"); "Меня обидели!" ("Я предпочла обидеться");

"Меня заставили". ("Я не сумела отказаться");

"Он - упрямый осёл". ("Я не смог убедить его");

"Он меня унизил". ("Мне было неприятно");

"Прекрати меня злить!" ("Я начинаю злиться");

"Ты должна мне дать программу, книгу" ("Мне хотелось бы, чтоб ты дала мне программу, книгу").

Обсуждение: просто - сложно перефразировать?

Вывод: успешное решение любой конфликтной ситуации неизбежно связано со способностью прощать. Вы можете принять решение извинить вашего обидчика независимо от того, примет он ваше прощение или нет.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Дополнительные источники:

Акимова М. К., Козлова В. Т. Психологическая коррекция умственного развития школьников. Учеб. Пособие – М.: Изд-й центр «Академия», 2000. –160 с.

Андрияхина Н. Как помочь пятикласснику? Школьный психолог, 2003, № 30

Глозман Ж. М. Развиваем мышление: игры, упражнения, советы специалиста / Ж. М. Глозман, С. В. Курдюкова, А. В. Сунцова. – М.: Эксмо, 2010. – 80 с.

Заика Е. В. Комплекс упражнений для развития логической памяти учащихся. Вопросы психологии, 1991. № 6

Заика Е. В. Игры для развития внутреннего плана действий школьников. Вопросы психологии, 1994. № 5

Заика Е. В. Комплекс игр для развития воображения. Вопросы психологии, 1993. №2

Заика Е. В. Комплекс интеллектуальных игр для развития мышления учащихся. Вопросы психологии, 1990. № 6

Игры – обучение, тренинг, досуг. Под ред. В. В. Петрусинского в четырех книгах – М.: Новая школа, 2000. – 240 с.

Осипова А. А. Введение в практическуюпсихокоррекцию: групповые методработы. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2000. – 240 с.

Практическая психология образования. Под ред. И. В. Дубровиной: Учебник для студ. Высш. И ср. спец. Учебных заведений. – М.: ТЦ «Сфера», 2000. –528 с.

Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога: Учеб. Пособие: в 2-х книгах. Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения. – М.: Гуманид. Изд. Центр ВЛАДОС, 2004. – 480 с.: ил.

Самоукина Н. В. «Игры, в которые играют…». Психологический практикум – г. Дубна, «Феникс+», 2000. – 128 с.

Сунцова А. В. Развиваем память: игры, упражнения, советы специалиста / А. В. Сунцова, С. В. Курдюкова. – М.: Эксмо, 2010. – 64 с.

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ АДАПТИРОВАННАЯ УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА ОП.02 ОСНОВЫ ЭЛЕКТРОТЕХНИКИ

Составитель: Коледа В.В.

2026

РЕЦЕНЗЕНТ:

1._____ Н.Н.Касаткина, преподаватель ГБПОУ ЮЭТ

Рассмотрено предметной (цикловой) комиссией естественнонаучных дисциплин, протокол № 1 от 27 августа 2026г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии _____Л.А.Христич

Рассмотрена методическим советом и рекомендована к утверждению, протокол № от _____г.

Заместитель директора по УМР _____И.С.Николаева

УВАЖАЕМЫЙ СТУДЕНТ!

Методические указания по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы созданы Вам в помощь для работы во внеурочное время.

Наличие положительной оценки (отметки о выполнении) по каждому виду самостоятельной работы необходимо для получения допуска к зачету по учебной дисциплине ОП.02 Основы электротехники, поэтому в случае невыполнения работы по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за внеаудиторную самостоятельную работу Вы должны найти время для ее выполнения или пересдачи.

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

Желаем Вам успехов!!!

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка 5

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы 6

Рекомендации по организации различных форм внеаудиторной самостоятельной работы 7

1. Работа с конспектом лекций 7

2. Работа с контрольными вопросами 9

3. Алгоритм составления кроссворда 10

4. Алгоритм составления таблицы 11

Библиографический список 13

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов предусмотрена Федеральным государственным образовательным стандартом по профессии 19727 «Штукатур» Она направлена на повышение качества подготовки компетентного конкурентоспособного специалиста, приспособленного к самостоятельной профессионально-ориентированной деятельности на основе сформированных знаний, умений, практического опыта.

Настоящие методические рекомендации составлены в соответствии с требованиями рабочей программы по учебной дисциплине «ОП.02 Основы электротехники». Учебным планом на изучение дисциплины отводится 54 часа, в том числе самостоятельная внеаудиторная работа - 18часов.

Выполнение самостоятельной внеаудиторной работы способствует:

- активизации умственной деятельности и самостоятельному усвоению знаний;
- выработке профессиональных умений и навыков;
- формированию общих и профессиональных компетенций;
- развитию познавательных и творческих способностей личности;
- умению работать в команде.

В «Методических рекомендациях» даны задания для самостоятельной внеаудиторной работы по изучаемым темам, рекомендации по выполнению каждого вида заданий.

Контроль выполненных заданий осуществляется на учебных или дополнительных занятиях. За каждое выполненное задание выставляется оценка в журнал.

СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ занятия	Наименование раздела программы, темы занятия	Самостоятельная работа студентов (в соответствии с учебным планом)		Рекомендуемая внеаудиторная самостоятельная работа студентов
		Количество часов	Вид задания для самостоятельной работы студентов	
Раздел 1. Основы электротехники				
Тема 1.1. Постоянный электрический ток				
1	Электрические цепи постоянного тока	*2*	Выучить устройство и назначение источников	
2	Соединение проводников	*2*	Выучить схемы, правила соединений	
3	Законы Ома и Кирхгофа	*2*	Выучить формулы	
Тема 1.2. Переменный электрический ток				
4	Однофазная цепь переменного тока	*1*	Прочитать п. 4.1 – 4.4	
5	Трехфазная цепь переменного тока	*1*	Прочитать стр. 99 -110	
Тема 1.3. Электромагнетизм				
6	Генератор. Электромагнит	*2*	Знать назначение и принцип работы	Составить кроссворд
Тема 1.4. Электроизмерительные приборы				
7	Электроизмерительные приборы	*2*	Знать назначение приборов	
Тема 1.5. Трансформаторы				
8	Устройство и принцип действия трансформаторов	*2*	Прочитать п. 7.1 – 7.3 Выучить формулы	Составить кроссворд
Тема 1.6. Электрические машины				
9	Виды электрических машин	*1*	Ответить на вопросы	
Тема 1.7. Электрические аппараты				
10	Контакторы. Магнитные пускатели	*1*	Ответить на вопросы	
11	Электробезопасность	*2*	Ответить на вопросы	Составить кроссворд

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Работа с конспектом лекций

Хорошо составленный конспект помогает усвоить материал. В конспекте кратко излагается основная суть учебного материала, приводятся необходимые обоснования, табличные данные, схемы, эскизы, расчеты и т.п. Конспект целесообразно составлять целиком на тему.

Алгоритм:

1. Внимательно прочитайте текст не менее двух раз весь предложенный материал изучаемой темы;
2. Внимательно прочитай текст по частям (абзацам), выделите главное. Отметьте желтым маркером термины и мысли, знакомые и понятные Вам, отметьте зелёным маркером термины и мысли не понятные Вам, и затем постарайтесь самостоятельно найти ответы на свои вопросы, отметьте красным маркером термины и мысли, так и оставшиеся не понятными, чтобы задать вопросы преподавателю.
3. Разберитесь с тем, что означают новые термины, названия, используйте для этого кроме глоссария и словари, не пропускайте слово, значение которого вам не ясно.
4. Вернитесь до того места, где материал показался запутанным, трудным.
5. Тщательно изучите рисунки, схемы, поясняющие данный текст.
6. Внесите в тетрадь записи важных определений, терминов, названий.
7. Прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке:

- прокомментировать новые данные;
- оценить их значение;
- поставить вопросы;
- сопоставить полученные сведения с ранее изученными.

8. Ответьте на контрольные вопросы (если такие имеются)

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль –это форма планомерного контроля качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

2. Работа с контрольными вопросами

Алгоритм:

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно-справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ.
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.

Критерии оценки:

Оценка «5»- Полнота использования учебного материала. Логика изложения (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

Оценка «4»- Использование учебного материала не полное. Не достаточно логично изложено (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

Оценка «3» - Использование учебного материала не полное. Не достаточно логично изложено. Наглядность (наличие рисунков, символов, и

пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

Оценка «2» - Использование учебного материала не полное. Отсутствуют схемы, количество смысловых связей между понятиями. Отсутствует наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта. Допущены ошибки терминологические и орфографические. Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Не самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

3. Алгоритм составления кроссворда

Правила составления кроссвордов:

1 .Внимательно прочитайте материал учебника по данной теме.

2. Выпишите 25-30 терминов по данной теме.

3. создать графическую структуру, вопросы и ответы к ним;

4. Выберите 2-3 самых длинных термина и расположите их по горизонтали и по вертикали.

5. Остальные термины расположите по принципу пересечения с предыдущими.

6. Сформулируйте суть каждого термина профессиональным языком, четко и лаконично.

7. Оформите кроссворд.

а) каждое слово, помещенное в кроссворд, должно не менее двух раз пересекаться другими словами, идущими в перпендикулярном направлении;

б) если вертикальное и горизонтальное слово в кроссворде начинаются с одной клетки, то задания по вертикали и горизонтали нумеруются одинаковой цифрой;

в) слова, идущие в одном направлении не должны соприкасаться более, чем одной буквой.

Оформление кроссворда состоит из трех частей: заданий, кроссворда с решением, того же кроссворда без решения.

Кроссворд оформляется на листах формата А 4.

При оценке кроссворда учитывается точность формулировок. Если определение понятий записано неточно, оценка снижается. Преподаватель анализирует ошибки, допущенные студентами в процессе работы над дидактическим кроссвордом, и включает понятия, требующие дальнейшего запоминания, в следующие варианты кроссворда для решения.

Работа по составлению кроссвордов завершается конкурсом кроссвордов.

Критерии оценки:

Оценка «5» выставляется в случае полного выполнения работы, отсутствия ошибок, грамотного текста, точность формулировок и т.д.;

Оценка «4» выставляется в случае полного выполнения всего объема работ при наличии несущественных ошибок, не повлиявших на общий результат работы и т.д.;

Оценка «3» выставляется в случае недостаточно полного выполнения всех разделов работы, при наличии ошибок, которые не оказали существенного влияния на окончательный результат, при очень ограниченном объеме используемых понятий и т.д.;

Оценка «2» выставляется в случае, если допущены принципиальные ошибки, работа выполнена крайне небрежно и т.д.

4. Алгоритм составления таблицы

Составление таблицы - это вид самостоятельной работы по систематизации объемной информации, которая сводится (обобщается) в рамки таблицы. Формирование структуры таблицы отражает умение

систематизировать материал и развивает умения по структурированию информации. Краткость изложения информации характеризует способность к ее свертыванию. В рамках таблицы наглядно отображаются как разделы одной темы (одноплановый материал), так и разделы разных тем (многоплановый материал). Такие таблицы создаются как помощь в изучении большого объема информации, желая придать ему оптимальную форму для запоминания. Задание чаще всего носит обязательный характер, а его качество оценивается по качеству знаний в процессе контроля. Оформляется письменно.

Затраты времени на составление сводной таблицы зависят от объема информации. Ориентировочное время на подготовку – 1 ч.

Алгоритм:

- изучить информацию по теме;
- выбрать оптимальную форму таблицы;
- информацию представить в сжатом виде и заполнить ею основные графы таблицы;
- пользуясь готовой таблицей, эффективно подготовиться к контролю по заданной теме.

Критерии оценки:

Оценка «5» -соответствие содержания теме; логичность структуры таблицы; правильный отбор информации; наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации; соответствие оформления требованиям; работа сдана в срок;

Оценка «4» - нарушена структура таблицы или оформление не соответствует требованиям;

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Печатные издания:

1. Синдеев, Ю. Г. Электротехника с основами электроники / Ю. Г. Синдеев. — 3 - е изд. — Ростов - на -Дону : Феникс, 2018. — 384 с. – ISBN - 5-222-02802-X — Текст : непосредственный.

2. Ярочкина, Г.В**.** Рабочая тетрадь по электротехнике для НПО / Г.В. Ярочкина, В. Г, Володарская, А. А. — 3 - е изд. — Москва : ИРПО Академия, 2013. — 54 с. – ISBN - 978-5-7695-8966-9— Текст : непосредственный.

Электронные издания:

1. (Сайт содержит информацию по теме «Электрические цепи постоянного тока»). — Текст : электронный // http://www.college.ru/enportal/physics/content/chapter4/section/paragraph8/theory.html

2. Сайт содержит электронный учебник по курсу «Общая Электротехника»). — Текст : электронный // http://elib.ispu.ru/library/electro1/index.htm. Мультимедийный курс «В мир электричества как в первый раз».. — Текст : электронный // http://www.eltray.com.

Дополнительные источники:

1. Пряшников,А.В.Электротехника в примерах и задачах (+СД) / Пряшников, А. В. — Санкт - Петербург : Корона, 2007. — 243 с. — ISBN - 978-5-903383 – 28 – 3 - Текст : непосредственный.

2. Данилов, А. И Дидактический материал по общей электротехнике с основами электроники / Данилов, А. И, Иванов, М. П. — Москва: Высшее образование, 2012. — 319 с. — ISBN -978-5-9692-0160-6 - Текст : непосредственный.

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ
АДАПТИРОВАННАЯ УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА
ОСНОВЫ ЭЛЕКТРОТЕХНИКИ

Составитель: Коледа В.В.

2026

РЕЦЕНЗЕНТ:

1._____Н.Н.Касаткина, преподаватель ГБПОУ ЮЭТ

Рассмотрено предметной (цикловой) комиссией естественнонаучных дисциплин, протокол № 1 от 27 августа 2026г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии _____Л.А.Христич

Рассмотрена методическим советом и рекомендована к утверждению, протокол № от _____г.

Заместитель директора по УМР _____И.С.Николаева

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические рекомендации разработаны в соответствии с государственными требованиями к содержанию и оформлению практических работ студентов и содержат перечень рекомендаций по выполнению практических работ для профессии19727 Штукатур.

Разработаны для студентов.

Умения, которые должны быть сформированы:

- измерять параметры электрической цепи;
- расчитывать сопротивление заземляющих устройств;
- производить расчёты для выбора электроаппаратов;
- методы расчёта простых электрических цепей;
- принципы работы типовых электрических цепей.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

Критерия оценивания работы:

Оценки	Критерии оценок
«5»	- обучающийся подбирает необходимые для выполнения предлагаемых работ источники знаний (литература, интернет - ресурс), показывает необходимые для проведения практической работы теоретические знания. Правильно оформлена практическая часть работы - аккуратно выполнена схемы, соблюдена технологическая последовательность выполнения данного вида работ. Работа оформлена аккуратно.
«4»	- практическая работа выполняется обучающимся в полном объёме и самостоятельно. Обучающийся использует указанные преподавателем источники информации. Могут быть неточности и небрежность в оформлении работы. Работа показывает знания обучающегося основного теоретического материала, но имеются незначительные ошибки при оформлении работы.
«3»	- обучающийся выполняет и оформляет практическую работу полностью с помощью преподавателя или хорошо подготовленных и уже выполнивших на «отлично» данную работу других обучающихся, допущена неаккуратность при выполнении работы.
«2»	- практическая работа не выполнена полностью за отведенное время по неуважительной причине.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Тема практической работы	Количество часов
1. Работа и мощность электрического тока	2
2. Построение схем электрических цепей постоянного тока	2
3. Соединения звездой, треугольником	2
4. Расчет параметров	2
5. Методы измерений в электрических цепях	2
6. Мощность и КПД трансформатора	2
Итого:	12

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА 1

Тема: Работа и мощность электрического тока

Цель работы:формирование умения проводить расчеты по алгоритму

Задачи:вычислить численные значения работы и мощности электрического тока

Оборудование:инструкция, учебник «Электротехника с основами электроники», калькулятор

Теоретическое обоснование:

Электрический ток, проходя по цепи, производит разные действия: тепловое, механическое, химическое, магнитное. При этом электрическое поле совершает работу, и электрическая энергия превращается в другие виды энергии: во внутреннюю, механическую, энергию магнитного поля и пр.

Работа электрического тока на участке цепи равна произведению напряжения на этом участке, силы тока и времени, в течение которого совершается работа: A=IUt или $A = \frac{U^2}{R}t = I^2Rt$

Единицей работы является джоуль (Дж)**.** Эту единицу можно выразить через электрические единицы:[A]= 1Дж = 1В · 1А · 1с

Мощность электрического тока равна отношению работы ко времени, за которое она совершена: $P=\frac{A}{t}$, т.е. мощность электрического тока равна произведению напряжения и силы тока в цепи: P=IUилиP = $\frac{U^2}{R}$= I^2R

Единицей мощности является ватт (Вт): [P]=[I]·[U]; [P] = 1А · 1В = 1Вт.

Значение мощности электрического тока в проводнике можно определить с помощью амперметра и вольтметра, измерив соответственно силу тока и напряжение. Можно для измерения мощности использовать специальный прибор, называемый ваттметром, в котором объединены амперметр и вольтметр.

Указания по выполнению практической работы:

Задание 1. Заполнить таблицы

а)

0,15А	25мкА	140мкА	0,02А	1,7А	420мкА
мА	мА	А	мА	мкА	мА

б)

0,2В	15кВ	0,03мВ	25мВ	1200мкВ	220В
мВ	В	кВ	м	В	кВ

в)

55кВт	1500Вт	1,5МВт	0,33кВт	0,12МВт	312кВт
Вт	кВт	кВт	Вт	кВт	МВт

Задание 2. Решить задачи

а) Определите мощность, потребляемую электрическим двигателем, если ток в цепи равен 6А, а двигатель включен в сеть напряжением 220В.

б)Электродвигатель, подключенный к сети напряжением 220В, потребляет ток 6А. Определите мощность двигателя и количество энергии, которую он потребляет за 8 часов работы.

в) В квартире имеются восемь ламп, из которых шесть мощностью по 40Вт работают 6ч в сутки, а две мощностью по 60Вт – 8ч в сутки. Сколько нужно заплатить за работу всех ламп в течение месяца(30)дней при тарифе 2,7руб за 1кВт · ч

Контрольные вопросы:

1. Напишите формулузакона Ома для участка цепи.
2. Напишите формулузакона Ома для полной цепи.
3. Зависимость между какими величинами устанавливает закон Ома для участкацепи?
4. Напишите формулузакона Джоуля – Ленца.
5. От каких величин зависит сопротивление проводника.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА 2

Тема: Построение схем электрических цепей постоянного тока

Цель работы:формирование умения построения схем

Задачи: вычислить эквивалентное сопротивление цепи, исходя из схемы соединения элементов.

Оборудование:инструкция, учебник «Электротехника с основами электроники», калькулятор

Теоретическое обоснование:

Электрическая цепь - это совокупность электротехнических устройств, предназначенных для генерирования, передачи и преобразования электрической энергии, соединенные между собой электрическими проводами.

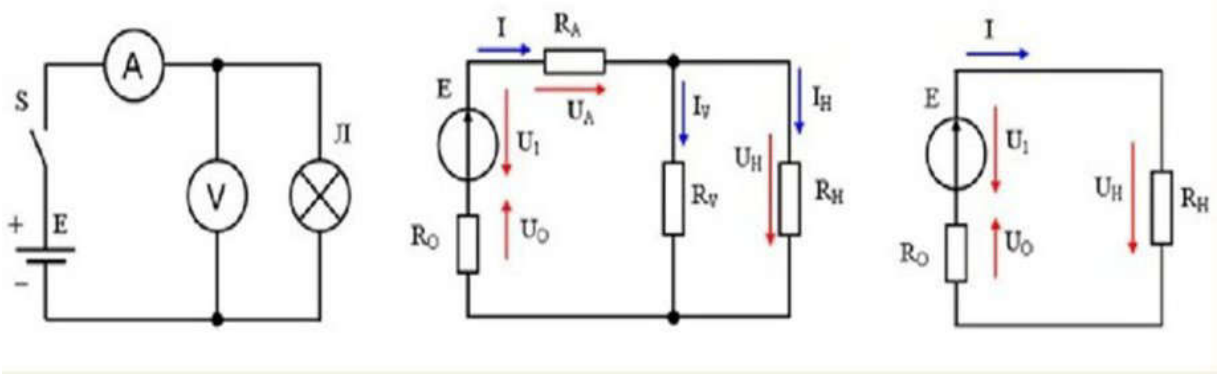
Например, аккумуляторная батарея, лампа и выключатель, соединенные между собойпроводами, образуют электрическую цепь.

Отдельные электротехнические устройства, образующие электрическую цепь, называются элементами электрической цепи и делятся на 3 группы:

1. Генерирующие устройства (источники электрической энергии)
2. Приемные устройства (приемники электрической энергии)
3. Вспомогательные устройства – это элементы электрической цепи, которые предназначены для управления, регулирования режимов работы, защиты, контроля и измерения параметров в электрической цепи и не связаны непосредственно с основным преобразованием энергии.

Все электротехнические устройства, являющиеся элементами электрических цепей имеют условные графические обозначения, установленные ГОСТом, позволяют графически изображать электрическую цепь.

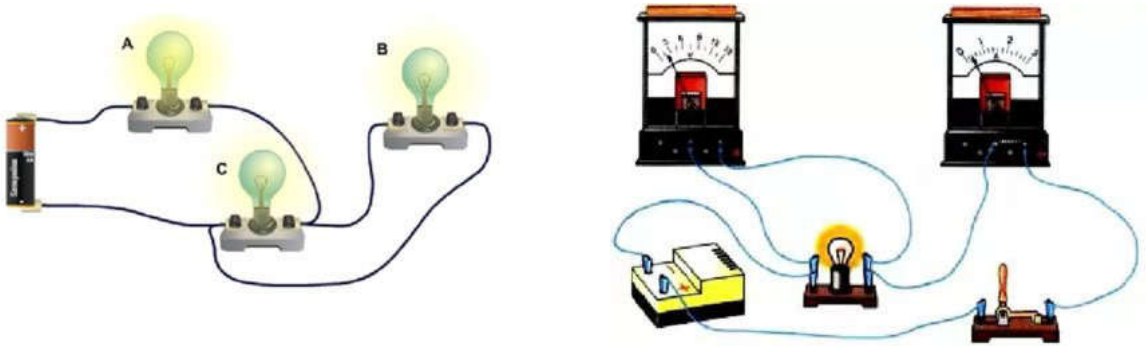
Графическое изображение электрической цепи,содержащее условные изображения её элементов и показывающее их соединение, называется принципиальной схемой или схемой электрической цепи.



Указания по выполнению практической работы:

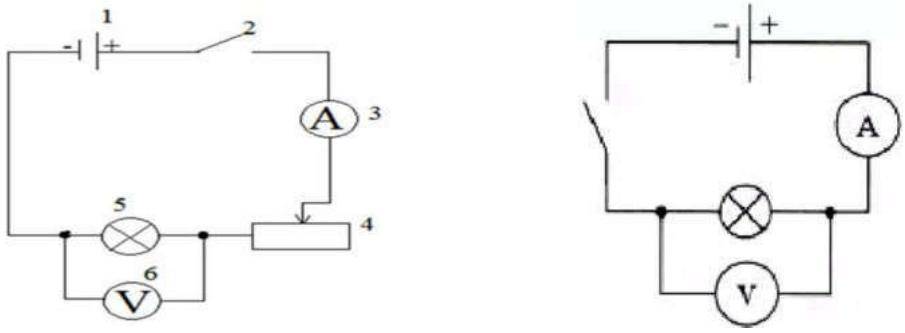
Задание 1. Начертить схему электрической цепи, представленной на рисунке

а) б)



Задание 2. Назовите элементы цепи представленной на схеме

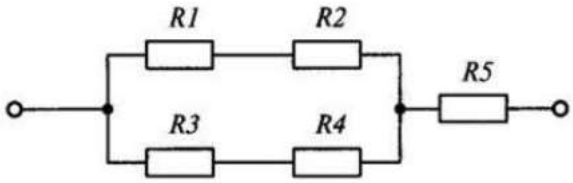
а) б)



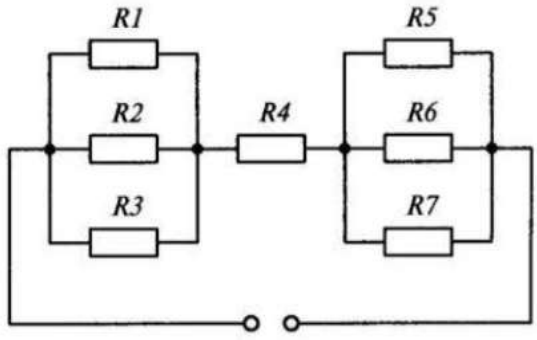
Задание 3. Решите задачи

а) Начертите схемуиз трех параллельно включенных резисторов 3, 6 и 8Ом и определите общее (эквивалентное)сопротивление электрической цепи.

б) Определите общее (эквивалентное) сопротивление электрической цепи, представленной на рисунке, если R_1=2Ом, R_2 = 3Ом,R_3 = 5Ом, R_4 =R_5 = 10Ом.



в) В электрической цепи, представленной на рисунке, резисторы имеют сопротивления R_1=2Ом, R_2 = 6Ом,R_3 = 18Ом, R_4 =10Ом, R_5 = 3Ом,R_6 = 9Ом,R_7 = 27Ом. Определите общий ток в цепи и напряжение на резисторе R_4, если к зажимам подведено напряжение 24В.



Контрольные вопросы:

1. Приведите примеры источников электрического тока (не менее трех).
2. Приведите примеры потребителей электрического тока (не менее трех).
3. Чему равно общее сопротивление последовательно соединенных проводников?
4. Чему равно общее сопротивление параллельно соединенных проводников?
5. Как на схеме обозначают амперметр и вольтметр.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА 3

Тема: Соединения звездой, треугольником

Цель работы:формирование знаний о способах соединения трехфазной цепи

Задачи:начертить схемы соединения в звезду, треугольник; вычислить фазное и линейное значения силы тока и напряжения

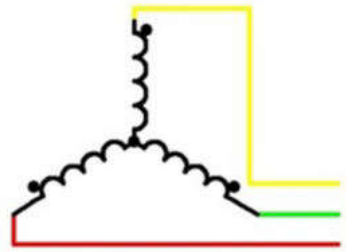
Оборудование:инструкция, учебник «Электротехника с основами электроники», калькулятор

Теоретическое обоснование:

Звезда и треугольник – это названия схем соединения потребителей в трёхфазной электросети, как обмоток электродвигателей, трансформаторов, так и любой другой нагрузки.

Соединение: Звезда

При соединении обмоток звездой к началам обмоток присоединяют

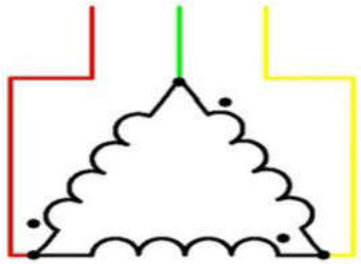


питающие провода (на схемах обозначены цветами), а концы обмоток соединяют между собой в одну точку, при этом подключение нулевого проводника в точку соединения концов обмоток необязательно, так как это симметричная нагрузка. В свою очередь, точка соединения концов обмоток также называется нейтралью.

В звезде есть два напряжения: фазное $U_ф$ и линейное $U_л$, и при этом они соотносятся следующим образом:$U_л=U_ф\sqrt{3}$

Токи также бывают фазными и линейными, и в схеме звезды они равны: $I_л=I_ф$.

Соединение:Треугольник



По схеме треугольника начало следующей и конец предыдущей обмотки соединяются между собой, то есть: конец первой обмоткисоединяется с началом второй, конец второй обмотки соединяется с началом третьей, а конец третьей с

началом первой обмотки, а питающие провода подключаются к точкам соединения обмоток.Получается три точки соединения начал и концов обмоток и, соответственно, возможно подключение только трёх питающих фазных проводов без нулевого.

В треугольнике линейное $U_л$ и фазное $U_ф$ напряжения равны$U_л=U_ф$, но линейный ток превышает фазный: $I_л=I_ф$

Мощность трехфазной системы:

полная$S = 3 \cdot S_л = \sqrt{3} U_л I$;активная$P = \sqrt{3} U_л I \cos\varphi$;

реактивная$Q = \sqrt{3} U_л I \sin\varphi$.

Указания по выполнению практической работы:

Задание 1. Какая схема изображена на рисунке а, а какая на рисунке б?

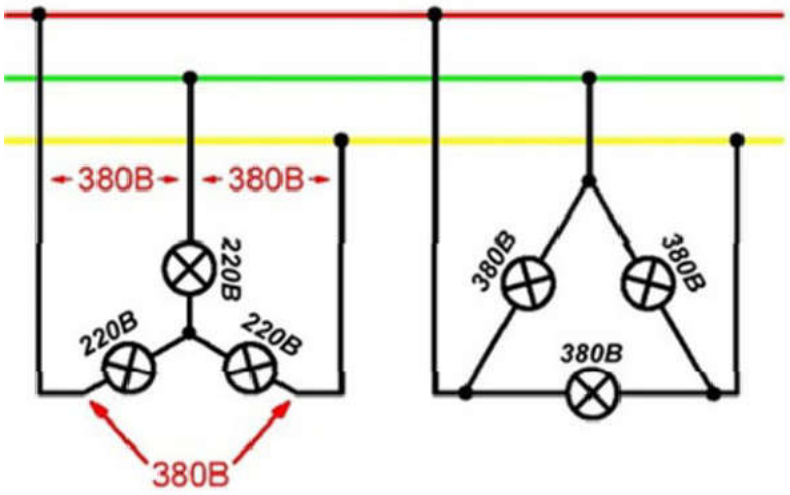


рис.арис.б

Задание 2. Решите задачи

а) Активная симметричная нагрузка трехфазной цепи соединена треугольником. Линейное напряжение 100В, фазный ток 5А. Определите потребляемую нагрузкой мощность.

б) Активная симметричная нагрузка трехфазной цепи соединена звездой. Линейное напряжение 220В, фазный ток 5А. Определите потребляемую нагрузкой мощность.

в) Симметричная нагрузка трехфазной цепи соединена звездой. Линейное напряжение 380В. Определитефазноенапряжение. Начертите схему цепи.

г) Симметричная нагрузка трехфазной цепи соединена треугольником. Линейное напряжение 380В. Определитефазноенапряжение. Начертите схему цепи.

д) Полная мощность, потребляемая трехфазной нагрузкой, S = 1000Вт, реактивная мощность Q = 600Вт. Определите коэффициент мощности.

Контрольные вопросы:

1. Сколько проводов подходит к трехфазному генератору, обмотки которого соединены звездой?
2. Обмотки трехфазного генераторасоединены звездой. С чем соединен конец первой обмотки?
3. Обмотки трехфазного генераторасоединены треугольником. С чем соединено начало второй обмотки?
4. Обмотки трехфазного генераторасоединены треугольником. С чем соединено начало третьей обмотки?
5. Что называют коэффициентом мощности?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА 4

Тема: Расчет параметров

Цель работы:формирование знаний об электродвигателе,генераторе

Задачи:начертить схемы подключения, вычислить параметры

Оборудование:инструкция, учебник «Электротехника с основами электроники», калькулятор, макет электродвигателя, макет генератора

Теоретическое обоснование:

Электрические машины делятся на две группы: генераторы и электродвигатели.

Генераторы преобразуют механическую энергию в электрическую.

Двигатели преобразуют электрическую энергию в механическую.

Скорость вращения магнитного поля: $n_1 = \frac{60f}{p}$, где f - частота переменного тока, p - число пар полюсов. $[n_1]$ = об/мин

Скольжение: $s = \frac{n1-n2}{n_1}100\%$, где n_2 - скорость вращения ротора, [s] = %

Коэффициент полезного действия: $\eta = \frac{p2}{p_1}$, где p_1 - мощность потребляемая двигателем, p_2 – мощность отдаваемая валом двигателя (полезная)

Указания по выполнению практической работы:

Задание 1. Нарисуйте схемы пуска однофазного двигателя при включении в цепь пусковой обмотки:

а) катушки индуктивности

б) конденсатора.

Задание 2. Рассмотрите макет электродвигателя и опишите его устройство.

Задание 3. Решите задачи

а) Частота вращения магнитного поля статора асинхронного двигателя 3000мин$^{-1}$, частота вращения ротора 2940мин$^{-1}$. Определите скольжение.

б) Магнитное поле двигателя трехфазного тока частотой 50Гц вращается с частотой 3000мин$^{-1}$. Определите сколько полюсов имеет этот двигатель.

в) Скольжение асинхронного двигателяs = 0,05, частота питающей сети f= 50Гц, число пар полюсов p = 1. Определите частоту вращения ротора.

д)Частота питающей сети f=400Гц.Определите частоту вращения четырехполюсного двигателя.

е) Определите скольжение (в процентах) для шестиполюсного асинхронного двигателя, если его ротор вращается с частотой 960мин$^{-1}$.

Контрольные вопросы:

1. Что такое скольжение асинхронного двигателя?
2. Какие существуют типы асинхронных двигателей и чем они отличаются?
3. Вставьте пропущенные слова:

- Машина, преобразующая электрическую энергию в механическую, называется _____.
- Наибольшее распространение среди электрическихдвигателей получил _____ двигатель, впервые сконструированный известным русским инженером – электриком М.О.Доливо – Добровольским.
- Работа асинхронного двигателя основана на явлении, названном _____.
- Асинхронная машина обладает свойством_____, то есть может работать как в режиме _____, так и в режиме _____.
- Как и любая машина переменного тока, асинхронный двигатель состоит их двух основных частей - _____и _____.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА 5

Тема: Методы измерений в электрических цепях

Цель работы: формирование знаний о методах измерений в электрических цепях

Задачи: знать правила подключения и устройство электроизмерительных приборов, измерить электрические величины

Оборудование:инструкция, учебник «Электротехника с основами электроники», калькулятор, амперметр, вольтметр

Теоретическое обоснование:

Измерение – это нахождение значения физической величины опытным путем с помощью специальных технических средств, называемых электроизмерительными приборами.

Измерение постоянного и переменного напряжения.Измерение как постоянного, так и переменного напряжения может производиться непосредственно вольтметрами, рассчитанными для работы соответствующего типа напряжения.

Измерение электродвижущей силы(ЭДС) Єимеет свои особенности.

При подключении вольтметра к источнику ЭДС. для её измерения через него всегда будет проходить ток, а так как любой источник ЭДС. обладает внутренним сопротивлением $R_{вн}$, то напряжение на таком источнике $U=E-I\cdot R_{вн}$и вольтметр будет измерять величину меньшую, чем ЭДСЄ

Измерение токаможно производить непосредственно амперметром, включенным в разрыв измеряемой цепи. При необходимости расширить пределы измерения амперметра необходимо параллельно амперметру включить резистор, который чаще всего называют просто шунтом.

Измерение сопротивлений.Часто при работе с электрическими установками или при наладке электронных схем необходимо производить измерение различных сопротивлений. Простейший способ измерения

сопротивлений заключается в использовании двух измерительных приборов: амперметра и вольтметра. С их помощью измеряют напряжение и ток в сопротивлении *R,* подключенном к источнику питания, и по закону Ома находят величину искомого сопротивления:$R=\frac{U}{I}$. Прибор для измерения сопротивления - омметр.

Указания по выполнению практической работы:

Задание 1. Заполните таблицу

а) Условные обозначения, указывающие род тока, для которого предназначен прибор

Род тока	Условное обозначение
Постоянный	
Переменный (однофазная система)	
Постоянный и переменный	
Трехфазная система (общее обозначение)	
Трехфазная система (при несимметричной нагрузке фаз)	

б) Условные обозначения, указывающие принцип действия измерительного механизма прибора

Тип прибора	Условное обозначение
Электромагнитный	
Электродинамический	
Ферродинамический	
Индукционный	
Электростатический	
Вибрационный	
Термоэлектрический	

Задание 2. Запишите формулы:

а) Абсолютная погрешность

б) Относительная погрешность

в) Приведенная погрешность

Задание 3. Нарисуйте условное обозначение прибора дляизмерения:

а) сопротивления

б) мощности

в) силы тока

г) напряжения

Задание 4. Ответьте на вопросы:

а) Какое сопротивление должен иметь вольтметр?

б)Какое сопротивление должен иметь амперметр?

Задание 5. Нарисуйте схему включения в электрическую цепь:

а) ватгметра

б) вольтметра

в) амперметра

Контрольные вопросы:

1. Что такое электрическое измерение?
2. Чем характеризуется точность измерения?
3. Назовите неподвижную часть механизма электромагнитного прибора
4. Какими приборами можно измерить мощность в цепи переменного тока.
5. Амперметры и вольтметры какой системы имеют равномерную шкалу?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА 6

Тема: Мощность и КПД трансформатора

Цель работы:формирование знаний о принципе работы трансформатора

Задачи:рассчитать основные мощность и КПД однофазного трансформатора

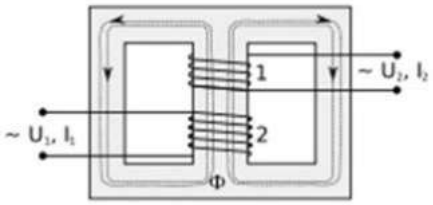
Оборудование:инструкция, учебник «Электротехника с основами электроники», калькулятор, макет трансформатора

Теоретическое обоснование:

Трансформатором называют статический электромагнитный аппарат, преобразующий переменный ток одного напряжения в переменный ток другого напряжения.

Работа трансформатора основана на явлении взаимоиндукции. Простейший трансформатор состоит из стального сердечника (магнитопровода) и двух расположенных на нем обмоток

Схематическое устройство трансформатора. 1 - первичная обмотка, 2 - вторичная обмотка



Коэффициентом трансформации: $k = \frac{N1}{N_2}1$, где N_1 - количество витков впервичной обмотке,N_2 - количество витков вовторичной обмотке.

Если $k > 1$, то трансформатор повышающий, а при $0 < k < 1$ – понижающий.

Мощность вторичной обмотки $P_2 = U_2 \cdot I_2$**,** а мощность первичной катушки $P_1 = U_1 \cdot I_1$**.** В идеале $P_2 = P_1$ (если пренебречь потерями в сердечнике).

Мощность, потребляемая трансформатором $P_1 = U_1 \cdot I_1 \cdot \cos\varphi$

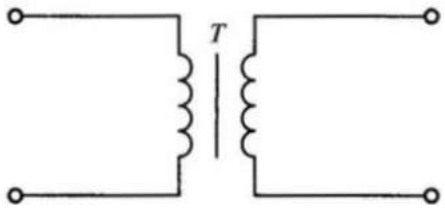
Мощность, передаваемая на нагрузку $P_2 = U_2 \cdot I_2 \cdot \cos\varphi$

КПД трансформатора: $\eta = \frac{p2}{p_1}$,

Указания по выполнению практической работы:

Задание 1. Дочертите схемы:

а)



В цепь, схема которой изображена на рисунке, включили вольтметр, амперметр и ваттметр для проведения опыта холостого хода. Изобразите на схеме эти приборы.

б) Начертите условное обозначение соединения обмоток трехфазного трансформатора звездой и треугольником

Задание 2. Решите задачи

а) Однофазный трансформатор подключен к сети напряжением 220В. Потребляемая им мощность 2,2кВт, ток вторичной обмотки 1А. Определите коэффициент трансформации.

б) Определите напряжение сети, в которую можно включить однофазный трансформатор с напряжением на вторичной обмотке 400В и коэффициентом трансформации 20,5.

Задание 3. Закончите предложения.

- Действие трансформатора основано на явлении _____.
- Обмотка трансформатора, включенная в сеть источника электрической энергии, называется _____.
- Обмотка трансформатора, от которой энергия подается к приемнику, называется _____.
- Трансформаторы большой мощности в настоящее время изготовляют исключительно _____.

Контрольные вопросы:

1. Объясните принцип работы однофазного трансформатора
2. Почему трансформатор работает только на переменном токе?
3. Где широко применяются трансформаторы?

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Печатные издания:

1. Синдеев, Ю. Г. Электротехника с основами электроники / Ю. Г. Синдеев. — 3 - е изд. — Ростов - на -Дону : Феникс, 2018. — 384 с. – ISBN - 5-222-02802-X — Текст : непосредственный.

2. Ярочкина, Г.В**.** Рабочая тетрадь по электротехнике для НПО / 2.Ярочкина, В. Г, Володарская, А. А. — 3 - е изд. — Москва : ИРПО Академия, 2013. — 54 с. – ISBN - 978-5-7695-8966-9— Текст : непосредственный.

Электронные издания:

1. (Сайт содержит информацию по теме «Электрические цепи постоянного тока»). — Текст : электронный // http://www.college.ru/enportal/physics/content/chapter4/section/paragraph8/theory.html

2. Сайт содержит электронный учебник по курсу «Общая Электротехника»). — Текст : электронный // http://elib.ispu.ru/library/electro1/index.htm.

Мультимедийный курс «В мир электричества как в первый раз»).. — Текст : электронный // http://www.eltray.com.

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПО ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

АДАПТИРОВАННАЯ ДИСЦИПЛИНА МДК 01. 01. ОШТУКАТУРИВАНИЕ ПОВЕРХНОСТЕЙ

КУРС 1,2

Составитель: Смирнова Л. Н.

2026

РЕЦЕНЗЕНТ:

1. О. В. Терехова, преподаватель ГБПОУ ЮЭТ

Рассмотрено предметной (цикловой) комиссией,

протокол № от _____2026г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии К.С. Молев

Рассмотрена методическим советом и рекомендована к утверждению,

протокол № от _____г.

Заместитель директора по УМР _____ И.С.Николаева

УВАЖАЕМЫЙ СТУДЕНТ!

Методические указания по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы созданы Вам в помощь для работы во внеурочное время.

Наличие положительной оценки (отметки о выполнении) по каждому виду самостоятельной работы необходимо для получения допуска к зачету или экзамену по МДК 01. 01. Выполнение штукатурных работ, поэтому в случае невыполнения работы по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за внеаудиторную самостоятельную работу Вы должны найти время для ее выполнения или пересдачи.

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

Желаем Вам успехов!!!

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка 5

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы 6

Рекомендации по организации различных форм внеаудиторной самостоятельной работы 15-25

1. Работа с конспектом лекций

2. Работа с контрольными вопросами

3. Составление опорного конспекта

4. Библиографический список 26

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов предусмотрена Федеральным государственным образовательным стандартом по профессии 19727 Штукатур. Она направлена на повышение качества подготовки компетентного конкурентоспособного специалиста, приспособленного к самостоятельной профессионально-ориентированной деятельности на основе сформированных общих и профессиональных компетенций.

Настоящие методические рекомендации составлены в соответствии с требованиями адаптированной рабочей программы по МДК.01.01 «Оштукатуривание поверхностей». Учебным планом на изучение курса отводится 280 часов, в том числе самостоятельная внеаудиторная работа –140 часов.

Выполнение самостоятельной внеаудиторной работы способствует:

- активизации умственной деятельности и самостоятельному усвоению знаний;
- выработке профессиональных умений и навыков;
- формированию общих и профессиональных компетенций;
- развитию познавательных и творческих способностей личности;

В «Методических рекомендациях» даны задания для самостоятельной внеаудиторной работы по изучаемым темам, рекомендации по выполнению каждого вида заданий.

Контроль выполненных заданий осуществляется на учебных или дополнительных занятиях. За каждое выполненное задание выставляется оценка в журнал.

СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Тема	Содержание темы	Задания для самостоятельной работы	Время, затраченное на выполнение внеаудиторной самостоятельной работы
ПМ 01. Выполнение штукатурных работ .			
Раздел 1. Подготовка поверхностей под оштукатуривание.			**72**
1. Введение. Цели и задачи предмета.	Основные понятия о предмете, целях и задачах.	Работать с опорным конспектом.	2
Тема 1.1. Основы строительного производства. Сведения о зданиях и производстве строительных работ.	Основные понятия о основах строительного производства.	Подготовить сообщение «Современные строительные материалы».	3
Тема 1.2. Классификация отделочных работ. Виды отделки. Строительные и отделочные работы.	Виды отделки. Строительные и отделочные работы.	Составить опорный конспект по теме «Последовательность строительных и отделочных работ»	2
4. Характеристика штукатурных работ. Классификация.	Основные понятия о классификации штукатурных работ.	Составить таблицу «Классификация штукатурных работ».	2

5. Требования к готовности зданий и поверхностей.	Требования строительных норм к зданиям различного назначения, температурно-влажностному режиму помещения. Технические требования к зданиям.	Составить таблицу « Требования к готовности поверхностей».	2
6. Качество штукатурных работ от видов отделки.	Требования СНиП к поверхностям для производства штукатурных работ. Допускаемые отклонения для поверхностей, конструкций.	Работать с опорным конспектом.	2
7. **Тема 1.3. Подготовка поверхностей под оштукатуривание.** Виды поверхностей, правила и приемы подготовки.	Виды поверхностей, правила и приемы подготовки.	Составить инструкционно – технологическую карту «Подготовка поверхностей под оштукатуривание»	3
8. Инструменты. Приспособления и инвентарь.	Общие понятия о инструментах, приспособлениях и инвентаре.	Работать с опорным конспектом.	2
9. Контрольно-измерительные инструменты	Виды, назначение, конструктивные особенности. Область применения.	Дополнить таблицу «Контрольно-измерительные инструменты».	3
10. Средства подмащивания. Виды и применение.	Средства подмащивания: понятие, разновидности, назначение, устройство, требования.	Составить таблицу «Средства подмащивания».	2
11. Организация рабочего места.	Общие требования об организации рабочего места штукатура.	Зачертить схему «Организация рабочего места штукатура».	3

12. Подготовка кирпичных поверхностей	Подготовка поверхностей под оштукатуривание вручную и с применением ручного и механизированного инструмента.	Работать с опорным конспектом.	2
13. Подготовка деревянных поверхностей	Подготовка поверхностей под оштукатуривание вручную и с применением ручного и механизированного инструмента. Набивка драни.	Составить схему «Подготовка деревянных поверхностей»	3
14. Подготовка разнородных поверхностей.	Способы подготовки разнородных поверхностей.	Составить схему «Подготовка разнородных поверхностей»	3
15. Подготовка сетчатых конструкций, заделка стыков.	Способы подготовки сетчатых конструкций, заделка стыков.	Составить схему «Подготовка сетчатых конструкций».	3
16. **Тема 1.4**. **Растворы для штукатурных работ.** Классификация. Виды растворов.	Классификация. Виды растворов.	Составить таблицу «Классификация растворов».	3
17. Свойства растворов и растворных смесей.	Основные понятия свойства раствора, подготовка компонентов раствора, особенности приготовления,	Составить таблицу «Свойства растворов».	3
18. Технологические и эксплуатационные свойства .	Технологические и эксплуатационные свойства –удобоукладываемость, прочность.	Ответить на вопросы.	3
19. Гашение извести.	Способ гашения извести. Техника безопасности.	Составить опорный конспект «Меры безопасности при гашении извести».	3

20. Растворы для специальных штукатурок.	Назначение, область применения.	Составить таблицу «Специальные штукатурки».	3
21. Нанесения раствора способом набрасывания.	Приемы нанесения раствора на вертикальные и горизонтальные поверхности - набрасыванием. Способы набрасывания раствора на поверхности различными инструментами. Требования, предъявляемые к нанесению раствора обрызга, грунта.	Составить инструкционно – технологическую карту «Нанесение раствора различными инструментами способом набрасывания»	3
22. Нанесения раствора способом намазывания.	Способы намазывания раствора на поверхности различными инструментами. Требования, предъявляемые к нанесению раствора грунта.	Работать с опорным конспектом.	2
23. Разравнивание раствора.	Разравнивание раствора. Правила разравнивания раствора на вертикальных и горизонтальных поверхностях различными инструментами. Разравнивание раствора по маякам. Контроль качества разравнивания раствора.	Работать с опорным конспектом.	2

24. Накрывка. Затирка.	Назначение и приемы заглаживания штукатурки на вертикальных и горизонтальных поверхностях. Назначение, приемы, способы выполнения, требования к затертой поверхности.	Ответить на контрольные вопросы.	2
25. Заглаживание штукатурки гладилками.	Назначение и приемы заглаживания штукатурки на вертикальных и горизонтальных поверхностях. Требования к качеству.	Работать с опорным конспектом.	2
26. Провешивание поверхностей.	Правила устройства марок и установка маяков.	Выполнить схему «Провешивание горизонтальных поверхностей».	3
27. Технология отделки лузгов, усенков.	Понятие о лузгах, усенках и фасках. Способы разделки углов, усенков и фасок различными инструментами.	Составить схему «Отделка лузгов, усенков».	3
28. **Тема 1.6. Контроль качества штукатурки.** Требования к качеству штукатурки.	Требования, предъявляемые к нанесению раствора обрызга, грунта, накрывки.	Составить опорный конспект и таблицу по теме «Требования к качеству штукатурки**».**	3
Раздел 2. Оштукатуривание поверхностей.			**12**

29. **Тема 2.1. Технология оштукатуривания поверхностей простой, улучшенной и высококачественной штукатуркой.** Последовательность оштукатуривания поверхностей.	Последовательность оштукатуривания поверхностей.	Составить таблицу «Последовательность технологических операций при выполнении простого оштукатуривания заданной поверхности».	3
30. Технология выполнения простой, улучшенной штукатурок.	Способ выполнения простой, улучшенной штукатурки. Применяемые инструменты. Требования СНиП.	Составить таблицу «Последовательность технологических операций при выполнении улучшенного оштукатуривания заданной поверхности»	3
31. Технология высококачественной штукатурки.	Способ выполнения высококачественной штукатурки. Применяемые инструменты. Требования СНиП.	Составить технологическую карту «Выполнение высококачественной штукатурки».	3
32. **Тема 2.2. Отделка оконных и дверных проемов.** Установка подоконников.	Установка реек с учетом требуемого угла рассвета. Способы крепления реек. Последовательность выполнения технологических операций при оштукатуривании внутренних откосов, их характеристика: применяемые растворы, инструменты, приспособления, инвентарь.	Разработать технологическую карту последовательности операций оштукатуривания внутренних откосов оконной коробки.	3
Раздел 3. Отдельные виды штукатурных работ.			**48**

33. **Тема 3.1. Технология вытягивания тяг и выполнения падуг. Оштукатуривание колонн.** Оштукатуривание кирпичных печей.	Понятие, назначение, область применения. Последовательность выполнения тяг. Применяемые инструменты для вытягивания тяг.Виды архитектурных обломов. Технология оштукатуривания печей.	Составить перечень технологических операций под оштукатуривание четырехгранных колонн.	3
34. Выполнение специальных штукатурок	Основные понятия – специальные штукатурки.	Составить сообщение «Огнеупорные штукатурки».	3
35. Шаблоны.	Понятие шаблон. Перенос профиля шаблона. Устройство шаблонов. Материал для изготовления шаблонов.	Изготовить макет шаблона.	4
36. Устройство откосов, углов и падуг.	Понятие, назначение, последовательность выполнения. Применяемые инструменты. Приемы выделки падуг. Разделка углов пересечения падуг.	Составить технологическую карту «Оштукатуривание откосов».	3
37. Технологический процесс вытягивания прямолинейных тяг.	Виды, последовательность выполнения. Растворы для вытягивания тяг. Вытягивание -«изсера» и вытягивание-«избела» прямолинейных тяг. Контроль качества работ.	Составить технологическую карту «Вытягивание прямолинейных тяг».	3
38. Оштукатуривание четырехгранных колонн.	Понятия, способ, последовательность оштукатуривания.	Составить технологическую схему по оштукатуриванию колонн.	3

39. **Тема 3.2. Механизация штукатурных работ.** Выполнение штукатурных работ механизированным способом.	Назначение, виды механизмов, последовательность процесса производства работ с применением средств механизации. Роль механизации в повышении эффективности труда при оштукатуривании поверхностей. Характеристика средств механизации штукатурных работ с использованием нормокомплектов.	Выполнить рисунок механизмов для приготовления раствора.	3
40. Нанесение и разравнивание раствора.	Перечень и краткая характеристика средств механизации штукатурных работ с использованием нормокомплектов.	Выполнить рисунок механизмов для нанесения раствора.	3
41. Оштукатуривание поверхностей сухими смесями.	Назначение, область применения. Способ приготовления раствора для выполнения каменной штукатурки.	Ответить на вопросы.	3
42. Организация работ и техника безопасности	Организация рабочего места и безопасность труда при оштукатуривании поверхностей с использованием средств механизации.	Выполнить рисунок механизмов для транспортирования раствора.	3
43. **Тема 3.3. Оштукатуривание фасадов зданий.** Оштукатуривание фасадов обычной штукатуркой.	Общие сведения об оштукатуривании фасада. Подготовка поверхности фасадов под оштукатуривание.	Составить инструкционно-технологическую карту «Оштукатуривание фасада».	3

44. Оштукатуривание фасадов декоративными штукатурками.	Декоративные растворы для фасада. Назначение, виды фасадных штукатурок.	Работать с конспектом лекций.	3
45. Технология по оштукатуриванию фасадов. Организация рабочего места и требования безопасности труда	Последовательность выполнения работ на фасаде. Организация работ. Требования безопасности труда.	Работать с конспектом лекций.	3
46. **Тема 3.4. Отделка внутренних поверхностей гипсокартонными листами.** Классификация гипсокартонных листов.	Классификация гипсокартонных листов.	Составить упрощенную технологическую карту по теме «Отделка внутренних поверхностей гипсокартонными листами».	3
47. Отделка стен, потолков, откосов.	Технологическая последовательность отделки поверхности гипсокартонном.	Работать с контрольными вопросами.	2
48**. Тема 3.5. Выполнение штукатурных работ зимой.** Растворы с противоморозными добавками.	Общие сведения о выполнении штукатурных работ в зимнее время. Технические требования, особенности выполнения работ. Подготовка помещений. Сушка помещений. Растворы с противоморозными добавками.	Составить перечень требуемых инструментов, приспособлений и средств механизации для выполнения оштукатуривания поверхностей в зимнее время.	3
Раздел 4. Ремонт оштукатуренных поверхностей.			**8**

49. **Тема 4.1. Ремонтные работы.** Дефекты штукатурных покрытий.	Дефекты штукатурных покрытий.	Составить инструкционно-технологическую карту «Ремонт оштукатуренных поверхностей»	2
50. Ремонт сухой штукатурки.	Технологические операции при ремонте сухой штукатурки. Вырезка заплат. Установка на мастиках.	Работать с конспектом лекций.	2
51. Ремонт декоративной штукатурки.	Технологические операции при ремонте декоративной штукатурки.	Работать с конспектом лекций.	2
52. Ремонт старой штукатурки.	Ремонт внутренней штукатурки отдельными местами.	Составить таблицу «Дефекты штукатурки»	2
Итого часов:			**140**

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Работа с конспектом лекций

Хорошо составленный конспект помогает усвоить материал. В конспекте кратко излагается основная суть учебного материала, приводятся необходимые обоснования, табличные данные, схемы, эскизы, расчеты и т.п. Конспект целесообразно составлять целиком на тему.

Алгоритм:

1. Внимательно прочитайте текст не менее двух раз весь предложенный материал изучаемой темы;
2. Внимательно прочитай текст по частям (абзацам), выделите главное. Отметьте желтым маркером термины и мысли, знакомые и понятные Вам, отметьте зелёным маркером термины и мысли не понятные Вам, и затем постарайтесь самостоятельно найти ответы на свои вопросы, отметьте красным маркером термины и мысли, так и оставшиеся не понятными, чтобы задать вопросы преподавателю.
3. Разберитесь с тем, что означают новые термины, названия, используйте для этого кроме глоссария и словари, не пропускайте слово, значение которого вам не ясно.
4. Вернитесь до того места, где материал показался запутанным, трудным.
5. Тщательно изучите рисунки, схемы, поясняющие данный текст.
6. Внесите в тетрадь записи важных определений, терминов, названий.
7. Прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке:

- прокомментировать новые данные;
- оценить их значение;
- поставить вопросы;
- сопоставить полученные сведения с ранее изученными.

8. Ответьте на контрольные вопросы (если такие имеются)

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль – это форма планомерного контроля качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

2. Работа с контрольными вопросами

Алгоритм:

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно-справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ.
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.

Критерии оценки:

Оценка «5» - Полнота использования учебного материала. Логика изложения (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

Оценка «4»- Использование учебного материала не полное. Не достаточно логично изложено (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

Оценка «3» - Использование учебного материала не полное. Не достаточно логично изложено. Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность

(терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

Оценка «2» - Использование учебного материала не полное. Отсутствуют схемы, количество смысловых связей между понятиями. Отсутствует наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта. Допущены ошибки терминологические и орфографические. Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Не самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

3. Составление опорного конспекта

Опорный конспект – это развернутый план вашего ответа на теоретический вопрос. Он призван помочь последовательно изложить тему, а преподавателю лучше понять и следить за логикой ответа.

Опорный конспект должен содержать все то, что учащийся собирается предъявить преподавателю в письменном виде. Это могут быть чертежи, графики, формулы, формулировки законов, определения, структурные схемы.

Основные требования к содержанию опорного конспекта

1. Полнота – это значит, что в нем должно быть отображено все содержание вопроса.
2. Логически обоснованная последовательность изложения.

Основные требования к форме записи опорного конспекта

1. Опорный конспект должен быть понятен не только вам, но и преподавателю.
2. По объему он должен составлять примерно один - два листа, в зависимости от объема содержания вопроса.
3. Должен содержать, если это необходимо, несколько отдельных пунктов, обозначенных номерами или пробелами.
4. Не должен содержать сплошного текста.

5. Должен быть аккуратно оформлен (иметь привлекательный вид).

Методика составления опорного конспекта

1. Разбейте текст на отдельные смысловые пункты.
2. Выделите пункт, который будет главным содержанием ответа. Составьте краткий план ответа по теме.
3. Придайте плану законченный вид (в случае необходимости вставить дополнительные пункты, изменить последовательность расположения пунктов).
4. Запишите получившийся план в тетради в виде опорного конспекта, вставив в него все то, что должно быть, написано – определения, формулы, выводы, формулировки, выводы формул, формулировки законов и т.д.

Затраты времени при составлении опорного конспекта зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающихся и определяются преподавателем. Ориентировочное время на подготовку – 2ч

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме, 1 балл;
- правильная структурированность информации, 3 балла;
- наличие логической связи изложенной информации, 4балла;
- соответствие оформления требованиям, 3 балла;
- аккуратность и грамотность изложения, 3 балла;
- работа сдана в срок, 1 балл.

Максимальное количество баллов: 15.

14-15 баллов соответствует оценке «5»

11-13 баллов – «4»

8-10 баллов – «3»

менее 8 баллов – «2»

4.Работа с опорным конспектом

Опорный конспект составляется преподавателем или используются готовые опорные конспекты. Его функция – помочь обучающимся

самостоятельно изучить тему, искать недостающую информацию в учебнике, при этом дополнять опорный конспект, указывая страницы учебника и отвечая на поставленные вопросы, а также показать знание материала, отвечая на вопросы в опорном конспекте и выполняя задания по данной теме.

Используя работу с опорным конспектом, студенты учатся чётко отвечать на поставленные вопросы, задавать вопросы самостоятельно, выполнять необходимые задания, составлять связный рассказ, а также делать выводы.

Затраты времени на работу с опорным конспектом зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающихся и определяются преподавателем. Ориентировочное время – 1 ч.

Алгоритм работы по опорному конспекту.

1. Ознакомьтесь с содержанием опорного конспекта.
2. Ответьте на поставленные в опорном конспекте вопросы (преподаватель при этом напоминает о том, что в каждом вопросе имеется ключевое слово для ответа отвечать на вопрос нужно полным предложением).
3. Составьте дополнительные вопросы по данной теме. Отвечая на вопросы и задавая их на этапе изучения новой темы, часто используются не только опорный конспект, но и работа с учебником. В опорном конспекте можно указывать конкретные страницы, на которых имеется информация для ответа на вопросы, т.е. отрабатывается попутно умение отвечать на вопрос, используя учебник.
4. Выполните предложенные в опорном конспекте задания по теме, типа:

а) установите соответствие:

б) выберите верный ответ:

в) какие утверждения верны:

г) найдите лишнее слово.

5. Сделайте обобщение по изучаемой теме, используя в качестве пунктов плана, выделенные другим шрифтом заголовки в опорном конспекте.

Критерии оценки:

- проведена работа с учебником, указаны станицы в конспекте, 1 балл;
- даны правильные полные ответы на поставленные вопросы, 3 балла;
- составлены грамотные по смыслу вопросы к изучаемой теме, 4балла;
- выполнены задания верно, 4 балла;
- аккуратность и грамотность изложения, 1 балл;
- составлен план ответа, сделаны выводы, 2 балла;
- работа сдана в срок, 1 балл.

Максимальное количество баллов: 16.

15-16 баллов соответствует оценке «5»

11-14 баллов – «4»

8-10 баллов – «3»

менее 8 баллов – «2»

5. Алгоритм составления таблицы

Составление таблицы - это вид самостоятельной работы по систематизации объемной информации, которая сводится (обобщается) в рамки таблицы. Формирование структуры таблицы отражает умение систематизировать материал и развивает умения по структурированию информации. Краткость изложения информации характеризует способность к ее свертыванию. В рамках таблицы наглядно отображаются как разделы одной темы (одноплановый материал), так и разделы разных тем (многоплановый материал). Такие таблицы создаются как помощь в изучении большого объема информации, желая придать ему оптимальную форму для запоминания. Задание чаще всего носит обязательный характер, а его качество оценивается по качеству знаний в процессе контроля. Оформляется письменно.

Затраты времени на составление сводной таблицы зависят от объема информации. Ориентировочное время на подготовку – 1 ч.

Алгоритм:

- изучить информацию по теме;
- выбрать оптимальную форму таблицы;
- информацию представить в сжатом виде и заполнить ею основные графы таблицы;
- пользуясь готовой таблицей, эффективно подготовиться к контролю по заданной теме.

Критерии оценки:

Оценка «5» - соответствие содержания теме; логичность структуры таблицы; правильный отбор информации; наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации; соответствие оформления требованиям; работа сдана в срок;

Оценка «4» - нарушена структура таблицы или оформление не соответствует требованиям;

Оценка «3» - нарушена логичность, отсутствует обобщающий показатель, оформление не соответствует требованиям;

Оценка «2» - тема не раскрыта, оформление не соответствует требованиям.

6. Алгоритм составления логической схемы

Алгоритм:

1. Просмотрите тематический или научный обзор, и выпишите на отдельные листы заголовки разделов и подразделов;
2. Внимательно изучите каждый раздел текста, выписывая из них основные понятия и категории;
3. Еще раз прочитайте текст с целью нахождения связей между понятиями.
4. Найдите наиболее общие понятия, объединяющие содержания текста. Не исключено, что это объединяющее понятие заключено в заголовках текста;
5. Постройте логическую структуру, включающую выбранные вами понятия и категории с учетом взаимосвязи между ними;

6. Выявите в разных ветвях структуры одноименные понятия и попытайтесь устранить дублирование, видоизменяя связи между ними;

7. Уточните (достройте) структуры по выводам, имеющимся в тексте или полученным в результате собственных умозаключений;

8. Сверьте полученную логическую структуру, прочитав текст еще раз, при необходимости уточняя её.

Пример логической схемы:

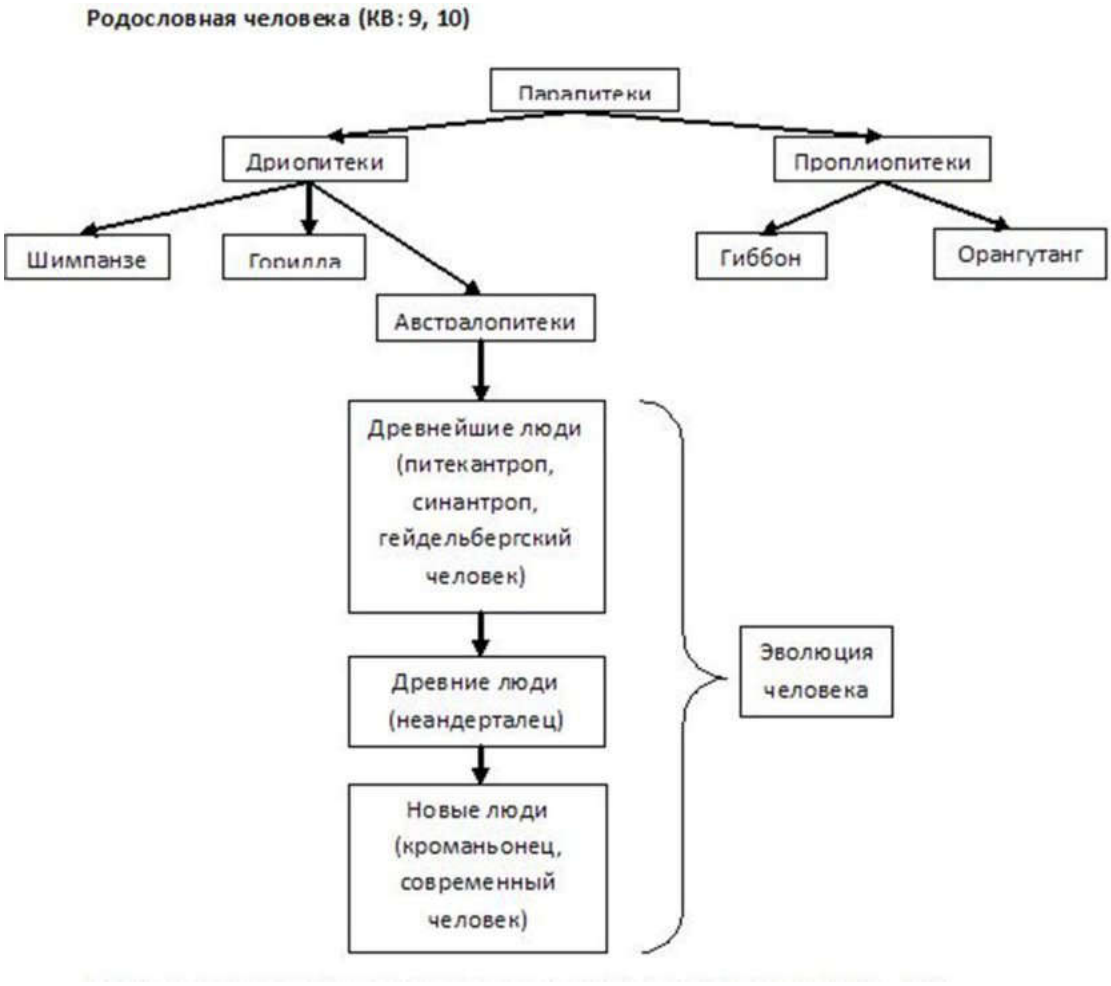


Рис. 2 - Пример логической схемы

Критерии оценки:

Оценка «5» - работа структурирована, просматриваются логические связи;

Оценка «4» - в работе нарушена логика, но материал структурирован;

Оценка «3» - в работе отсутствует логическая связь, оформление не соответствует требованиям;

Оценка «2» - тема не раскрыта, оформление не соответствует требованиям.

7. Алгоритм составления информационного сообщения

Подготовка информационного сообщения – это подготовка небольшого по объему устного сообщения для озвучивания на семинаре, практическом занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несет новизну, отражает современный взгляд по определенным проблемам.

Сообщение отличается от докладов и рефератов не только объемом информации, но и ее характером – сообщения дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию).

Регламент времени на озвучивание сообщения – до 3 мин.

Алгоритм работы:

1. Собрать и изучить литературу по теме;
2. Составить план или графическую структуру сообщения;
3. Выделить основные понятия;
4. Ввести в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения;
5. Оформить текст письменно;
6. Сдать на контроль преподавателю и озвучить в установленный срок.

Критерии оценки:

Оценка «5» полностью раскрыта тема сообщения, информация взята из нескольких источников, сообщение написан грамотно, без ошибок.

При выступлении студент продемонстрировал отличное знание материала работы, приводил соответствующие доводы, давал полные развернутые ответы на вопросы и аргументировал их.

Оценка «4» полностью раскрыта тема сообщения, информация взята из нескольких источников, сообщение написан грамотно. При выступлении студент продемонстрировал хорошее знание материала работы, приводил соответствующие доводы, но не смог дать полные развернутые ответы на вопросы и привести соответствующие аргументы.

Оценка «3» - тема сообщения раскрыта не полностью, информация взята из одного источника, сообщение написано с ошибками.

При выступлении студент продемонстрировал слабое знание материала работы, не смог привести соответствующие доводы и аргументировать сои ответы.

Оценка «2» - тема сообщения не раскрыта, информация взята из 1 источника, много ошибок в построении предложений.

При выступлении студент продемонстрировал слабое знание материала работы, не смог раскрыть тему не отвечал на вопросы.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Печатные издания:

1.**Петрова, И.В.** Общая технология отделочных строительных работ: учеб. пособие для нач. проф. образования / И. В. Петрова. — 6-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2013. — 192 с. — ISBN – 978-5-7695-9698-8. — Текст непосредственный.

2. **Завражин, Н.Н.** Технология отделочных строительных работ: учеб. пособие для нач. проф. образования. / Н. Н. Завражин — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2013. — 416с. — ISBN – 978-5-4468-0419-1. — Текст непосредственный.

3. **Долгих, А.И.** Отделочные работы: учебное пособие. / И. А. Долгих. — М.:Альфа-М: – Инфра-М», 2013. — 366 с.: ил. — (Мастер). — ISBN – 978-5-98281-090-8 («Альфа-М») ISBN – 978-5-16-002814-9 («ИНФРА-М»). — Текст непосредственный.

Электронные издания (ресурсы):

http://www.svoydom74.ru/

http://chel.v-stroim.ru/

http://www.experiment.edu.ru.

http://www.edu.ru./Строим сами

Дополнительные источники:

1. **Ивлиев, А.А.** Отделочные строительные работы: учебник для нач. проф. образования. / А. А. Ивлиев, А. А. Кальгин, О. М. Скок. — 5 - е изд. . — Москва : Издательский центр «Академия», 2007. — 488 с. — ISBN –5-94231-007-6. — Текст непосредственный.

2. **Мороз, Л.Н.** Штукатур: мастер отделочных строительных работ. / Л. Н. Мороз, П. А. Лапшин. — 5 - е изд . — Ростов н/Д : Феникс, 2009. — 251 с. — ISBN – 978-222-14136-6. — Текст непосредственный.

3. **Сериков. Л.В.** Штукатур-маляр: новый строительный справочник /

Л. В. Сериков. — 3 - е изд. — Ростов н/Д: Феникс, 2008. — 253 с. — ISBN –978-5-222-14066-6 — Текст непосредственный.

4. **Зубрилина, С.Н.** Справочник штукатура: Серия «Справочники» / С. Н. Зубрилина. — Ростов - на - Дону: Феникс, 2002. — 320 с. — ISBN –5-222-02920-4 — Текст непосредственный.

5. **Банников, Е.А.** Гипсокартонные и отделочные работы / сост. А. Е. Банников — Минск: Современная школа, 2008. — 256 с. — ISBN – 978-985 513 237 -1— Текст непосредственный.

6. **Пивоварова, М.С.** Современный справочник отделочника: ил. Профессиональное мастерство. / С. М. Пивоварова — Ростов н/Д: Феникс, 2010. — 381 с. — ISBN – 978-5-222-16942 -1— Текст непосредственный.

7. **Чичерин, И.И.** Общестроительные работы: Учеб. для нач. проф. образования. / И. И. Чичерин — М:ИРПО; Изд. Центр «Академия», 1998. — 416 с. — ISBN –5-7083-0108-2 (ИРПО), ISBN 5-7695-0232-0 (Изд. Центр «Академия» — Текст непосредственный.

8. **Куликов, О.Н.** Охрана труда в строительстве: Учебник для нач. проф. образования. / Н. О. Куликов, И. Е. Ролин — М.: ПрофОбрИздат, 2002. — 288с. — ISBN 5-94231-016-5 — Текст непосредственный.

9. **Самет, О.М.** Штукатурные работы: Серия практических пособий по повышению мастерства в жилищном строительстве. / О. М. Самет, Л. Г. Соколин — Издание второе. Исправленное и дополненное. Москва – 1962. –240 с. — Текст непосредственный.

Рекомендуемая литература:

1. **Черноус, Г.Г.** Технология штукатурных работ / Г. Г. Черноус — 5-е изд. — Москва: Издательский центр «Академия», 2017. — 240 с. — Текст непосредственный.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) по профессии 08.01.25 Мастер отделочных строительных и декоративных работ.

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

АДАПТИРОВАННАЯ ДИСЦИПЛИНА МДК 01.01. ОШТУКАТУРИВАНИЕ ПОВЕРХНОСТЕЙ

Курс 1,2

Составитель: Смирнова Л.Н.

2026

РЕЦЕНЗЕНТ:

О. В. Терехова, преподаватель ГБПОУ ЮЭТ «Южноуральский энергетический техникум»

Рассмотрено предметной (цикловой) комиссией,

протокол № от _____2026г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии К.С. Молев

Рассмотрена методическим советом и рекомендована к утверждению, протокол № от _____г.

Заместитель директора по УМР И.С.Николаева

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические указания по выполнению практических работ по МДК 01.01. «Оштукатуривание поверхностей» составлены в рамках АДАПТИРОВАННОЙ РАБОЧЕЙ программы подготовки по профессии 19727 Штукатур, разработанной на основе Единого тарифно-квалификационного справочника Приказ Минздравсоцразвития РФ от 30.04.2009 №233; §401; §402 для обучающихся -инвалидов и обучающихся с ОВЗ.

Методические рекомендации предназначены для обучающихся средних профессиональных учебных заведений, изучающих междисциплинарный курс «Оштукатуривание поверхностей», и могут использоваться как на учебных занятиях, которые проводятся под руководством преподавателя, так и для самостоятельного выполнения практических работ, предусмотренных рабочей программой во внеаудиторное время.

На практических занятиях обучающиеся овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях.

Освоение содержания МДК 01.01. «Оштукатуривание поверхностей» обеспечивает достижение обучающимися следующих умений:

- организовывать рабочее место;
- определять пригодность применяемых материалов;
- изготавливать вручную драночные щиты;
- набивать гвозди и оплетать их проволокой;
- выполнять насечку поверхностей вручную и механизированным способом;
- приготавливать вручную и механизированным способом сухие смеси обычных растворов по заданному составу;
- приготавливать растворы из сухих растворных смесей;
- выполнять сплошное выравнивание поверхностей;

- подмазывать места примыкания к стенам наличников и плинтусов;

- выполнять улучшенное оштукатуривание вручную поверхностей различной сложности;

- контролировать качество штукатурок;

- выполнять беспесчанную накрывку;

- выполнять однослойную штукатурку из готовых гипсовых смесей;

- наносить гипсовые шпатлевки;

- выполнять ремонт обычных оштукатуренных поверхностей;

Оценки за выполнение практических работ выставляются по пятибалльной системе. Оценки за практические работы являются обязательными текущими оценками по МДК 01.01. «Оштукатуривание поверхностей» и выставляются в журнале теоретического обучения.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Тема практических работ	Количество часов
ПЗ 1. Классификация зданий.	2
ПЗ 2 Классификация по капитальности	2
ПЗ 3. Классификация штукатурных покрытий.	2
ПЗ 4.Допустимые отклонения.	2
ПЗ 5. Требования строительных норм и правил (СНиП)	2
ПЗ 6. Техника безопасности на строительной площадке	2
ПЗ 7. Инструменты. Приспособления и инвентарь.	2
ПЗ 8. Контрольно-измерительные инструменты.	2
ПЗ 9. Требования строительных норм и правил (СНиП)	2
ПЗ 10. Организация рабочего места и безопасность труда	2
ПЗ 11. Подготовка кирпичных поверхностей	2
ПЗ 12. Подготовка деревянных поверхностей	2
ПЗ 13. Подготовка разнородных поверхностей	2
ПЗ 14. Оплетение проволокой по гвоздям.	2
ПЗ 15. Подготовка шлакобетонных поверхностей	2
ПЗ 16. Подготовка бетонных поверхностей	2
ПЗ 17. Работа с механизированным инструментом.	2
ПЗ 18. Перечень инструмента и приспособлений.	2
ПЗ 19. Классификация растворов.	2
ПЗ 20. Растворы для обычных штукатурок	2
ПЗ 21. Приготовления растворов из сухих смесей	2
ПЗ 22. Приготовления растворов на основе извести.	2
ПЗ 23. Безопасность труда при гашение извести	2
ПЗ 24. Дозировка пигментов для декоративных растворов.	2
ПЗ 25. Свойства штукатурных растворов от вида основания.	2
ПЗ 26. Инструменты для разравнивания раствора	2
ПЗ 27. Приемы набрасывания раствора.	2
ПЗ 28. Приемы намазывания раствора.	2
ПЗ 29. Приемы разравнивания раствора.	2
ПЗ 30. Приемы затирки и заглаживания раствора	2
ПЗ 31. Провешивание поверхностей.	2
ПЗ 32. Устройство марок и маяков.	2
ПЗ 33. Отделка лузгов, усенков, натирки фаски.	2

ПЗ 34. Точность выполнения штукатурки**.**	2
ПЗ 35. Правила обмера поверхностей.	2
ПЗ 36. Организация рабочего места	2
ПЗ 37. Оценка качества штукатурки	2
ПЗ 38. Подсчет расхода материала.	2
ПЗ 39. Простое оштукатуривание кирпичных поверхностей.	2
ПЗ 40. Простое оштукатуривание бетонных поверхностей.	2
ПЗ 41. Улучшенное оштукатуривание кирпичных поверхностей.	2
ПЗ 42. Улучшенное оштукатуривание бетонных поверхностей.	2
ПЗ 43. Улучшенное оштукатуривание деревянных поверхностей.	2
ПЗ 44. Улучшенное оштукатуривание разнородных поверхностей.	2
ПЗ 45. Заделка швов между гипсокартонными листами.	2
ПЗ 46. Высококачественное оштукатуривание кирпичных поверхностей.	2
ПЗ 47. Высококачественное оштукатуривание бетонных поверхностей.	2
ПЗ 48. Высококачественное оштукатуривание деревянных поверхностей.	2
ПЗ 49. Заделка швов между плитами перекрытия.	2
ПЗ 50. Железнение цементной штукатурки.	2
ПЗ 51. Оштукатуривание по сетчатым поверхностям.	2
ПЗ 52. Оштукатуривание заглушин.	2
ПЗ 53. Определения угла рассвета.	2
ПЗ 54. Оштукатуривание внутренних и наружных откосов.	2
ПЗ 55. Специальные штукатурки	2
ПЗ 56. Расчет расхода материалов	2
ПЗ 57. Разделка углов и раскреповок.	2
ПЗ 58 Устройство и назначение простого шаблоны.	2
ПЗ 59. Приемы провешивания колонн.	2
ПЗ 60. Оштукатуривание четырехгранных колонн	2
ПЗ 61. Вычерчивание шаблонов.	2
ПЗ 62 Вибросита. Технические характеристики.	2
ПЗ 63. Оштукатуривания поверхностей сухими смесями	2
ПЗ 64. Оштукатуривания механизированным способом.	2

ПЗ 65. Растворы для оштукатуривания фасадов.	2
ПЗ 66. Технические свойства пигментов.	2
ПЗ 67. Приемы выполнения известково-песчаных цветных штукатурок.	2
ПЗ 68. Приемы выполнения терразитовых и каменных штукатурок.	2
ПЗ 69. Приемы заготовки листов.	2
ПЗ 70. Приемы отделки стен, откосов.	2
ПЗ 71. Отделка швов.	2
ПЗ 72. Контроль качества	2
ПЗ 73. Дефекты штукатурки.	2
ПЗ 74. Способы устранения дефектов	2
ПЗ 75. Ремонт гипсокартонной поверхности	2
ПЗ 76. Ремонта декоративных штукатурок	2
ПЗ 77. Дефекты обойных работ.	2
ПЗ 78. Ремонт обойных покрытий.	2
ПЗ 79. Ремонта щелей и трещин.	2
ПЗ 80. Ремонт плит перекрытия.	2
ПЗ 81. Удаления дефектов монолитной штукатурки.	2
ПЗ 82. Ремонт кирпичной поверхности.	2
ПЗ 83. Ремонт бетонной, шлакобетонной поверхности.	2
ПЗ 84. Ремонт оштукатуренной деревянной поверхности	2
ПЗ 85. Ремонт оштукатуренной разнородной поверхности	2
Итого:	170

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1

Практическая работа № 1 «Классификация зданий».

Цель: освоить основные строительные термины, изучить классификацию и требования к зданиям, конструктивные элементы и конструктивные системы зданий.

Информационное обеспечение: конспект лекции**,** , методическое пособие по выполнению практических работ, компьютер, сканер

Вопросы для обсуждения

1. Понятие о зданиях и сооружениях. Воздействия на здания. Требования, предъявляемые к зданиям.
2. Классификация зданий по назначению, этажности, конструкции стен, способу возведения, степени долговечности и классам капитальности.
3. Конструктивные элементы зданий. Конструктивные системы и конструктивные схемы зданий.

Ход работы.

Задание 1

1. Назовите основные воздействия окружающей среды на здание и его конструкции в соответствии с обозначениями на рисунке 1.

Например: tB – температура воздуха внутри здания, tH – температура наружного воздуха и т. д. по образцу.

2. Какие из указанных воздействий являются силовыми, а какие –несиловыми?

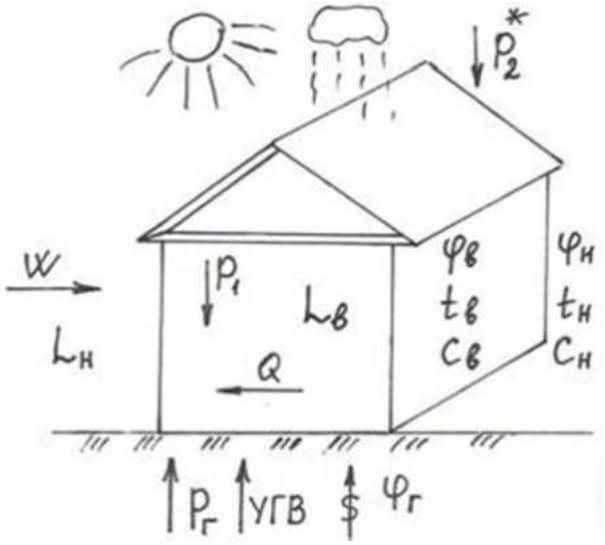


Рис.1. Воздействия внешней среды на здание и его конструкции

Задание 2

Вставьте пропущенные слова в классификацию зданий на рисунке.

Задание 3

Подберите в таблице 1 правильный ответ к каждому определению.

Таблица 1

А. предельный срок сохранения физических качеств конструкции здания в процессе эксплуатации.	
Б. способность воспринимать силовые нагрузки и воздействия без разрушения	
В. способность конструкции сохранять равновесие при силовых нагрузках и воздействиях.	
1. Прочность 2.Долговечность 3. Устойчивость	

Задание 4

Подберите в таблице 2 правильный ответ к каждому определению.

Таблица 2

А. это железобетонные или стальные балки, располагаемые под наклоном и своими окончаниями опирающиеся на площадки. Эти конструктивные элементы служат основой для крепления ступеней лестниц	
Б. это многофункциональный объект, возводимый с целью обеспечения комфортного проживания и различного рода деятельности человека	
В. предназначена для отвода влаги, при выпадении атмосферных осадках от стен здания.	
Г. является объемная материальная строительная единица, состоящая из соответствующих конструкций могут использоваться для хранения оборудования, материалов, разного рода изделий, для временного пребывания людей и пр.	
1. Здание, 2. Сооружение 3. Отмостка 4. Косоуры	

Задание 5

Дайте подробную характеристику зданию, приведенному на рисунке 3:

1. Перечислите конструктивные элементы здания в соответствии с их цифровым обозначением.

Например: 1 – фундаменты, 2 - ……..

2. Какие конструктивные элементы здания образуют:

а) надземную часть;

б) подземную часть.

3. Подсчитайте количество:

а) продольных наружных стен;

б) внутренних продольных стен;

в) подвальных перекрытий;

г) междуэтажных перекрытий.

4. Назовите конструктивные элементы, выполняющие:

а) только функции несущих элементов;

б) только функции ограждающих элементов;

в) одновременно функции несущих и ограждающих элементов.

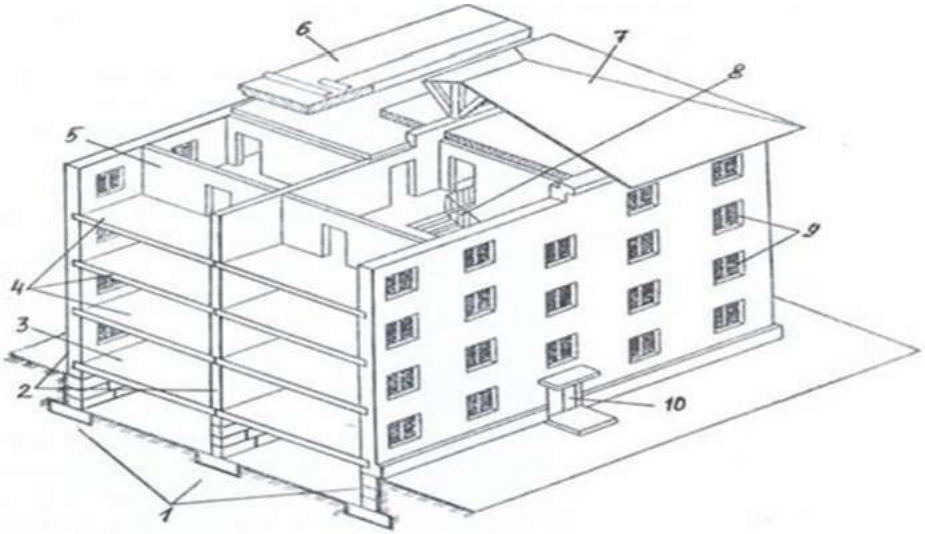


Рис.3. Конструктивные элементы гражданского здания

Вопросы и задания для самоконтроля

1. Какие постройки называются зданиями и сооружениями?

2. Сформулируйте основные требования, предъявляемые к зданиям.

3. . Классифицируйте гражданские здания по этажности.

4. Перечислите силовые и несиловые воздействия окружающей среды на здания и сооружения

5 Какие конструктивные элементы зданий образуют его подземную часть?

6. Что такое фундамент?

7. Как подразделяются стены?

8. Перечислите инструмент для подготовки поверхности под оштукатуривание.

Вывод:

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль – это форма планомерного контроля качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 2

Практическая работа № 2. «Классификация зданий по капитальности».

Цель: Освоить основные понятия о классификации зданий по капитальности, которые определяются степенью огнестойкости и степенью долговечности при условиях эксплуатации .

Основные понятия: Здания жилые и не жилые; здания каменные, облегченные, деревянные, кирпичные.

Информационное обеспечение: конспект лекции, методическое пособие по выполнению практических работ, компьютер, сканер.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятия о классификации зданий по капитальности.

2.От чего зависит срок службы здания.

3. Понятие в различии зданий от сооружений.

Ход работы.

Задание 1.Изучить материал.

Жилые:

I).Здания каменные, особо капитальные;

- фундаменты - каменные и бетонные;
- стены - каменные (кирпичные) и крупноблочные;
- перекрытия – железобетонные (срок службы – 150 лет)

II) Здания каменные, обыкновенные;
- фундаменты - каменные;
- стены - каменные (кирпичные), крупноблочные и крупнопанельные;
-перекрытия - железобетонные или смешанные, а также каменные своды по металлическим балкам (срок службы -125лет)

III) Здания каменные, облегченные;
- фундаменты каменные и бетонные;
- стены облегченной кладки из кирпича, шлакоблоков, ракушечника;
-перекрытия деревянные, железобетонные или каменные своды по металлическим балкам (срок службы 100лет)

IV) Здания деревянные, рубленые и брусчатые, смешанной конструкции;
-фундаменты - ленточные бутовые;
- стены - рубленые, брусчатые, смешанные (кирпич и дерево); перекрытия - деревянные (50)

V) Здания сборно-щитовые, каркасные, глинобитные, саманные, фахверковые;
- фундаменты - на деревянных стульях при бутовых столбах;
-стены - каркасные и др.;
-перекрытия - деревянные (срок службы 30лет)

VI) Здания каркасно-камышитовые, из досок и прочие облегченные (срок службы 15лет)

Общественные:

I) Здания каркасные, с железобетонным или металлическим каркасом, с заполнением каркаса каменными материалами (срок службы – 175 лет)

II) Здания особо капитальные, с каменными стенами из штучных камней или крупных блоков;
- колонны и столбы - железобетонные или кирпичные;

-перекрытия - железобетонные или каменные своды по металлическим балкам (срок службы 150 лет)

III) Здания с каменными стенами из штучных камней или крупных блоков;

-колонны и столбы - железобетонные или кирпичные;

перекрытия - железобетонные или каменные своды по металлическим балкам (срок службы 125лет)

IV) Здания со стенами облегченной (каменной) кладки;

- колонны и столбы - железобетонные;

-перекрытия – деревянные (срок службы 100 лет)

V) Здания со стенами облегченной кладки;

- колонны и столбы - кирпичные или деревянные;

- перекрытия – деревянные (срок службы 80 лет)

VI) Здания деревянные;

-стены - бревенчатые или брусчатые (срок службы 50лет)

VII) Здания деревянные каркасные, щитовые (срок службы 25лет)

VIII) Облегченные здания (срок службы 15 лет)

IX) Палатки, павильоны, ларьки и другие облегченные здания торговли (срок службы 10 лет)

Промышленные:

I) со сроком службы не менее 100 лет

II) со сроком службы не менее 50 лет

III) со сроком службы не менее 20 лет

Задание 2.

1.Заполните таблицу

Степень	**Виды зданий по назначению**	**Срок службы**

Вывод:

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль – это форма планомерного контроля качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3

Практическая работа № 3 «Классификация штукатурных покрытий»

Цель: Научиться классифицировать штукатурки по различным критериям.

Информационное обеспечение: плакат «Классификация штукатурных работ» из серии технология штукатурных работ, методическое пособие по выполнению практических работ, компьютер, сканер.

Ход работы

1. Проанализируйте задание.
2. Обобщив полученные знания по пройденному материалу, заполните пустующие графы таблицы
3. Ответьте на контрольные вопросы.
4. Подготовка и предоставление отчёта по практической работе.

Таблица-схема «Классификация штукатурных работ»



Контрольные вопросы:

Штукатурные работы применяются для …….

Штукатурку подразделяют по способу нанесения на …….

Монолитная штукатурка - это …..

Специальная штукатурка применяется в случаях, когда …….

Что представляет собой сухая штукатурка…….

Штукатурка — это …

В каких случаях применяют мокрую штукатурку…….

Простая штукатурка применяется при …….

Вывод:

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль – это форма планомерного контроля качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

Лекция к ПЗ № 4. Допуски при штукатурке стен

В строительстве существуют специальные нормы и правила (СНИП), которые предусматривают некоторые допуски при штукатурке стен.

Общие сведения о штукатурке

Для работы используют различные виды смесей, которые применяют в зависимости от их назначения. Также необходимо учитывать климатические условия региона, температурный режим помещения, влажность и т.п. Штукатурная смесь предназначена для защиты стен и других конструкций дома от воздействия внешней среды.

Нормы по штукатурке стен, а также допустимые отклонения по штукатурке можно найти в СНиП. Для того, чтобы оштукатуривание проходило согласно технологии, а также для создания нормальных условий для работы, готовность территории должна отвечать специальным правилам.

Особенности штукатурки согласно СНиП

- При температуре воздуха 22-24 °С каменные или кирпичные стены перед началом процедуры оштукатуривания следует сбрызгивать водой.
- Такие виды штукатурки, как улучшенная и высококачественная выполняется с помощью маяков. Их высота определяется по толщине намета раствора без учета накрывки.
- В случае отделки в один слой, сразу после нанесения смеси поверхность разравнивается. Если используется затирочная машина, нужно подождать, пока раствор схватится.
- Если штукатурное покрытие проходит в несколько слоев, после каждого этапа нанесения смеси необходимо дать слою полностью посохнуть. А вот процедуру разравнивания грунта начинают до полного схватывания смеси.
- Листы штукатурки на гипсовой основе клеятся к кирпичной кладке специальными составами. К деревянным стенам такой материал крепят с помощью гвоздей.

Мокрая штукатурка обладает многими преимуществами. Она считается универсальной: подбирая нужный состав, её используют при разных условиях. Тем не менее, как и любой строительный материал, имеет и свои

минусы. Основными недостатками штукатурки является трудоёмкий и долгий процесс выполняемой работы. Мокрая штукатурка подразделяется на простую, улучшенную и высококачественную штукатурки.

Простая штукатурка

Простая штукатурка обычно применяется в помещениях, где люди не обитают. Такие помещения не требуют идеальной отделки поверхностей. Например, подсобные помещения, подвалы, гаражи, чердаки и т.д.
Данное покрытие делается в два слоя (обрызг и грунт). При этом стены не провешивают и правилом не проверяют. Слой грунта сразу затирают без накрывки. При нанесении простой штукатурки общая высота намёта может достигать 12 миллиметров, но не больше.
Допуски по штукатурке стен в этом случае разрешены 3 мм на 1 метр площади, а по всей высоте комнаты не больше 15 мм. Учитывая высоту потолка, можно определить допустимое отклонение. Так, если длина стены в высоту 2,5 метра, то допуск составляет 7,5 мм.
При простой штукатурке допускаются не резкие неровности.
Их может быть не больше трех на 4 кв.м.
Кроме того, глубина и подъем допускается не больше 5 миллиметров.
По горизонтальной линии максимальное отклонение считается 3 мм на 1 метр площади.

Улучшенная штукатурка

Данный вид штукатурки применяется для отделки поверхностей в жилых домах, детских учреждениях, в специальных подсобных комнатах и других помещениях, требующих особой обработки стен и потолков. Улучшенная штукатурка наносится на стены в три слоя. Первый – обрызг, который в зависимости от основания, имеет разную толщину слоя. Так, обрызг по бетонным и кирпичным стенам наносится высотой 5мм.
Второй слой – грунт может иметь несколько слоев. При этом, высота цементного намета составляет 5мм, а намет из известковых смесей – 7 мм.
Третий – накрывка, толщина слоя которого равна 2 мм. Обработанная

поверхность данной штукатуркой проверяется правилом, а накрывка заглаживается.

При улучшенной штукатурке, согласно строительным нормам, отмечаются более плотные требования к различным допускам.

- Так, на 1 метр площади по вертикали допускается лишь 2 мм, а по всей высоте - 10 мм и не больше.
- На 4 кв.м. допускается только две неровные волны, глубина которых разрешена не больше 3 мм.
- По горизонтальной плоскости допуск – 2 мм.

Высококачественная штукатурка

Этот вид штукатурки используют при отделке помещений в театрах, в некоторых жилых квартирах, и других общественных местах.

При высококачественной штукатурке на поверхность наносят обрызг, от одного и больше слоев грунта и финишный слой – накрывка.

В этом случае оштукатуривание стен проводится с провешиванием и обязательным использованием маяков.

Толщина такой штукатурки может быть приблизительно 20 миллиметров.

Требования к высококачественной штукатурке стен, согласно правилам, предъявляются самые строгие.

- По вертикали на 1 метр допускаются отклонения до 1 миллиметра, а по всей высоте - 5 миллиметров.
- Допустимые погрешности на волны – 2 неровности на 4 кв.м.
- Каждая неровность может быть глубиной до 2 мм.
- По горизонтальной плоскости допустимые отклонения разрешены меньше 1 миллиметра.

Практическое занятие № 4

Практическая работа № 4 «Допустимые отклонения».

Цель: формирование умений и навыков при проверке контроля качества выполненной работы.

Материально техническое оснащение: инструкции для практических работ, конспект лекций, наглядные пособия, плакаты.

Ход работы.

1.Заполнить таблицу «Допустимые отклонения».

Простая штукатурка	**Улучшенная штукатурка**	**Высококачественная штукатурка**

Контрольные вопросы.

1.Чем и как проверяется ровность поверхности?

2.Какие инструменты применяются для проверки равности поверхности?

3. Какие отклонения поверхности от вертикали при выполнении простой штукатурки?

4. Какие отклонения поверхности от вертикали при выполнении высококачественной штукатурки?

5.Какие отклонения поверхности от горизонтали при выполнении улучшенной штукатурки?

Вывод:

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль – это форма планомерного контроля качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

Лекция к ПЗ № 5. Требования строительных норм и правил.

В настоящее время штукатурные работы регламентируются Сводом правил СП 71.13330.2017 «Изоляционные и отделочные покрытия». Этот документ является актуализированной редакцией СНиП 3.04.01-87. ГОСТ для штукатурки в настоящее время не применяется.

Свод правил СП 71.13330.2017 утвержден Министерством строительства и жилищно-коммунального хозяйства и содержит правила и общие принципы в отношении процессов в целях обеспечения соблюдения требований технических регламентов.

Свод правил это нормативный документ, рекомендующий технические решения или процедуры инженерных изысканий для строительства, проектирования, строительно-монтажных работ и изготовления строительных изделий, а также эксплуатации строительной продукции и определяющий способы достижения ее соответствия обязательным требованиям строительных норм, правил и стандартов.

Свод правил (СП)

В СП 71.13330.2017 требования к штукатурным работам указаны в главе 7 «Отделочные работы». Данный документ распространяется как на внутренние, так и на наружные работы. В нем определяются требования к технологии работ, наличию и контролю погрешностей выполнения оштукатуривания.

Ниже приведены основные выдержки из данного документа относительно штукатурных работ.

7.1.1 Отделочные работы в помещениях следует проводить при температуре окружающей среды и отделываемых поверхностей от 5°С до 30°С, относительной влажности воздуха не более 60%, если иное не указано

производителем материала. Данный температурновлажностный режим в помещении необходимо поддерживать круглосуточно в течение всего периода производства отделочных работ и не менее чем за 2 суток до начала и 12 суток после окончания работ.

7.1.8 Перед нанесением каждого последующего слоя необходимо провести обеспыливание обрабатываемой поверхности и, при необходимости, обработать основание грунтовочным составом для снижения или выравнивания его впитывающей способности.

7.2.6 Штукатурный раствор на цементном или известково-цементном вяжущем допускается наносить как в один слой, так и послойно согласно инструкции производителя материала. При устройстве многослойного штукатурного покрытия каждый слой необходимо наносить после схватывания предыдущего. В зависимости от типа работ, штукатурного раствора, типа основания, неровности стены и толщины слоя, если это предусмотрено проектом, выбирается, при необходимости, штукатурная сетка и крепится на стену.

7.2.7 При выполнении внутренних штукатурных работ растворами на гипсовой основе допускается проводить работы без использования штукатурной сетки. Штукатурные растворы на гипсовой основе наносят в один слой, если иное не установлено производителем материала.

Качество производства штукатурных работ оценивают согласно требованиям:

Отклонения	**Простая штукатурка**	**Улучшенная штукатурка**	**Высококачественная штукатурка**
Отклонение от вертикали	Не более 3 мм на 1 м, но не более 10 мм на всю высоту помещения	Не более 2 мм на 1 м, но не более 10 мм на всю высоту помещения	Не более 0,5 мм на 1 м, но не более 5 мм на всю высоту помещения
Отклонение по горизонтали	Не более 3 мм на 1 м	Не более 3 мм на 1 м	Не более 1 мм на 1 м
Неровности поверхности плавного очертания	Не более 4 шт. на 1 м, но не более 10 мм на весь элемент	Не более 2 шт., глубиной (высотой) до 3 мм	Не более 2 шт., глубиной (высотой) до 1 мм

Отклонения	Простая штукатурка	Улучшенная штукатурка	Высококачественная штукатурка
Отклонение оконных и дверных откосов, пилястр, столбов и т.п. от вертикали и горизонтали	Не более 4 мм на 1 м, но не более 10 мм на весь элемент	На площади 4 не более 4 мм на 1 м, но не более 10 мм на весь элемент	На площади 4 не более 2 мм на 1 м, но не более 5 мм на весь элемент
Отклонение радиуса криволинейных поверхностей от проектного значения	Не более 10 мм на весь элемент	Не более 7 мм на весь элемент	Не более 4 мм на весь элемент
Отклонение ширины откоса от проектной	Не более 5 мм	Не более 3 мм	Не более 2 мм

Практическое задание № 5

Практическая работа № 5 «Требования строительных норм и правил (СНиП).

Тема: Требования строительных норм и правил (СНиП).

Цель: формирование умений и навыков по оценке качества выполненных работ.

Материально техническое оснащение: учебник А.А. Ивлиев "Отделочные строительные работы", СНиП на отделочные работы.

Ход работы.

1. Проработать материал по учебнику, конспекту, изучить СНиП.

2. Заполнить таблицу: Оценка качества отделочных работ

Оценка качества работ	
Показатели	Допускаемые отклонения

качества работ	простой	улучшенной	высококачественной

3. Ответить на вопросы:

- С какой целью производят оштукатуривание поверхностей?
- Перечислить виды штукатурок, где они применяются?
- Какие требования предъявляются к штукатуркам?

4. Вывод:

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль – это форма планомерного контроля

качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

Лекция ПЗ № 6. Техника безопасности на строительной площадке.

Организация строительной площадки:

Расположение временных и постоянных дорог, сетей электро- и водоснабжения, расположение кранов, складских площадок, санитарно-бытовых помещений **должна соответствовать стройгенплану.**

Требования безопасности к подготовке строительной площадки

Строительная площадка — это площадка в пределах участка, отведённого под застройку.

Требования, предъявляемые к строительной площадке: Строительную площадку в населенных местах или на территории действующих предприятий ограждают. Если строительную площадку оградить невозможно, границы ее обозначают соответствующими знаками и надписями.

Строящиеся объекты, расположенные вдоль улиц, проездов и проходов общего пользования, ограждаются согласно ГОСТ 23407—78.

Панели ограждения устанавливаются на расстоянии не менее 10 м от строящегося объекта, оборудуются защитным козырьком над пешеходной дорожкой.

Подготовительный период :

- строительную площадку освобождают от всех мешающих возведению объекта зданий(деревьев, сооружений и др.);
- выполняют первоочередные работы по планировке территории, обеспечивающие временный сток поверхностных вод;
- переносят существующие подземные и наземные сети;
- устраивают временное освещение,
- монтируют временные или постоянные источники и сети водо- и энергоснабжения;
- строят подъездные пути и автомобильные дороги;

- устраивают необходимые временные сооружения для размещения и обслуживания строителей, используя для этого в первую очередь существующие здания и сборно-разборные или передвижные временные бытовые сооружения, выполняют разбивку и др.

Эти и другие работы обычно фиксируются на стройгенплане.

Начало строительства.

- У въезда на стройплощадку размещают эмблему и щит,

на которых указывают основные характеристики строительства

- До начала строительства на площадке сооружают подъездные пути и внутриплощадочные дороги, обеспечивающие удобные подъезды и проезды транспортных машин с материалами и конструкциями ,

- На строительной площадке устраивают сквозные дороги со специальными площадками для разгрузки транспорта.

Движение и скорость

На подъездах и на самой строительной площадке устанавливают необходимые дорожные знаки, оборудуют и обозначают безопасные проходы для пешеходов.

Скорость движения автотранспорта вблизи мест производства работ не должна

превышать 10 км/ч на прямых участках и 5 км/ч на поворотах

Освещенность

Для обеспечения безопасности производства работ в темное время суток все места возможного

выполнения работ освещаются в соответствии с нормами СН 81 — 80.

Устраивают также аварийное и охранное освещение.

Опасные зоны обозначают знаками безопасности и надписями установленной формы. К зонам постоянно действующих опасных производственных факторов относятся:

- ✓ зоны вблизи от неизолированных токоведущих частей

электроустановок;

- ✓ участки вблизи от неогражденных перепадов по высоте на 1,3 м и более;
- ✓ места перемещения, машин и оборудования или их частей и рабочих органов;
- ✓ места содержания вредных веществ в концентрации выше предельно допустимой или воздействия шума интенсивностью выше предельно допустимой;
- ✓ места, над которыми происходит перемещение грузов кранами.

Требования к содержанию территории строительной площадки

Ограждения:

По конструктивному решению ограждения бывают:

- панельные,
- панельно-стоечные,
- стоечные.

Окраска ограждений выполняется по ГОСТ 12.4.026 — 76 в виде чередующихся наклонных под углом 45...60° или прямых (вертикальных или горизонтальных) полос желтого и черного цвета. Соотношение ширины полос 1:1.

Защитно-охранные ограждения должны быть только сплошными.

Проезды, проходы и рабочие места требуется регулярно очищать, не загромождать, а расположенные вне здания — посыпать песком в зимнее время.

Проходы с уклоном более 20° оборудуются трапами или лестницами с ограждением.

Строительный мусор со строящихся зданий

и лесов предусматривается опускать

по закрытым желобам, в закрытых ящиках

или контейнерах.

Нижний конец желоба должен находиться не выше 1 м

Сбрасывать мусор без желобов или других приспособлений

разрешается с высоты не более 3 м. Места, на которые сбрасывается мусор,

со всех сторон ограждают или устанавливают надзор для предупреждения

Практическое задание № 6

Практическая работа № 6 «Техника безопасности на строительной площадке».

Тема: Техника безопасности на строительной площадке.

Цель: Ознакомление обучающихся с безопасной организацией строительной площадки.

Учебно-материальное обеспечение: учебный элемент « Безопасная организация строительной площадки»,Охрана труда в строительстве: Учебник для СПО /О.Н. Куликов, е.и. Родин - М.:ПрофОбрИздат, 2016-288с.

Ход работы:

Указания к работе:

1.Проанализируйте задание.

2. Ответьте на поставленные вопросы.

3.Сделайте вывод.

Строительная площадка — это _____

_____

Стройгенплану должно соответствовать _____

_____

_____

Требования предъявляемые к строительной площадке:

_____

_____

Работы, проводящиеся в подготовительный период :_____

_____

_____

_____

На строительной площадке устраивают: _____

_____

_____

_____

_____

Скорость движения автотранспорта вблизи мест производства работ не должна _____

Освещенность строительной площадки _____

_____

_____

Вывод:

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль – это форма планомерного контроля качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Печатные издания:

1.**Петрова, И.В.** Общая технология отделочных строительных работ: учеб. пособие для нач. проф. образования / И. В. Петрова. — 6-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2013. — 192 с. — ISBN – 978-5-7695-9698-8. — Текст непосредственный.

2. **Завражин, Н.Н.** Технология отделочных строительных работ: учеб. пособие для нач. проф. образования. / Н. Н. Завражин — 3-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2013. — 416с. — ISBN – 978-5-4468-0419-1. — Текст непосредственный.

3. **Долгих, А.И.** Отделочные работы: учебное пособие. / И. А. Долгих. — М.:Альфа-М: – Инфра-М», 2013. — 366 с.: ил. — (Мастер). — ISBN – 978-5-98281-090-8 («Альфа-М») ISBN – 978-5-16-002814-9 («ИНФРА-М»). — Текст непосредственный.

Электронные издания (ресурсы):

http://www.svoydom74.ru/

http://chel.v-stroim.ru/

http://www.experiment.edu.ru.

http://www.edu.ru./Строим сами

Дополнительные источники:

1. **Ивлиев, А.А.** Отделочные строительные работы: учебник для нач. проф. образования. / А. А. Ивлиев, А. А. Кальгин, О. М. Скок. — 5 - е изд. . — Москва : Издательский центр «Академия», 2007. — 488 с. — ISBN –5-94231-007-6. — Текст непосредственный.

2. **Мороз, Л.Н.** Штукатур: мастер отделочных строительных работ. / Л. Н. Мороз, П. А. Лапшин. — 5 - е изд . — Ростов н/Д : Феникс, 2009. — 251 с. — ISBN – 978-222-14136-6. — Текст непосредственный.

3. **Сериков. Л.В.** Штукатур-маляр: новый строительный справочник /

Л. В. Сериков. — 3 - е изд. — Ростов н/Д: Феникс, 2008. — 253 с. — ISBN –978-5-222-14066-6 — Текст непосредственный.

4. **Зубрилина, С.Н.** Справочник штукатура: Серия «Справочники» / С. Н. Зубрилина. — Ростов - на - Дону: Феникс, 2002. — 320 с. — ISBN –5-222-02920-4 — Текст непосредственный.

5. **Банников, Е.А.** Гипсокартонные и отделочные работы / сост. А. Е. Банников — Минск: Современная школа, 2008. — 256 с. — ISBN – 978-985 513 237 -1— Текст непосредственный.

6. **Пивоварова, М.С.** Современный справочник отделочника: ил. Профессиональное мастерство. / С. М. Пивоварова — Ростов н/Д: Феникс, 2010. — 381 с. — ISBN – 978-5-222-16942 -1— Текст непосредственный.

7. **Чичерин, И.И.** Общестроительные работы: Учеб. для нач. проф. образования. / И. И. Чичерин — М:ИРПО; Изд. Центр «Академия», 1998. — 416 с. — ISBN –5-7083-0108-2 (ИРПО), ISBN 5-7695-0232-0 (Изд. Центр «Академия» — Текст непосредственный.

8. **Куликов, О.Н.** Охрана труда в строительстве: Учебник для нач. проф. образования. / Н. О. Куликов, И. Е. Ролин — М.: ПрофОбрИздат, 2002. — 288с. — ISBN 5-94231-016-5 — Текст непосредственный.

9. **Самет, О.М.** Штукатурные работы: Серия практических пособий по повышению мастерства в жилищном строительстве. / О. М. Самет, Л. Г. Соколин — Издание второе. Исправленное и дополненное. Москва – 1962. –240 с. — Текст непосредственный.

Рекомендуемая литература:

1. **Черноус, Г.Г.** Технология штукатурных работ / Г. Г. Черноус — 5-е изд. — Москва: Издательский центр «Академия», 2017. — 240 с. — Текст непосредственный.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) по профессии 08.01.25 Мастер отделочных строительных и декоративных работ.

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПО ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Адаптированная дисциплина ПМ.02 Выполнение малярных работ

Составитель: Пятикоп И. М.

2026

РЕЦЕНЗЕНТ:

1.Преподаватель ГБПОУ «ЮЭТ» _____О. В. Терехова

Рассмотрено предметной (цикловой) комиссией,
протокол № от _____2026г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии К.С. Молев

Рассмотрена методическим советом и рекомендована к утверждению, протокол № от _____2026г.

Заместитель директора по УМР И.С. Николаева

УВАЖАЕМЫЙ ОБУЧАЮЩИЙСЯ!

Методические указания по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы созданы Вам в помощь для работы во внеурочное время.

Наличие положительной оценки (отметки о выполнении) по каждому виду самостоятельной работы необходимо для получения допуска к экзамену по учебной дисциплине ПМ.02 «Выполнение малярных работ», поэтому в случае невыполнения работы по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за внеаудиторную самостоятельную работу Вы должны найти время для ее выполнения или пересдачи.

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

Желаем Вам успехов!!!

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы

Рекомендации по организации различных форм внеаудиторной самостоятельной работы

1. Работа с конспектом лекций

2. Работа с контрольными вопросами

3. Составление опорного конспекта

4.Работа с опорным конспектом

5. Алгоритм составления таблицы

6. Алгоритм составления логической схемы

7.Алгоритм составления информационного сообщения

8. Алгоритм решения производственной ситуации

9. Алгоритм подготовки доклада

10. Алгоритм решения количественных задач

11. Алгоритм решения качественных задач

Список литературы и интернет-ресурсов

Приложения

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Самостоятельная внеаудиторная работа студентов предусмотрена Федеральным государственным образовательным стандартом по профессии 19727 Штукатур. Она направлена на повышение качества подготовки компетентного конкурентоспособного специалиста, приспособленного к самостоятельной профессионально-ориентированной деятельности на основе сформированных знаний, умений, опыта, общих и профессиональных компетенций.

Настоящие методические рекомендации составлены в соответствии с требованиями программы по МДК.02.01 «Малярные работы». Учебным планом на изучение курса отводится 519 часов, в том числе самостоятельная внеаудиторная работа – 55 часов.

Выполнение самостоятельной внеаудиторной работы способствует:

- активизации умственной деятельности и самостоятельному усвоению знаний;
- выработке профессиональных умений и навыков;
- формированию общих и профессиональных компетенций;
- развитию познавательных и творческих способностей личности;
- побуждению к научно-исследовательской работе;

В «Методических рекомендациях» даны задания для самостоятельной внеаудиторной работы по изучаемым темам, рекомендации по выполнению каждого вида заданий.

Контроль выполненных заданий осуществляется на учебных или дополнительных занятиях. За каждое выполненное задание выставляется оценка в журнал.

СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ по МДК. 02.01 Малярные работы

Тема	Содержание темы	Задания для самостоятельной работы	Время, затраченное на выполнение внеаудиторной самостоятельной работы
II курс			
Подготовительные работы при производстве малярных работ.	Общие сведения о малярных работах. Классификация.	Подготовить устное сообщение по теме «Классификация малярных работ».	2
Подготовительные работы при производстве малярных работ.	Подготовка поверхности под окрашивание и оклейку обоями.	Работать над опорным конспектом	2
Инструменты и механизация в малярных работах.	Применяемые ручные инструменты и механизмы, применяемые в малярных работах.	Изучить конспект	2
Ручные краскопульты	Устройство, принцип работы ручного краскопульта.	Подготовить устное сообщение по теме «Устройство, принцип работы ручного краскопульта».	2
Тема 2.1. Составы для малярных работ.	Общие сведения о малярных составах	Составить опорный конспект по теме «Сортамент и маркировка лакокрасочных материалов»	3
Определение видов окраски и объема работ	Виды малярных окрасок. Подсчет объема работ.	Изучить конспект	2
Инструменты и механизация. Краскораспылители.	Применяемые ручные инструменты и механизмы, применяемые в малярных работах.	Изучить конспект	2
Тема 1.3. Шпатлевание и грунтование поверхностей вручную.	Грунтовочные составы. Виды грунтовочных составов.	Изучить конспект	2
Шпатлевки. Назначение. Виды.	Классификация шпатлевок по составу, по виду и способу нанесения.	Составить опорный конспект по теме «Способы и правила нанесения шпатлевочных составов на поверхность вручную».	2
Шпатлевание поверхностей вручную.	Технологический процесс и особенности шпатлевания вручную.	Изучить конспект	2

Тема 1.4. Окрашивание поверхностей.	Водные окраски. Связующие для водных окрасочных составов. Классификация.	Составить опорный конспект по теме «Требования, предъявляемые к качеству окрашенных и побеленных поверхностей».	2
Водные окрасочные составы. Виды. Назначение.	Состав водных окрасок. Способ и место применения.	Подготовить устное сообщение по теме «Инструменты, применяемые в малярных работах».	2
Неводные окраски. Связующие для неводных окрасочных составов. Классификация	Состав неводных окрасок. Способ и место применения.	Работать над опорным конспектом	2
Олифы. Виды. Назначение.	Состав окрасок на основе олифы. Способ и место применения.	Изучить конспект	2
Покрытие поверхностей лаками на основе битума.	Состав окрасок лаками на основе битума. Способ и место применения.	Изучить конспект	2
Тема 1.5. Оклеивание поверхности обоями.	Виды оклеечных и обойных материалов Классификация.	Подготовить устное сообщение по теме «Охрана труда и техника безопасности при производстве малярных работ».	3
Сортамент, маркировка обойных материалов.	Виды обоев. Применяемые основные обозначения.	Работать над опорным конспектом	3
Способы и правила оклеивания поверхностей обоями.	Технологический процесс оклеивания разнородных поверхностей обоями.	Составить инструкционно –технологическую карту «Технологические операции при подготовке поверхностей под оклеивание их обоями»	3
Требования к поверхностям. Клеи.	Технологический процесс подготовки поверхности под оклеивание обоями. Разновидности клеящих составов.	Изучить конспект	3
Всего часов:			55

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Работа с конспектом лекций

Хорошо составленный конспект помогает усвоить материал. В конспекте кратко излагается основная суть учебного материала, приводятся необходимые обоснования, табличные данные, схемы, эскизы, расчеты и т.п. Конспект целесообразно составлять целиком на тему.

Алгоритм:

1. Внимательно прочитайте текст не менее двух раз весь предложенный материал изучаемой темы;
2. Внимательно прочитай текст по частям (абзацам), выделите главное. Отметьте желтым маркером термины и мысли, знакомые и понятные Вам, отметьте зелёным маркером термины и мысли не понятные Вам, и затем постарайтесь самостоятельно найти ответы на свои вопросы, отметьте красным маркером термины и мысли, так и оставшиеся не понятными, чтобы задать вопросы преподавателю.
3. Разберитесь с тем, что означают новые термины, названия, используйте для этого кроме глоссария и словари, не пропускайте слово, значение которого вам не ясно.
4. Вернитесь до того места, где материал показался запутанным, трудным.
5. Тщательно изучите рисунки, схемы, поясняющие данный текст.
6. Внесите в тетрадь записи важных определений, терминов, названий.
7. Прочитанный текст нужно подвергнуть большей, чем простое заучивание, обработке:

- прокомментировать новые данные;
- оценить их значение;
- поставить вопросы;
- сопоставить полученные сведения с ранее изученными.

8. Ответьте на контрольные вопросы (если такие имеются)

Критерии оценки:

Качество выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов оценивается посредством текущего контроля самостоятельной работы студентов. Текущий контроль – это форма планомерного контроля качества и объема, приобретаемых студентом компетенций в процессе изучения дисциплины.

Максимальное количество баллов *«5»* студент получает, если:

✓ Обстоятельно с достаточной полнотой излагает соответствующую тему;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«4»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые студент исправляет после замечания преподавателя;

✓ Дает правильные формулировки, точные определения, понятия терминов;

✓ Может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры;

✓ Правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания студентом данного материала.

Оценку *«3»* студент получает, если:

✓ Неполно, но правильно изложено задание;

✓ При изложении была допущена 1 существенная ошибка;

✓ Знает и понимает основные положения данной темы, но допускает неточности в формулировке понятий;

✓ Излагает выполненное задание недостаточно логично и последовательно;

✓ Затрудняется при ответах на вопросы преподавателя.

Оценка «*2*» ставится, если:

✓ Неполно изложено задание;

✓ При изложении были допущены существенные ошибки, т.е. не соответствует требованиям, установленным преподавателем к данному виду работы.

2. Работа с контрольными вопросами

Алгоритм:

1. Выберите материал по данным вопросам из учебников, нормативно-справочному материалу, и конспекту.
2. Выбранный материал для ответов на вопросы выпишите в тетрадь
3. Внимательно прочитайте контрольные вопросы, спланировав свой ответ.
4. Прочитайте выписанные ответы.
5. Попытайтесь ответить устно на каждый вопрос.

Критерии оценки:

Оценка «5» - Полнота использования учебного материала. Логика изложения (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

Оценка «4»- Использование учебного материала не полное. Не достаточно логично изложено (наличие схем, количество смысловых связей между понятиями). Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении.

Оценка «3» - Использование учебного материала не полное. Не достаточно логично изложено. Наглядность (наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта). Грамотность (терминологическая и орфографическая). Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

Оценка «2» - Использование учебного материала не полное. Отсутствуют схемы, количество смысловых связей между понятиями. Отсутствует наглядность

(наличие рисунков, символов, и пр.; аккуратность выполнения, читаемость конспекта. Допущены ошибки терминологические и орфографические. Отсутствие связанных предложений, только опорные сигналы – слова, словосочетания, символы. Не самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.

3. Составление опорного конспекта

Опорный конспект – это развернутый план вашего ответа на теоретический вопрос. Он призван помочь последовательно изложить тему, а преподавателю лучше понять и следить за логикой ответа.

Опорный конспект должен содержать все то, что учащийся собирается предъявить преподавателю в письменном виде. Это могут быть чертежи, графики, формулы, формулировки законов, определения, структурные схемы.

Основные требования к содержанию опорного конспекта

1. Полнота – это значит, что в нем должно быть отображено все содержание вопроса.
2. Логически обоснованная последовательность изложения.

Основные требования к форме записи опорного конспекта

1. Опорный конспект должен быть понятен не только вам, но и преподавателю.
2. По объему он должен составлять примерно один - два листа, в зависимости от объема содержания вопроса.
3. Должен содержать, если это необходимо, несколько отдельных пунктов, обозначенных номерами или пробелами.
4. Не должен содержать сплошного текста.
5. Должен быть аккуратно оформлен (иметь привлекательный вид).

Методика составления опорного конспекта

1. Разбейте текст на отдельные смысловые пункты.
2. Выделите пункт, который будет главным содержанием ответа. Составьте краткий план ответа по теме.

3. Придайте плану законченный вид (в случае необходимости вставить дополнительные пункты, изменить последовательность расположения пунктов).
4. Запишите получившийся план в тетради в виде опорного конспекта, вставив в него все то, что должно быть, написано – определения, формулы, выводы, формулировки, выводы формул, формулировки законов и т.д.

Затраты времени при составлении опорного конспекта зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающихся и определяются преподавателем. Ориентировочное время на подготовку – 2ч

Критерии оценки:

- соответствие содержания теме, 1 балл;
- правильная структурированность информации, 3 балла;
- наличие логической связи изложенной информации, 4балла;
- соответствие оформления требованиям, 3 балла;
- аккуратность и грамотность изложения, 3 балла;
- работа сдана в срок, 1 балл.

Максимальное количество баллов: 15.

14-15 баллов соответствует оценке «5», 11-13 баллов – «4»,8-10 баллов – «3»

менее 8 баллов – «2»

4.Работа с опорным конспектом

Опорный конспект составляется преподавателем или используются готовые опорные конспекты. Его функция – помочь обучающимся самостоятельно изучить тему, искать недостающую информацию в учебнике, при этом дополнять опорный конспект, указывая страницы учебника и отвечая на поставленные вопросы, а также показать знание материала, отвечая на вопросы в опорном конспекте и выполняя задания по данной теме.

Используя работу с опорным конспектом, студенты учатся чётко отвечать на поставленные вопросы, задавать вопросы самостоятельно, выполнять необходимые задания, составлять связный рассказ, а также делать выводы.

Затраты времени на работу с опорным конспектом зависят от сложности материала по теме, индивидуальных особенностей обучающихся и определяются преподавателем. Ориентировочное время – 1 ч.

Алгоритм работы по опорному конспекту.

1. Ознакомьтесь с содержанием опорного конспекта.
2. Ответьте на поставленные в опорном конспекте вопросы (преподаватель при этом напоминает о том, что в каждом вопросе имеется ключевое слово для ответа отвечать на вопрос нужно полным предложением).
3. Составьте дополнительные вопросы по данной теме. Отвечая на вопросы и задавая их на этапе изучения новой темы, часто используются не только опорный конспект, но и работа с учебником. В опорном конспекте можно указывать конкретные страницы, на которых имеется информация для ответа на вопросы, т.е. отрабатывается попутно умение отвечать на вопрос, используя учебник.
4. Выполните предложенные в опорном конспекте задания по теме, типа:

а) установите соответствие:

б) выберите верный ответ:

в) какие утверждения верны:

г) найдите лишнее слово.

5. Сделайте обобщение по изучаемой теме, используя в качестве пунктов плана, выделенные другим шрифтом заголовки в опорном конспекте.

Критерии оценки:

- проведена работа с учебником, указаны станицы в конспекте, 1 балл;
- даны правильные полные ответы на поставленные вопросы, 3 балла;
- составлены грамотные по смыслу вопросы к изучаемой теме, 4балла;
- выполнены задания верно, 4 балла;
- аккуратность и грамотность изложения, 1 балл;
- составлен план ответа, сделаны выводы, 2 балла;

- работа сдана в срок, 1 балл.

Максимальное количество баллов: 16.

15-16 баллов соответствует оценке «5», 11-14 баллов – «4», 8-10 баллов – «3» менее 8 баллов – «2».

5. Алгоритм составления таблицы

Составление таблицы - это вид самостоятельной работы по систематизации объемной информации, которая сводится (обобщается) в рамки таблицы. Формирование структуры таблицы отражает умение систематизировать материал и развивает умения по структурированию информации. Краткость изложения информации характеризует способность к ее свертыванию. В рамках таблицы наглядно отображаются как разделы одной темы (одноплановый материал), так и разделы разных тем (многоплановый материал). Такие таблицы создаются как помощь в изучении большого объема информации, желая придать ему оптимальную форму для запоминания. Задание чаще всего носит обязательный характер, а его качество оценивается по качеству знаний в процессе контроля. Оформляется письменно.

Затраты времени на составление сводной таблицы зависят от объема информации. Ориентировочное время на подготовку – 1 ч.

Алгоритм:

- изучить информацию по теме;
- выбрать оптимальную форму таблицы;
- информацию представить в сжатом виде и заполнить ею основные графы таблицы;
- пользуясь готовой таблицей, эффективно подготовиться к контролю по заданной теме.

Критерии оценки:

Оценка «5» - соответствие содержания теме; логичность структуры таблицы; правильный отбор информации; наличие обобщающего (систематизирующего, структурирующего, сравнительного) характера изложения информации;

соответствие оформления требованиям; работа сдана в срок;

Оценка «4» - нарушена структура таблицы или оформление не соответствует требованиям;

Оценка «3» - нарушена логичность, отсутствует обобщающий показатель, оформление не соответствует требованиям;

Оценка «2» - тема не раскрыта, оформление не соответствует требованиям.

6. Алгоритм составления логической схемы

Алгоритм:

1. Просмотрите тематический или научный обзор, и выпишите на отдельные листы заголовки разделов и подразделов;
2. Внимательно изучите каждый раздел текста, выписывая из них основные понятия и категории;
3. Еще раз прочитайте текст с целью нахождения связей между понятиями.
4. Найдите наиболее общие понятия, объединяющие содержания текста. Не исключено, что это объединяющее понятие заключено в заголовках текста;
5. Постройте логическую структуру, включающую выбранные вами понятия и категории с учетом взаимосвязи между ними;
6. Выявите в разных ветвях структуры одноименные понятия и попытайтесь устранить дублирование, видоизменяя связи между ними;
7. Уточните (достройте) структуры по выводам, имеющимся в тексте или полученным в результате собственных умозаключений;
8. Сверьте полученную логическую структуру, прочитав текст еще раз, при необходимости уточняя её.

Пример логической схемы:

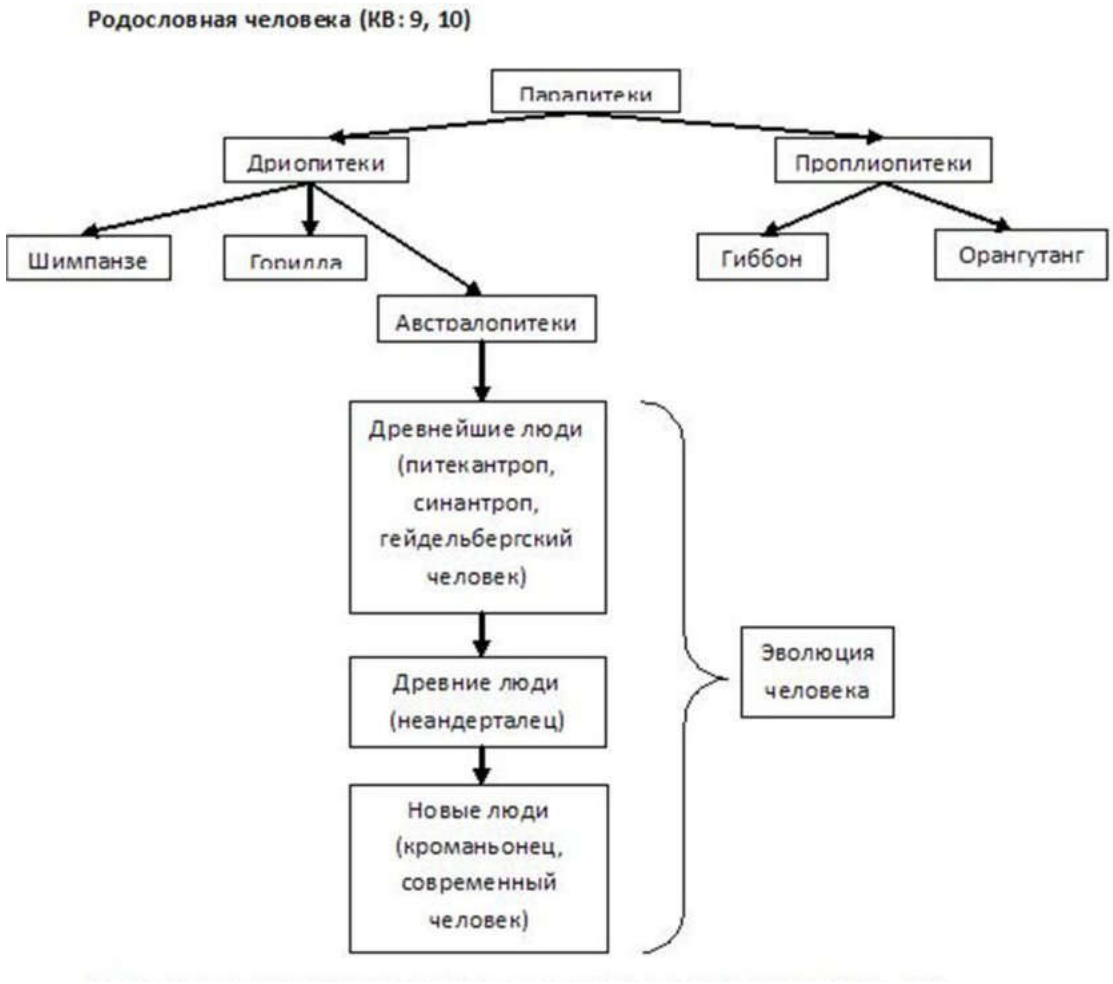


Рис. 2 - Пример логической схемы

Критерии оценки:

Оценка «5» - работа структурирована, просматриваются логические связи;

Оценка «4» - в работе нарушена логика, но материал структурирован;

Оценка «3» - в работе отсутствует логическая связь, оформление не соответствует требованиям;

Оценка «2» - тема не раскрыта, оформление не соответствует требованиям.

7. Алгоритм составления информационного сообщения

Подготовка информационного сообщения – это подготовка небольшого по объему устного сообщения для озвучивания на семинаре, практическом занятии. Сообщаемая информация носит характер уточнения или обобщения, несет новизну, отражает современный взгляд по определенным проблемам.

Сообщение отличается от докладов и рефератов не только объемом информации, но и ее характером – сообщения дополняют изучаемый вопрос фактическими или статистическими материалами. Оформляется задание письменно, оно может включать элементы наглядности (иллюстрации, демонстрацию).

Регламент времени на озвучивание сообщения – до 3 мин.

Алгоритм работы:

1. Собрать и изучить литературу по теме;
2. Составить план или графическую структуру сообщения;
3. Выделить основные понятия;
4. Ввести в текст дополнительные данные, характеризующие объект изучения;
5. Оформить текст письменно;
6. Сдать на контроль преподавателю и озвучить в установленный срок.

Критерии оценки:

Оценка «5» полностью раскрыта тема сообщения, информация взята из нескольких источников, сообщение написан грамотно, без ошибок.

При выступлении студент продемонстрировал отличное знание материала работы, приводил соответствующие доводы, давал полные развернутые ответы на вопросы и аргументировал их.

Оценка «4» полностью раскрыта тема сообщения, информация взята из нескольких источников, сообщение написан грамотно. При выступлении студент продемонстрировал хорошее знание материала работы, приводил соответствующие доводы, но не смог дать полные развернутые ответы на вопросы и привести соответствующие аргументы.

Оценка «3» - тема сообщения раскрыта не полностью, информация взята из одного источника, сообщение написано с ошибками.

При выступлении студент продемонстрировал слабое знание материала работы, не смог привести соответствующие доводы и аргументировать сои ответы.

Оценка «2» - тема сообщения не раскрыта, информация взята из 1 источника, много ошибок в построении предложений.

При выступлении студент продемонстрировал слабое знание материала работы, не смог раскрыть тему не отвечал на вопросы.

8. Алгоритм решения производственной ситуации

Алгоритм:

1.Этап: практический анализ ситуации (действующие лица, обстоятельства) определение проблемы.

2. Этап: определение проблемных узлов (возможные причины и прогнозируемые последствия развития ситуации).

3.Этап: Условное прогнозирование развития ситуации.

-Определение окончательной гипотезы, формулировка решения ситуации, обязательна опора на принципы профессиональной этики.

-Определение способов и методов коррекционного воздействия.

-Формулировка итоговых выводов.

4. Этап: решение – ответ строится в соответствии с примерным планом:

-анализ ситуации, с примерами из задания, доказательствами из теоретического материала по учебным дисциплинам, обязательное использование профессиональных терминов. Если есть необходимость проанализировать ошибочные или правильные действия участников (обоснованная личная позиция приветствуется).

- предлагаемые варианты действий, обоснованные теоретически и, желательно, подкрепленные практическим личным опытом.

-прогноз вероятностного развития ситуации, обоснованный и доказательный.

Критерии оценки:

Оценка «5» выставляется в случае полного рассмотрения вопроса, аргументированного выражения своей позиции, отсутствия ошибок, грамотного текста, точность формулировок и т.д.;

Оценка «4» выставляется в случае полного выполнения всего объема работ при наличии несущественных ошибок, не повлиявших на общий результат работы и т.д.;

Оценка «3» выставляется в случае недостаточно полного рассмотрения проблемы, при наличии ошибок, которые не оказали существенного влияния на окончательный результат.;

Оценка «2» выставляется в случае, если тема не раскрыта, работа выполнена крайне небрежно и т.д.

9.Алгоритм подготовки доклада

Доклад – это устное выступление на заданную тему. В учебных заведениях время доклада, как правило, составляет 5-15 минут. Цели доклада:

1. Научиться убедительно и кратко излагать свои мысли в устной форме. (Эффективно демонстрировать свой интеллектуальный продукт).
2. Донести информацию до слушателя, установить контакт с аудиторией и получить обратную связь.

План и содержание доклада

Важно при подготовке доклада учитывать три его фазы: мотивацию, убеждение, побуждение.

В первой фазе доклада рекомендуется использовать:

· риторические вопросы;

· актуальные местные события;

· личные происшествия;

· истории, вызывающие шок;

· цитаты, пословицы;

· возбуждение воображения;

· оптический или акустический эффект;

·неожиданное для слушателей начало доклада.

Как правило, используется один из перечисленных приёмов. Главная цель фазы открытия (мотивации) – привлечь внимание слушателей к докладчику, поэтому длительность её минимальна.

Ядром хорошего **доклада** является информация. Она должна быть новой и понятной. Важно в процессе доклада не только сообщить информацию, но и убедить слушателей в правильности своей точки зрения. Для **убеждения** следует использовать:

обоснование необходимости доклада? доказательство кто? когда? где? сколько?

Третья фаза доклада должна способствовать положительной реакции слушателей.

В заключении могут быть использованы:

- обобщение;
- прогноз;
- цитата;
- пожелания;
- объявление о продолжении дискуссии;
- просьба о предложениях по улучшению;
- благодарность за внимание.

Критерии оценки:

Доклады выполняются на листах формата А4 в соответствии с представленными в методических рекомендациях требованиями.

Оценка «5» выставляется в случае, когда объем доклада составляет 5-6 страниц, текст напечатан аккуратно, в соответствии с требованиями, полностью раскрыта тема доклада, информация взята из нескольких источников, доклад написан грамотно, без ошибок.

При защите доклада студент продемонстрировал отличное знание материала работы, приводил соответствующие доводы, давал полные развернутые ответы на вопросы и аргументировал их.

Оценка «4» выставляется в случае, когда объем доклада составляет 4-5 страниц, текст напечатан аккуратно, в соответствии с требованиями, встречаются небольшие опечатки, полностью раскрыта тема доклада, информация взята из нескольких источников, доклад написан грамотно. При защите доклада студент продемонстрировал хорошее знание материала работы, приводил соответствующие доводы, но не смог дать полные развернутые ответы на вопросы и привести соответствующие аргументы.

Оценка «3» - в случае, когда объем доклада составляет менее 4 страниц, текст напечатан неаккуратно, много опечаток, тема доклада раскрыта не полностью, информация взята из одного источника, доклад написан с ошибками.

При защите доклада студент продемонстрировал слабое знание материала работы, не смог привести соответствующие доводы и аргументировать сои ответы.

Оценка «2» - в случае, когда объем доклада составляет менее 4 страниц, текст напечатан неаккуратно, много опечаток, тема доклада не раскрыта, информация взята из 1 источника, много ошибок в построении предложений.

При защите доклада студент продемонстрировал слабое знание материала работы, не смог раскрыть тему не отвечал на вопросы.

10. Алгоритм решения количественных задач

Алгоритм:

1. Внимательно прочтите условие задачи.

2. Проведите анализ задачи: определите, к какому разделу физики относится условие задачи, какие физические явления рассматриваются, какой физический закон может быть полезен при решении задачи, определите тип задачи и методы решения.

3. Ещё раз внимательно прочтите условие задачи.

4. Выпишите данные из условия задачи с помощью условных обозначений.

5. Переведите единицы измерения в Систему Интернациональную (СИ). Сделайте при необходимости рисунок. При решении задач по динамике обязательно укажите направления действующих сил.

6. Выберите оптимальный для Вас метод решения задачи. Напишите формулы и законы, необходимые для решения задачи.

7. Решите задачу в общем виде (с помощью формул, без подстановки числовых значений).

8. Если задача решается с помощью известных формул и законов и на основании данных можно найти искомую величину, то можно подставить числовые значения известных величин и вычислить искомые значения. Можно пользоваться калькулятором.

9. Полученный ответ сверьте с ответом в задачнике, в учебнике (если они даны).

10. Сопоставьте значение ответа с реальными возможностями на практике.

Время, отведенное на решение количественной задачи, зависит от сложности уровня задачи и от индивидуальных способностей обучающихся. Преподаватель может подойти дифференцированно к данному заданию. Ориентировочно на решение одной задачи предусмотрено в среднем 20 минут.

Критерии оценки:

- Аккуратность и правильность оформления задач, 1 балл;
- Обоснованность выбора метода решения и выбора формул расчета, 3 балла;
- Перевод единиц измерения в СИ, 1 балл;
- Полнота и глубина знаний законов физики, 3 балла;
- Умение устанавливать связь между известными и искомыми физическими величинами, 3 балла;
- Решение задачи в общем виде, вывод расчетной формулы, 3 балла.
- Верные математические расчеты, 2 балла;
- Работа сдана в срок, 1 балл.

Максимальное количество баллов: 17.

16-17 баллов соответствует оценке «5», 12-15 баллов – «4», 8-11 баллов – «3» менее 8 баллов – «2».

11.Алгоритм решения качественных задач

Алгоритм:

1. Внимательно прочтите условие задачи.

2. Определите, какие физические явления рассматриваются.

3. Дайте краткий, но полный ответ на вопрос задачи, опираясь на известные физические законы, определения.

4. Ответ проговорите устно, сформулировав правильные предложения, а затем запишите аккуратно в тетрадь.

Ориентировочное время выполнения задачи 10 минут.

Критерии оценки:

- Аккуратность и последовательность записей при письменном решении задачи и логическое изложение при устном ответе, 2 балла;
- Краткость ответа и его обоснованность, 3 балла;
- Знание физических законов, определений физических величин и умение трактовать их физический смысл, 5 баллов.

Максимальное количество баллов: 10.

9-10 баллов соответствует оценке «5», 7-8 баллов – «4», 5-6 баллов – «3», менее 5 баллов – «2».

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:

Печатные издания:

1. **Завражин, Н. Н.** Технология отделочных строительных работ: учеб. пособие для нач. проф. образования/ Н. Н. Завражин. – 3-е изд.,стер. – М.:Издательский центр «Академия»,2013-416с. - Издательский центр «Академия», 2013. – 416с. - ISBN 978-5-4468-0419-1 – Текст непосредственный

2. **Петрова, И. В.** Общая технология отделочных строительных работ: учеб. пособие для нач. проф. образования/ И. В. Петрова. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 192с. - ISBN 978-5-7695-9698-8– Текст непосредственный

3. **Долгих, А. И.** Отделочные работы: учебное пособие / А. И. Долгих. М.: Альфа-М : ИНФРА-М, 2013. – 366с.:ил. – (Мастер). ISBN 978-5-98281-090-8(«Альфа-М») ISBN 978-5—16-002814-9 («ИНФРА-М») – Текст непосредственный

Дополнительные источники:

1. **Мовчан, Ф. Ф.** Справочник молодого маляра. Изд. 5-е. М. «Высш. школа»,1973 – 288с. с илл. – 6С6.7 (083)М74 – Текст непосредственный

2. **Ивлиев, А. А.**Кальгин А. А. Скок О. М. Отделочные строительные работы: Учеб. для нач. проф. образования / А. А. Ивлиев, А. А. Кальгин, О. М. Скок. – М.: ПрофОбрИздат, 2002. – 488с. – ISBN 5-94231-007-6– Текст непосредственный

3. **Банников, Е. А.** Гипсокартонные и отделочные работы /сост. Е. А. Банников. – Минск: Современная школа, 2008. – 256с. - ISBN 978-785-513-237-1–Текст непосредственный

4. **Пивоварова, М. С.** Современный справочник отделочника / М. С. Пивоварова. – Ростов н/Д : Феникс, 2010. – 381с. : - (Профессиональное мастерство). ISBN 978-5-222-16942-1») – Текст непосредственный

5. **Чичерин, И. И.** Общестроительные работы: Учеб. для нач. проф. образования. – М.:ИРПО; Изд. центр «Академия», 1998. – 416с. ISBN 5-7083-0108-2 (ИРПО) ISBN 5-7695-0232-0 (Изд. центр «Академия») – Текст непосредственный

7. **Куликов, О. Н.** Ролин Е. И. Охрана труда в строительстве: Учебник для нач. проф. образования. – М.:ПрофОбрИздат,2002. -288с. ISBN 5-94231-016-5– Текст непосредственный

8. **Белоусов, Е. Д.** Технология малярных работ: Учебник для средних профтехучилищ. – М.: Высш. школа, 1980. – 240с. с ил. – (Профтехобразование. Технология стр-ва.) ББК 38.639.2 Б43 УДК 698.1– Текст непосредственный

Рекомендуемая литература:

1.**Сериков, Л.В.** Штукатур-маляр: новый строительный справочник / Л.В. Сериков.– Изд. 3-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 253, [1] с. – (Строительный дизайн). ISBN – 978-5-222-14066-6 – Текст непосредственный

Интернет-ресурсы:

1. http://www.edu.ru./Строим сами
2. http://www.experiment.edu.ru./ Школа ремонта
3. http://www.svoydom74.ru/
4. http://chel.v-stroim.ru/

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Южноуральский энергетический техникум»
ГБПОУ «Южноуральский энергетический техникум»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

АДАПТИРОВАННАЯ УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА Социально-бытовая ориентировка

Составитель: Н.Н.Касаткина

2026

РЕЦЕНЗЕНТ:

1.Л.Н.Смирнова, мастер п/о ЮЭТ

Рассмотрено предметной (цикловой) комиссией агропромышленного профиля, протокол № от _____г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии _____К.С.Молев

Рассмотренаметодическим советом и рекомендована к утверждению, протокол № от _____г.

Заместитель директора по УМР И.С.Николаева

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель методических указаний оказание помощи в выполнении практических работах, предусмотренных учебным планом.

Основной задачей практических работ является закрепление и углубление знаний полученных на уроках. В результате выполнения заданий у обучающихся развивается профессиональное мышление, информационная культура, способность анализировать полученный материал, связывать его практической деятельностью. При выполнении некоторых практических заданий присутствует элемент исследования, что делает работу максимально интересной и продуктивной.

Приступая к выполнению практических занятий необходимо помнить следующие принципы:

- Необходимо повторить лекционный материал по теме;
- Подробно ознакомиться с содержанием работы, методическими указаниями к их выполнению;
- Проанализировать предложенное задание;

Правила выполнения практических работ

Прежде чем приступить к выполнению задания, прочтите рекомендации к выполнению в данном методическом пособии. Ознакомьтесь с перечнем рекомендуемой литературы, повторите теоретический материал, относящийся к теме работы.

Закончив выполнение практической работы, вы должны сдать результат преподавателю. Если возникнут затруднения в процессе работы, обратитесь к преподавателю.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ

Тема практического занятия	Количество часов
1. Концепция здорового образа жизни.	2
2. Питание детей ясельного возраста.	2
3. Национальное блюдо. Приготовление национального блюда.	2
4. Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	2
5. Удаление загрязнений с поверхности тканей	2
6. Организация досуга и отдыха в семье.	2
7. Семейное право	2
8.Правила и нормы технической эксплуатации жилищного фонда.	2
9. Изучение правил поведения в обществе и правил проживания в общежитии .	2
10. Обобщение материала по теме «Культура поведения»	2
11. Изучение документов, подтверждающих нетрудоспособность человека.	2
12. Способы экономии расходов	2
13. Составление бюджета семьи	2
14. Деловые бумаги, правила составления	2
15.Решение ситуационных ситуаций	2
16. Заполнение трудового договора. Составление резюме.	2
Итого:	32

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №1

Тема: Концепция здорового образа жизни.

Цель работы: Повторить и обобщить грамматический материал. Пропагандировать здоровый образ жизни.

Задачи:Рассмотреть понятия здоровье и здоровый образ жизни

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование:

Здоровье и здоровый образ жизни.

Охрану здоровья можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом усваивать полученные знания и в будущем способны заниматься производительно-полезным трудом.Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Физическое здоровье:

это совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение);

это состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение).

Психическое здоровье:

это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение);

это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение).

Социальное здоровье - это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.

Нравственное здоровье - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

Духовное здоровье - система ценностей и убеждений.

Здоровье человека, в первую очередь, зависит от стиля жизни. Этот стиль персонифицирован. Он определяется социально-экономическими факторами, историческими, национальными и религиозными традициями, убеждениями, личностными наклонностями.

Здоровый образ жизни объединяет все, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных, семейных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях и определяет направленность усилий личности в сохранении и укреплении индивидуального и общественного здоровья.

Здоровый образ жизни:

благоприятное социальное окружение;

духовно-нравственное благополучие;

оптимальный двигательный режим (культура движений);

закаливание организма;

рациональное питание;

личная гигиена;

отказ от вредных пристрастий (курение, употребление алкогольных напитков, наркотических веществ);

положительные эмоции.

Приведенные характеристики позволяют сделать вывод, что культура здорового образажизни личности - это часть общей культуры человека, которая отражает его системное и динамическое состояние, обусловленное определенным уровнем специальных знаний, физической культуры, социально-духовных ценностей, приобретенных в результате воспитания и самовоспитания, образования,

мотивационно-ценностной ориентации и самообразования, воплощенных в практической жизнедеятельности, а также в физическом и психофизическом здоровье.

Указания по выполнению практического занятия

Задание 1. Прочитайте, составьте развернутый план текста, выделите его основную мысль, перескажите.

Здоровье народа как важнейший фактор национальной безопасности.

Наш век без преувеличения можно отнести к самым результативным столетиям современной цивилизации в области медицины. Ликвидация оспы, эффективная профилактика полиомиелита, контроль за распространением особо опасных заболеваний (проказа, чума, холера, лепра); внедрение новых способов анестезиологии и реаниматологии, открытие формулы инсулина и использование его для лечения сахарного диабета; пересадка органов и тканей, операции на сердце и других жизненно важных органах как кульминация достижений в биотехнологии и фармакологии, новейшая диагностика (ультразвук, магнитный резонанс); совершенствование возможностей рентгеновского излучения с применением компьютерной технологии; волоконная и видеотехника для эндоскопической диагностики и хирургического лечения, открытие ДНК - вот далеко не полный список достижений человечества, направленных на улучшение качества жизни людей.

Весьма актуальны слова американского адмирала Кэрролла, сказанные им в 1989 году в конгрессе США при обсуждении вопросов национальной безопасности: "Нация не может чувствовать себя в безопасности, если в стране загрязнены воздух и вода, школы выпускают неучей, мосты рушатся, а наркотики распространяются повсеместно. Без учета человеческого фактора само понятие "национальная безопасность" лишено всякого смысла".

Здоровый образ жизни-это понятие , которое включает в себя как медицинские, социальные, психологические, так и педагогические проблемы. Его основными составляющими являются материальное благосостояние, жилищные условия, соблюдение рационального режима труда и отдыха, принципов регулярного сбалансированного питания, навыков необходимой и достаточной физической нагрузки, правил личной гигиены, отказ от вредных привычек, бережное отношение к окружающим нас объектам внешней среды, рациональное использование природных ресурсов для нужд экономики.

Ответьте на вопросы:

1)Каких успехов достигла современная медицина?

2) Какое место отводится здоровью людей?

3)Что является основными составляющими в ведении здорового образа жизни?

4)Представьте, что друзья просят вас рассказать о спортивных секциях, которые функционируют в вашем учебном заведении. Выполните их просьбу.

Задание 2. Как вы думаете, почему так говорят: «Хочешь иметь у себя здоровье – здоровайся со всеми?»

Задание3. Вспомните пословицы, поговорки о спорте, здоровье и запишите их.

Задание 4. Спишите текст, вставьте пропущенные буквы.

В поисках панацеи

Здоровье – тема весьма популярная. О нем пишут в специальных научных изданиях и на страницах ма(с, сс)овой пре(с,сс)ы. Доклады и лекции, посвяще…ые проблемам здоровья, соб…раютобш…рные аудитории. Любознательный читатель в курсе самых последних «н…винок» : как бегать от инфаркта, г..лодат(?) ради здоровья, купат(?)ся в проруби.

И все(таки) – что же такое здоровье? Природа над…лила человека уд…вительным даром – умело пр…способливают(?)ся к окружающему миру. Эта способность к адаптации заложена в генах, она п…м…гла человечеству выст…ять, выж…ть в борьбе за существование.

Ритм совреме…ой действительности, особе…ости питания, гиган(?)ские достижения медицины, развитие социального обеспечения – все это (не) могло (не) отразит(?)ся на человеке.

Словарь: панацея – мнимое всеисцеляющее лекарство;

адаптация – приспособление организма к условиям существования;

ген – материальный носитель наследственности.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №2

Тема: Питание детей ясельного возраста.
Цель работы:создать условия для усвоения и осмысления знаний по питанию детей ясельного возраста, способствовать применению новых знаний при составлении меню.
Задачи:уточнять и расширять знания детей об особенностях развития маленьких детей, формировать представление о питании детей ясельного возраста с целью подготовки к самостоятельной жизни;
-создать условия для усвоения понятий: ясли, авитаминоз, рацион;

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование:

Детей в возрасте от года до трех лет отдают в ясли, где созданы все условия для жизни и игр детей в течение дня. Этот возраст называется ясельным.

- Питание ребенка ясельного возраста должно отвечать определенным требованиям маленького, быстрорастущего организма. Необходимо определенное количество белков, углеводов, жиров, минералов и витаминов. Правильное питание ребенка ясельного возраста должно состоять из белков, половина которых должна быть животного происхождения (молоко, мясо, птица, рыба, яйца), жиров, при этом жиры растительного происхождения не должны превышать 10%. Если жиров будет слишком много, пищеварение ухудшается, пища более длительное время задерживается в кишечнике, снижается аппетит, малыш плохо прибавляет в весе.
- Питание ребенка ясельного возраста должно содержать около 70-100 грамм углеводов в сутки. Эти вещества должны поступать вместе с кашами, овощами и фруктами. Если ребенок будет употреблять много сладкого и мучного, он будет очень быстро прибавлять в весе. Такие дети чаще болеют, а заболевания у них протекают тяжелее. Витамины, которые должны входить в питание ребенка, содержатся в печени, овощах, фруктах, крупах и ягодах. Поскольку водный обмен малышей несовершенен, обращать внимание стоит не только на питание ребенка ясельного возраста, но и на количество поступающей в его организм жидкости. На 1 кг массы тела должно поступать около 90-95 мл жидкости в возрасте одного года и 60-70 мл на втором году жизни.
-В питание ребенка должны входить такие продукты, как нежирные сорта говядины, курица, кроличье мясо, молоко и молочные продукты, хлеб, гречневая и овсяная каши, овощи, фрукты и соки. Яйца не рекомендуется давать чаще, чем 1-2 раза в неделю, потому как они могут вызывать экссудативный диатез. Также по этой причине детям до трех лет не

рекомендуется давать шоколад, крепкий куриный бульон, цитрусовые. Колбасные изделия и сосиски следует начинать давать с 2,5-3 лет.

Очень важно составить правильное меню ребенка. Блюда из рыбы и мяса лучше давать утром или в обед, поскольку они богаты белками. На ужин предпочтительнее готовить крупы молочные или творожные продукты. На гарнир можно давать картофель или овощи. Обязательным является наличие горячего блюда во время каждого кормления, поскольку холодная пища нарушает пищеварение. Нужно не забывать что, ребенок еще растет, и зубов у него немного, они молочные, не очень крепкие, поэтому пища должна быть перетёрта.

Итак, пища ребенка должна быть разнообразной, правильно приготовленной, не жирной, не кислой, не жареной, не острой, не очень сладкой. Если учитывать эти правила при составлении меню для ребенка, малыш будет расти здоровым и крепким

Указания по выполнению практического занятия (лабораторной работы:

Дайте определение понятий:

Грудной возраст

Чем кормят грудного ребенка?

В каком возрасте детей отдают в ясли?

Чем же кормят детей ясельного возраста?

Запомните и запишите:

Маленьким детям надо есть разнообразные продукты, 4 раза в день, чтобы расти, развиваться, быть здоровым.

Примерное меню ребенка ясельного возраста на один день.

Завтрак	**Обед**
Каша гречневая.	Щи на мясном бульоне.
Булочка с сыром.	Пюре картофельное с котлетой рыбной.

Чай с молоком. Компот, хлеб.

Хлеб.

Полдник **Ужин**

Яблоко, печенье Омлет, чай с молоком.

Молоко Булочка с маслом. Хлеб

На примере этого меню составьте свое меню на день.

Наименование блюда Масса порции, г

Каша геркулесовая молочная 150г

Каша гречневая 150г

Каша рисовая молочная 150г

Каша манная молочная 150г

Творог с сахаром и сметаной 80г/5г/10г

Молоко 150г; 100г

Кефир 150г

Сок 70г; 50г

Чай или какао с молоком 150г

Суп овощной протертый на мясном бульоне 100г

Щи, протертые на мясном бульоне 100г

Борщ, протертый на мясном бульоне 100г

Суп овощной рыбный 100г

Суп-лапша на мясном бульоне100

Пудинг творожный100

Вермишель отварная молочная с тертым сыром150г/10г

Голубцы ленивые 100г

Тефтели мясные 80г

Печеночный паштет 50г

Фрикадельки мясные 50г

Рыбные фрикадельки 50г

Картофельное пюре 70г

Омлет 100г

Морковь тушеная протертая 70г

Овощное пюре (сборное) 200г

Фрукты свежие или консервированные

протертые (фруктовые детские консервы) 100г

Хлеб черный 10г

Хлеб белый 20г

Сухарик 10г

Печенье 20г; 10г

Булка 30г

Масло сливочное 5г

Контрольные вопросы:

1. Чем питание детей ясельного возраста отличается от питания детей до годаДетей школьного возраста?
2. Какие полезные вещества должны содержаться в продуктах питания детей ясельного возраста?
3. В каких продуктах содержатся белки?
4. Можно ли кормить детей жирной, острой, соленой пищей?
5. Чему мы научились на сегодняшнем уроке?

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №3

Тема: Национальное блюдо. Приготовление национального блюда.

Цель работы:Овладение обучающимися вопросов, касающихся значения питания в жизнедеятельности человека, теоретических основ приготовления пищи, формирования гастрономических привычек

Задачи:Получение обучающимися систематизированных теоретических знаний по программе дисциплины;

- приобретение практических навыков составления меню;

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование: Питание народа, его кухня - важнейшая часть человеческого быта и национальной культуры. Искусство приготовления пищи - как древнейшая область человеческой деятельности. Формирование гастрономических привычек, пристрастий и характерных особенностей национальной кухни народов. Основные факторы, формирующие основу национальной кухни: - экономические особенности страны; - географическое расположение и климатические условия страны; - исторические причины; - религиозные и старинные обычаи; - набор исходных продуктов и их сочетание; - характерные способы, приемы и сочетания кулинарной обработки продуктов; - использование специй, приправ, соусов; - режимы питания.

Указания по выполнению практического занятия (лабораторной работы:

Запишите определение:

Борщ — разновидность первых блюд, вид супа, овощное блюдо (часто с мясом или грибами).



Прочитайте и допишите:

Продукты для борща:

Картофель

Морковь

Мясо

Лук

_____

_____

Вопрос: Чем отличаются щи от борща?

_____

Технологическая карта приготовление борща.

Инвентарь и посуда: кастрюля, миска, ложки, поварешка, разделочные доски, ножи.

Продукты: картофель, капуста, морковь, свекла, лук, соль, зелень.

-Налить в кастрюлю воду и поставить на огонь.

-С капусты снять верхние листья, ополоснуть кочан, отрезать часть и тонко нарезать.

-Вымыть картофель, свеклу и морковь, очистить их от кожицы.

-Очищенные картофель, свеклу и морковь промыть и нарезать: картофель –брусочками, свеклу – кубиками , морковь – соломкой.

-Лук очистить от шелухи, помыть и мелко нарезать.

-Разогреть сковороду, налить растительное масло и пассировать лук, свеклу и морковь.

-В кипящую воду положить бульонный кубик, нарезанную капусту и убавить огонь.

-В закипевший бульон положить картофель, пассированные лук, свеклу и морковь, варить 10-15 минут.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №4

Тема:Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.

Цель работы:способствовать формированию у обучающихся представления об уходе за шерстяными и синтетическими изделиями.

Задачи:Способствовать формированию представления о правилах стирки и сушки изделий из шерстяных и синтетических тканей.

Учить различать и называть виды тканей.

Вырабатывать умения планировать предстоящую работу и контролировать ход ее выполнения.

Учить стирать изделия из шерсти и синтетики, соблюдать правила ТБ с моющими средствами, читать информацию на ярлыках.

Теоретическое обоснование:Шерсть – это натуральный материал, для производства которого в основном используется шерсть овец, коз, верблюдов. (Демонстрация образца шерсти, шерстяной ткани, запись в тетрадь)

Свойства шерсти

(Запись в тетрадь: хорошо сохраняет тепло и мало сминается).

Практически вся шерсть устойчива к загрязнениям и не мнется. Из этой ткани хорошо выветриваются различные запахи, такие как дым, еда или пот. Изделия из шерсти медленно сохнут. Шерстяная ткань хорошо сохраняет тепло, а в процессе носки сваливается, и в связи с этим становится ещё теплее, а также ветронепроницаемой. Поэтому шерстяные вещи принято носить в холодное время года.

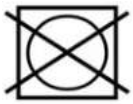
- На готовой одежде, как вы знаете, есть ярлык, который содержит информацию об уходе за одеждой. Я предлагаю вам перейти к изучению правил ухода за шерстяным изделием. Для этого вам необходимо найти ярлык на данных шерстяных изделиях. (Демонстрация изделий и их ярлыков).

- Итак, на ярлыке мы видим несколько символов. (Учитель вызывает по

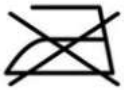
очереди обучающихся, они зарисовывают символы на доске и в тетради в виде таблицы с последующим объяснением учителем каждого символа).
Уход за шерстяными изделиями

1

2 

3 

4

5 

1. Только ручная стирка.

2.Нельзя отбеливать.

3. Не сушить в барабанной сушке.

4.Горизонтальная сушка на ровной поверхности в расправленном состоянии.

5. Изделие гладить нельзя.

Шерстяные вещи нельзя кипятить и стирать в горячей воде, поскольку вещь даст усадку и после стирки окажется гораздо меньших размеров. Стирать таким образом можно лишь, когда возникнет необходимость умышленно уменьшить размеры некоторых вещей, сделать их более плотными (носки, перчатки, шапки, свитера и т.д.), то нужно стирать их при температуре 60-70 С. Допускается только ручная стирка в теплой воде мягкими моющими средствами для шерсти, не содержащими отбеливатели. Обычный стиральный порошок не подойдет, поскольку в своем составе содержит отбеливатель. Можно стирать шерстяные вещи шампунем, предварительно вывернув их наизнанку. Во время стирки шерстяные ткани не следует энергично тереть. Температура первого полоскания должна быть такой же, как температура стирки. Второе полоскание должно осуществляться в более прохладной воде. Для удаления излишней влаги вещи только слегка

сжимают руками, но не перекручивают, поскольку они деформируются, то есть теряют форму. У некоторых моделей стиральных машин имеется режим стирки «Шерсть» или «Щадящий режим». Только, применив подобный тип стирки, можно воспользоваться работой стиральной машины. При этом следует функцию отжима установить на ноль.

Изделия из шерсти при сушке не следует подвешивать – высока вероятность потери формы. Вещь нужно разложить на плоской поверхности (пол, стол) на махровом полотенце, сверху накрыв сухим полотенцем. Примерно через час верхнее полотенце нужно убрать, а нижнее – поменять на сухое.

Гладить шерстяную вещь не рекомендуется, но если возникает данная необходимость, то на утюге нужно выбрать тип ткани «Шерсть» и через влажную ткань с изнаночной стороны прогладить изделие.

Теперь давайте рассмотрим синтетические ткани. (Демонстрация образцов ткани: капрон, полиэстер).

Синтетической тканью сегодня никого не удивишь. Ещё бы, ведь практически у каждого имеется вещь (и не одна), в которой присутствует определённый процент синтетики, а может и полностью синтетическая. Такие ткани производят из веществ, полученных из каменного угля, нефти и природного газа. Синтетика – это абсолютно «не дышащий» материал. В теплую погоду в одежде из синтетики вам будет душно и жарко, усилится потоотделение, а в прохладную погоду – вы наоборот замерзнете. Кроме того синтетика может вызвать зуд, раздражение, аллергию, если у вас чувствительная кожа. Одежда из синтетики сильно электризуется, доставляя человеку неприятные ощущения при носке.

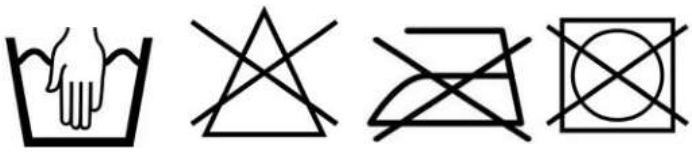
Отличительная особенность данного вида тканей заключается в том, что они прочны, меньше мнутся и имеют более длительное время службы. Самым распространенным и доступным из данной группы является полиэстер. (Демонстрация изделий). Данная ткань допускает стирку, как вручную, так и на машине. Чтобы правильно установить температуру стирки следует посмотреть, какую температуру советует производитель изделия. После стирки вещь следует прогладить теплым утюгом.

В современных изделиях редко можно встретить «чистые» ткани. Сейчас,

преобладают смешанные виды тканей, поэтому всегда следует уделять внимание ярлыкам, на которых схематически изображены рекомендуемые способы ухода за данным изделием.

Указания по выполнению практического занятия (лабораторной работы:

Задание: Выберите образцы шерстяных и синтетических тканей.
Задание: Напишите правила ухода за шерстяным изделием, используя символы его ярлыка.



Задание: Представьте, что вам нужно постирать синтетическую футболку. В вашем распоряжении изображения панели стиральной машины-автомата и ярлыка футболки. Установите программу для стирки, отметив отдельные команды звездочкой.

100%

Полиэстер







Задание: Выберите верные утверждения.

- Чтобы шерстяная вещь быстрее просохла после стирки, ее нужно тщательно отжать.

- Шерстяные вещи после стирки можно лишь слегка отжать.
- Если постирать шерстяную вещь в горячей воде, то она даст усадку.
- Шерстяную вещь можно стирать только в теплой воде.
- Сильнозагрязненные синтетические вещи нужно кипятить в течение 30 минут.

Синтетические вещи нельзя кипятить.

- Синтетические вещи следует стирать при t 35-40 С.

Контрольные вопросы:

Критерия оценивания работы:

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №5

Тема:Удаление загрязнений с поверхности тканей

Цель работы:научиться удалять с ткани загрязнения (пятна) различного происхождения.

Оборудование: пробирки с пробками, стаканчик, тигельне щипцы или пинцет, пипетка, фильтровальная бумага, ватные тампоны, или салфетки, утюг.

Исследуемый объект: лоскутки ткани, загрязненные растительным или животным жиром, воском.

Реактивы: кусочки мыла, мыльная стружка, синтетический моющее средство (СМС), жидкий и порошкообразный, растворитель, нашатырный спирт, водород пероксид, мелкий меловой порошок.

Теоретическое обоснование:

Опыт 1. Определение состава СМС по этикетке

1. Возьмите этикетки от различных СМС.

2. Определите, какие добавки используются в каждом средстве.

Опыт 2. Удаление жирных пятен с помощью экстракции

На ткань нанесите небольшое количество растительного масла. Под ткань подложите слой фильтровальной бумаги. Ватным тампоном, смоченным теплым раствором смеси нашатырного спирта и любого универсального моющего средства (по 5 мл средства и 5 мл нашатырного спирта растворите в 100 мл теплой воды), протрите пятно, а затем прогладьте горячим утюгом через чистую белую хлопчатобумажную ткань.

Соблюдайте правила безопасности. Пятно обрабатывайте от краев к центру. Будьте внимательны при работе с нашатырным спиртом!

Запишите наблюдения.

Опыт 3. Вывод жирных пятен с помощью адсорбции

Теперь попробуйте вывести пятно методом адсорбции. Для этого подготовлен образец ткани (см. Опыт 6) посыпьте измельченным меловым порошком. Через некоторое время очистите ткань с помощью щетки. Запишите наблюдения.

_____

_____

Опыт 4. Вывод жирового пятна

Образец ткани с жирным пятном исследуйте на устойчивость окраски. Для этого на небольшой фрагмент ткани нанесите несколько капель растворителя и подождите 5 минут. Если изменений не наблюдается, можно продолжить работу. Во образец подложите несколько слоев салфеток или фильтровальной бумаги. Обработайте пятно ватным тампоном, смоченным растворителем. Периодически меняйте салфетки. После полного удаления пятна промокните образец ткани салфеткой.

Запишите наблюдения.

_____

_____

_____

_____

Опыт 5. Вывод пятна от воска

Удалить избыток воска тупым краем ножа. Соблюдайте правила безопасности! После этого обработайте пятно, как описано в опыте 4.

Запишите

наблюдения._____

_____

_____

_____

Опыт 6. Удаление пятен от сока

Нанесите на пятно небольшое количество водород пероксида, добавив к нему несколько капель нашатырного спирта. Соблюдайте правила безопасности во время работы: не вдыхайте испарения, поскольку нашатырный спирт (концентрированный раствор аммиака) может обжечь слизистую оболочку

носа. Протрить пятно ватным тампоном и промыть водой.

Запишите
наблюдения._____

_____

_____

_____

Сделайте выводы._____

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №6

Тема:Организация досуга и отдыха в семье.

Цель работы:формировать правильное мировоззрение на семейную жизнь.**Задачи:**Научить различать понятия «досуг», «отдых»;

- познакомить с видами отдыха и его значением для человека;

- познакомить с распространенными формами организации семейного досуга;

- научить правильно планировать свои действия в течение недели для подготовки к выходному дню.

Оборудование: Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование:

Детство - один из самых важных этапов жизни ребенка, в значительной мере определяющий все его последующее развитие. С помощью родителей ребенок познает окружающий мир, себя самого и других людей. Родительская поддержка очень важна, она направляет ребенка в нужную сторону, аккуратно подталкивает вперед, что определяет успешность его вступления в мир людей. А позволяет лучше понять ребенка, сплачивает всю семью - организация досуговой деятельности, которую следует использовать как инструмент развития ребенка.



Досуг - это часть социального времени личности, группы, общества, которая используется для сохранения, восстановления и развития физически и духовно здорового человека, его интеллектуального совершенствования.

Функции организации досуга мы уделяем большое внимание. Ведь через досуг можно проследить, как в семье реализуются другие функции, в частности, эмоциональная и функция духовного общения, функция социализации детей, с прекрасной возможностью привлечь детей к труду, развитие их познавательных способностей и творческого потенциала.

Родители играют важную роль в организации досуговой деятельности своих детей. Они организуют место и время проведения досуга (просмотр развлекательных передач по телевизору, проведение обучающих занятий и игр и т. д.), исходя из своего свободного времени. С помощью родителей ребенок познает окружающий мир, моральные, этические, социальные нормы и правила, осваивает культура общения, культуры игры со сверстниками. Кто-то из родителей должен брать на себя инициативу организации совместного досуга.

Дети познают окружающий мир - играя.

Игра - его ведущая деятельность, в игре раскрываются потенциальные возможности и способности, в игре он, незаметно для себя, приобретает новые знания, умение, навыки, осуществляет поисковые действия, учится мыслить и творить.

Кроме игры, в досуг ребенка включаются различные виды изобразительной деятельности, развивающей интересы ребенка. Например, **рисование, лепка, аппликации, раскрашивание и др.** Основное значение изобразительной деятельности заключается в том, что она является средством эстетического воспитания. В процессе изобразительной деятельности создаются благоприятные условия для развития эстетического восприятия и эмоций.

Так же важно заниматься **физическим развитием ребенка**. Физические упражнения, игры необходимо включать в досуговую деятельность ребенка. При помощи физического воспитания решаются оздоровительные, образовательные задачи, Осуществляется нравственное, умственное, эстетическое, трудовое воспитание. Кроме того, активность дошкольника необходимо направлять в нужное русло, чему способствует физические занятия.



Для активации мышления ребенка родители могут вовлекать его в разнообразную **поисковую деятельность и экспериментирование**. Это побуждает его к высказыванию предположений и их проверке, развивает наблюдательность, любознательность, способность сравнивать, сопоставлять, делать выводы.

Одним из важнейших качеств, которое следует развивать у ребенка – это любовь **к книге, интерес к ней**. Начало этой любви закладывается в раннем возрасте, когда мама или бабушка рассказывают сказку, рассматривают с

ребенком иллюстрации. Дети очень любят, когда им читают перед сном, например, тихо напевая песенку героев.

Задачей родителей становится грамотная организация досуговой деятельности детей, включающая в себя выбор формы проведения досуга, исходя из возрастных, психологических, физических особенностей ребенка. Лучшей формой контроля является принятие непосредственного участия в деятельности. Это не только позволяет лучше понять ребенка, но и сплачивает всю семью.

Таким образом, роль семьи является ведущей в организации досуговой деятельности наших детей. Знание особенностей организации, форм и видов досуга, а так же возрастных особенностей ребенка, определяющих всю досуговую деятельность, поможет родителям правильно организовывать семейный досуг, тем самым избежав проблемы, связанные с семейным воспитанием.

Подготовка к выходному дню

1.Прежде всего, нам необходимо выбрать время и назначить выходной день! Как это сделать? Обычно, дождавшись выходных, мы начинаем уборку дома или просто отсыпаемся. Есть один замечательный метод освободить выходные от уборки дома! Вот этот метод: всю квартиру (дом) делим на несколько зон, которые убираем отдельно в течение недели. Например, кухня – убираем в понедельник, коридор – во вторник, санузел – в среду, зал – в четверг, спальни – в пятницу. Этот метод хорош, если вы наводите порядок один. Если же у вас дети, которые способны помочь, то за детьми следует закрепить определенные обязанности и зоны жилой площади для

уборки, а также дни. Следовательно, и уборка будет выполняться гораздо быстрее и больше останется времени на организацию досуга с семьей.

2.Предупредите родных о планах на выходные, чтобы они могли подстроиться под них.

3.Предложите несколько вариантов проведения досуга. Если мнения по выбору досуга расходятся, то проведите голосование или «киньте жребий». Пообещайте, что в следующие выходные обязательно осуществите другой из вариантов проведения досуга. И обязательно выполните.

4.Обязательно остановитесь на двух вариантах проведения досуга на случай хорошей погоды и на случай плохой погоды.

5.В течение рабочей недели все закупите и подготовьте для отдыха.

6.Объявите родным, что совместный отдых с семьей в выходные отныне будет являться вашей семейной традицией. Предупредите, чтобы никто ничего не планировал на это время и отложил все свои дела на другой день.

Работа в тетради.

Подготовка к выходному дню:

1.Выбрать время и назначить выходной день

2. Предупредить родных о планах на выходные

3.Предложить несколько вариантов проведения досуга

4.Выбрать два варианта проведения досуга (дома и вне дома)

5.Все закупить и подготовить для отдыха в течение недели

6. Совместный отдых должен стать семейной традицией.

-Вклеим таблицу «Подготовка к выходному дню» в тетрадь.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №7

Тема:Семейное право

Цель работы:Обобщить знания учащихся об основах семейного права.

Задачи:Закрепить знания учащихся о правах и обязанностей, которые записаны в «Семейном кодексе»;

Способствовать формированию ответственного отношения к семье;

Развивать навыки работы с «Семейным кодексом»;

Воспитывать правовую культуру семьи.

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование:

Попечительство – устанавливается в том случае, если ребёнок остался без родителей и его никто не усыновил; опека- одна из форм защиты личных и имущественных прав граждан. Устанавливается над детьми не достигших 14 лет и над лицами признанными судом недееспособными; алименты- правоотношение по поводу содержания одними членами семьи других, которые возникает на основе определенных юридических фактов, таких как решение суда, соглашение сторон или судебный приказ; усыновление- правовой институт, в рамках которого осуществляется процесс установления родственной связи между усыновителем и усыновляемым;брак- добровольный союз мужчины и женщины зарегистрированный в органах

ЗАГС целью, которого является создание семьи; семья- круг лиц, связанных личными имущественными и неимущественными отношениями правами и обязанностями, вытекающими из брака, родства, усыновления или иной формы воспитания; , семейные право -важнейшая отрасль российского права, совокупность нормативных правовых актов, регулирующих общественные отношения междуродственниками .

Выполнить задание «Моё и наше»

Моё	Наше
Фирма жены, основанная до вступления в брак	Пособие по безработице во время брака.
Машина, приобретенная супругом до вступления в брак.	Гонорар за книгу супруга в браке.
Дом, полученный супругом в порядке наследования во время брака.	Пенсия супруга.
Электрическая бритва мужа, приобретенная из общих доходов супругов.	Пособие по возмещению ущерба в связи с утратой трудоспособности во время брака.
Туфли жены, приобретённые из общих доходов семьи.	Телевизор, подаренный во время брака.
Пальто мужа, купленное сообща.	Норковая шуба жены, приобретённая из общих доходов.

Прочитайте и обсудите ситуации

Ситуация 1

Олег, до вступления в брак купил дом в деревне. После вступления в брак он построил рядом сарай. Что является личным имуществом Олега, а что

совместным имуществом супругов? (дом личное имущество, сарай совместное.)

Ситуация 2

Гражданин Батов подал губернатору жалобу на отдел ЗАГСа, указав в нём, что сотрудники этого учреждения отказались регистрировать его брак с гражданкой Семёновой, которая живёт в другом городе, но прислала в ЗАГС письменное согласие на брак заверенное у нотариуса. (работники ЗАГСа правы т.к. заявление подают лично)

Ситуация 3

«Вдруг я заболею,- сказала жена своему мужу, тогда мне потребуется от тебя материальная помощь. Давай заключим брачный договор, где укажем (если ты не возражаешь) твоё обязательство в случае моей болезни оказывать мне регулярно финансовую помощь». На это муж возразил «Э-э-э… поезд уже ушёл. Надо было заключать договор до брака, а теперь поздно». (муж не прав, договор можно заключать и в браке).

Ситуация 4

Муж говорит своей жене: « Я решил, что мы в следующем месяце переедем в город Москву. Как бы ты к этому отнеслась, всё равно тебе придется ехать со мной, потому- что жена обязана следовать за мужем туда, куда он хочет». (муж не прав супруги самостоятельно могут выбирать место жительство)

Ситуация 5

В ходе бракоразводного процесса гражданин Воронов ходатайствовал о выделении ему части сервиза, полученного его супругой в подарок к своему 30- летию, ссылаясь на то, что по закону имущество, нажитое в период

совместного проживания супругов в браке принадлежит им в равных долях. Прав ли Воронов? (Он не прав т.к. сервиз личное имущество его жены.)

Ситуация 6.

В период брака Сергей создал свою фирму. Во время бракоразводного процесса Ольга, его супруга поставила вопрос о разделе имущества, в том числе фирмы принадлежащей Сергею. Сергей возразил, ссылаясь, на то что Ольга во время брака не работала и занималась только ведением домашнего хозяйства. Правомерны ли требования Ольги? (Да всё совместно нажитое имущество делится пополам).

Ситуация 7.

В ходе рассмотрения вопроса о разделе имущества между бывшими супругами Ириной и Андреем, Ирина просила суд о выделении большей доли имущества, чем Андрею. Она мотивировала свою просьбу тем, что Андрей постоянно играет в карты, злоупотребляет спиртными напитками, т.е. тратит все деньги, которые зарабатывает, только на свои нужды. Семья всегда существовала на деньги, заработанные Ириной, на эти же деньги было приобретено имущество, которое теперь должен разделить суд. (суд делит совместно нажитое имущество в законом режиме имущества.)

Ситуация 8.

Артёму после смерти дедушки по наследству принадлежит однокомнатная квартира. Артёму 16 лет. Он решил продать квартиру, потому что она ему не нужна. У него есть комната в квартире родителей, а вот денег на мотоцикл и поездку к морю у Артёма нет. Продав квартиру он сможет осуществить свою мечту. Может ли Артём самостоятельно продать квартиру? (Нет т.к. не является полностью дееспособным).

Контрольные вопросы:

1. Брачный возраст, установленный семейным кодексом РФ?

2. Имеет ли право врач, вступающим в брак о наличии ВИЧ инфекции у будущего мужа без его согласия?

3. Вправе ли суд отложить разбирательство дело о расторжении брака, назначить срок два месяца?

4. Может ли супруг потребовать раздела общего имущества через два года после заключения брака?

5. Возможно, ли заключить брачный договор в отношении будущего имущества супругов?

6. Могут ли отца ребёнка лишить родительских прав случае нанесении им тяжких телесных повреждений ?

7. Какую часть от доходов родителя должен включить в качестве алиментов на двух несовершеннолетних детей ?

8. Имеют ли право несовершеннолетние братья и сёстры на получение алиментов от своих трудоспособных совершеннолетних братьев и сестёр ?

9. Имеют ли право нетрудоспособные дедушка и бабушка на получение алиментов от своих трудоспособных совершеннолетних внуков?

10. По истечении, какого срока со дня подачи заявления в ЗАГС производится заключение браков?

11. Если одно из лиц, вступающих в брак, скрыло от другого лица наличие венерической болезни, можно ли этот брак признать недействительным?

12. Имеет ли право муж без согласия жены возбудить дело о расторжении брака, если их ребёнку 1 год и 2 месяца?

13. Имеет ли право на общее имущество супругов жена, которая в период брака была домашней хозяйкой?

14. Возможно ли заключение брачного договора через 6 лет после регистрации брака?

15. Могут ли родителей ребёнка лишить родительских прав, если они нигде не работают?

16. Какую часть от доходов родителя должен выплачивать в качестве алиментов на одного несовершеннолетнего ребёнка?

17. Имеют ли право несовершеннолетние внуки в случае невозможности содержания своими родителями получать алименты от своих дедушек и бабушек?

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №8

Тема:Правила и нормы технической эксплуатации жилищного фонда.
Цель работы:Изучитьзаконом Российской Федерации от 24.12.1992 N 4218-1 "Об основах федеральной жилищной политики"
Изучить порядок обслуживания и текущего ремонта жилищного фонда.
Изучитьпонятие «Жилищный фонд».
Задачи:Корректировать внимание путём выполнения определённых заданий;

-коррекция и развитие связной устной речи, орфографически правильного произношения, пополнение и обогащение пассивного и активного словарного запаса, диалогической и монологической речи;
-коррекция и развитие памяти;

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование:

1.Закон.

-Настоящие Правила и нормы технической эксплуатации жилищного фонда разработаны в соответствии с **Законом Российской Федерации от 24.12.1992 N**

4218-1 "Об основах федеральной жилищной политики" (с изменениями и

дополнениями)*(1) и пунктом 53 Положения о Государственном комитете Российской Федерации по строительству и жилищно-коммунальному комплексу,

утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от24.11.99 N 1289*(2), и определяют правила по эксплуатации, капитальному ремонту и реконструкции объектов жилищно-коммунального хозяйства, обеспечению сохранности и содержанию жилищного фонда, технической инвентаризации и являются обязательными для исполнения органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органами государственного контроля и надзора, органами местного самоуправления.

2.Требования и порядок обслуживанияи текущий ремонт жилищного фонда.

- Настоящие Правила и нормы технической эксплуатации жилищного фонда определяют требования и порядок обслуживания и ремонта жилищного

фонда с целью:

- обеспечения сохранности жилищного фонда всех форм собственности;

- проведения единой технической политики в жилищной сфере, обеспечивающей выполнение требований действующих нормативов по содержанию

и ремонту жилых домов, их конструктивных элементов и инженерных систем, а

также придомовых территорий;

обеспечения выполнения установленных нормативов по содержанию и ремонту собственниками жилищного фонда или уполномоченными управляющими и

организациями различных организационно-правовых форм, занятыхобслуживанием жилищного фонда.

3.Понятие «Жилищный фонд».

- В соответствии с Законом Российской Федерации от 24.12.1992 N 4218-1 "Об основах федеральной жилищной политики" (с изменениями идополнениями):

«жилищный фонд» - совокупность всех жилых помещений независимо от форм собственности, включая жилые дома, специализированные дома (общежития,

гостиницы - приюты, дома маневренного фонда, жилые помещения из фондов жилья для временного поселения вынужденных переселенцев и лиц, признанных

беженцами, специальные дома для одиноких престарелых, дома - интернатыдля инвалидов, ветеранов и другие), квартиры, служебные жилые помещения,иные жилые помещения в других строениях, пригодные для проживания.

4.Виды жилищного фонда.

- ***а) частный жилищный фонд:***

1) фонд, находящийся в собственности граждан: индивидуальные жилые

дома, приватизированные, построенные и приобретенные квартиры и дома, квартиры в домах жилищных и жилищно-строительных кооперативов с полностью
выплаченным паевым взносом, в домах товариществ индивидуальных владельцев квартир, квартиры и дома, приобретенные в собственность гражданами на иных основаниях, предусмотренных законодательством;

2) фонд, находящийся в собственности юридических лиц (созданных вкачестве частных собственников), построенный или приобретенный за счет ихсредств, в том числе за счет средств жилищных, жилищно-строительныхкооперативов с не полностью выплаченным паевым взносом.

б) государственный жилищный фонд:

1) ведомственный фонд, состоящий в государственной собственности Российской Федерации и находящийся в полном хозяйственном ведении государственных предприятий или оперативном управлении государственных учреждений, относящихся к федеральной государственной собственности;

2) фонд, находящийся в собственности субъектов Российской Федерации, а также ведомственный фонд, находящийся в полном хозяйственном ведении
государственных предприятий или оперативном управлении государственных
учреждений, относящихся к соответствующему виду собственности;

в) муниципальный жилищный фонд:

фонд, находящийся в собственности района, города, входящих в них административно-территориальных образований, в том числе в городах Москве и Санкт-Петербурге, а также ведомственный фонд, находящийся в полном хозяйственном ведении муниципальных предприятий или оперативном управлении муниципальных учреждений.

г) общественный жилищный фонд:

фонд, состоящий в собственности общественных объединений.

5.Техническая эксплуатация жилищного фонды включает в себя:

1)Управление жилищным фондом:

а) организацию эксплуатации;

б) взаимоотношения со смежными организациями и поставщиками;

в) все виды работы с нанимателями и арендаторами

2)Техническое обслуживание и ремонт строительных конструкций и инженерных систем зданий:

а) техническое обслуживание (содержание), включая диспетчерское и аварийное;

б) осмотры;

в) подготовка к сезонной эксплуатации;

г) текущий ремонт;

д) капитальный ремонт

3)Санитарное содержание:

а) уборка мест общего пользования;

б) уборка мест придомовой территории;

в) уход за зелеными насаждениями

Содержание и ремонт жилищного фонда.

- Граждане, проживающие в домах муниципального и государственного жилищного фонда, пользуются жильем в порядке,установленном гражданским и жилищном законодательством.
- Обслуживание и ремонт мест общего пользования в многоквартирных жилых домах выполняются в установленном порядке.
- Государственный контроль за соблюдением всеми участниками жилищных отношений настоящих Правил осуществляется Государственной жилищной инспекцией Российской Федерации*(3).

Указания по выполнению практического занятия :

1.Записать в тетрадь основные положения Закона Российской Федерации от 24.12.1992 N

4218-1 "Об основах федеральной жилищной политики"

2.Записать определение жилищного фонда

3. Записать виды жилищного фонда.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №9

Тема:Изучение правил поведения в обществе

Цель работы:Развитие умений учащихся вести себя в соответствии с нравственными нормами, правилами поведения, правилами этикета; усвоение учащимися основных норм поведения в кинотеатре, в транспорте, в гостях, в кафе, в картинной галерее, в магазине.

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование:«Этикет» -благожелательное и уважительное отношение ко всем людям, независимо от их социального и должностного положения, учтивое обращение с женщинами, почтительное отношение к старшим. Этикет включает формы обращений, приветствий, представлений, правил ведения беседы, спора, поведения за столом, обхождения с гостями, требования, предъявляемые к одежде человека в зависимости от обстоятельств и многое, многое другое.

Указания по выполнению практического занятия :

1.Ответить на вопросы как необходимо вести себя

В кафе

1) Кто кого должен пропустить: тот кто входит в магазин или тот, кто выходит из магазина? (ответ: надо пропустить того, кто выходит из магазина)

2) Как правильно спросить «Кто последний?» или «Кто крайний?» (ответ: «Кто последний?»)

3) Должен ли мужчина снять головной убор в магазине? (ответ: нет)

В театре

1) Надо ли аплодировать после подъёма занавеса? (ответ: да)

2) Можно ли перекусить попкорном или конфетами во время действия на сцене? (ответ: нет)

3) Можно ли тихо разговаривать во время действия спектакля (ответ: нет)

В кафе

1) Что должен сделать мужчина, пригласивший даму в кафе, подойдя к столику? (ответ: отодвинуть стул и усадить даму)

2) Как правильно обратиться к официанту? (ответ: подать знак рукой)

3) Можно ли разговаривать в кафе? (ответ: разговаривать можно, но тихо)

В картинной галерее

1) Если понравилась картина, следует ли на неё тыкать пальцем или ручкой? (ответ: нет, не следует)

2) Можно ли сделать фото на память в зале? (ответ: только при разрешении администрации)

3) Как вы считаете, можно ли входить с сумкой в картинную галерею? (ответ: можно, если сумка маленькая)

2.Прочитайте и найдите ошибки в поведении героя:

Ситуация1

Зрительный зал, стулья стоят в два ряда, на них сидят «зрители». Они внимательно смотрят фильм. Вася Васечкин, запыхавшись, врывается в зал. Находит свой ряд и начинает пробираться между рядами, повернувшись спиной к сидящим. Роняет своё пирожное на колени одного из зрителей. Добирается до своего места и начинает расспрашивать, что было в начале фильма. Немного посмотрев фильм с шумом развернул шоколадку, которую не торопясь стал жевать. Васечкин захотел пить и стал приглашать товарищей в буфет. Встаёт один и выходит спиной к зрителям.

Ситуация2

В автобусе сидит очень старая женщина. Впереди сидит кондуктор. На остановке в автобус запрыгивает Вася Васечкин и, держа за руку свою подружку, тащит за собой в салон автобуса. Он плюхается на первое сидение и кричит подруге «Анька, находи себе место и оплати проезд». Аня, севшая позади пожилой женщины, будит её и просит передать деньги на билет. На следующей остановке заходит старушка. Васечкин посмотрел на старушку и сделал вид, что не заметил её. Аня встаёт, уступает место старушке, но при этом говорит:

- Садитесь. Не сидится вам, старикам, дома!

Ситуация3

Стоит стол с букетом цветов, стулья. У Васечкина день рождения, он расставляет стулья для гостей. Стучат. Вася просит бабушку открыть дверь. Гость кричит с порога «Здрасьте!» и с расстояния бросает Васечкину мяч: «Держи! Не потеряй! Помнишь, как ты потерял мой ножик?» Снова стучат. Вася обращается к бабушке: «Бабуль, принимай гостей, а я пока с Сашкой поговорю». Оттеснив бабушку, гости хором кричат: «Поздравляем!».

Васечкин подходит к гостям, берёт подарок в красивой упаковке, бросает его на стул и обращается к бабушке «Все собрались. Можно подавать на стол».

3.Закончите предложения и запишите их в тетрадь

1. Растает даже ледяная глыба от слова тёплого….

2. Зазеленеет старый пень, когда услышит….

3. Если больше есть не в силах, маме скажем мы….

4. Когда бранят нас за шалости, мы говорим….

5. Мальчик вежливый и развитый говорит при встрече….

6. И во Франции и в Дании на прощание говорят…

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №10

Тема:Обобщение материала по теме «Культура поведения»

Цель работы: Обобщить знания учащихся по теме «Культура поведения»

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование:

Прочитайте правила общежития:

Проживающий в общежитии ИМЕЕТ ПРАВО:

Проживать в закрепленной жилой комнате весь срок обучения в учебном заведении при условии соблюдения правил внутреннего распорядка и заключения договора о найме жилой площади.

Пользоваться помещениями учебного, культурно-бытового назначения, оборудованием, инвентарем общежития (кровать, постельные принадлежности, тумбочка и т.д.).

Переселяться с согласия зам. директора по воспитательной работе.

Избирать совет студенческого общежития (студ. совет) и быть избранным в его состав.

Участвовать через студ. совет в решении вопросов совершенствования жилищно-бытового обеспечения проживающих, организации воспитательной работы и досуга, оборудования и оформления жилых помещений и комнат для самостоятельной работы, распределении средств, направляемых на улучшение социально-бытовых условий проживания.

ОБЯЗАННОСТИ проживающих в общежитии:

Строго соблюдать правила внутреннего распорядка в общежитии, техники безопасности, пожарной безопасности.

Дежурить по кухне согласно графика, составлением которого занимается сан.пост этажа.

Бережно относиться к помещениям, оборудованию, инвентарю общежития, экономно расходовать электроэнергию, газ, воду, соблюдать чистоту в жилых помещениях и местах общего пользования, ежедневно производить уборку в своих жилых комнатах.

Своевременно вносить плату в установленных размерах за проживание, пользование постельными принадлежностями и за все виды предоставляемых дополнительных услуг (пользование постельными принадлежностями и др.).

Проживающим в общежитии ЗАПРЕЩАЕТСЯ:
Самовольно переселяться из одной комнаты в другую.
Самовольно переносить инвентарь из одной комнаты в другую.

Производить исправление и переделку электропроводки.

Шуметь после 23 часов.

Оставлять посторонних на ночлег.

Курить в жилых комнатах, коридорах, кроме мест, специально для этого отведенных.

Категорически запрещается хранить, употреблять и продавать наркотические вещества.

Категорически запрещается появление в общежитии в нетрезвом состоянии, носящем явное неуважение к обществу.

Категорически запрещается нарушение моральных норм.

За нарушение правил проживания в общежитии, к проживающим, по представлению администрации общежития или решению совета общежития, могут быть применены меры общественного, административного воздействия, в соответствии с действующим законодательством.

Указания по выполнению практического занятия :

1.Зачеркни лишнее:

При приеме на работу работодатель обращает внимание на культуру речи, внешний вид человека, его манеры, умение убедить собеседника, наличие денег в кошельке, образование, черты характера.

2. Зачеркни лишнее:

Воспитанный человек поможет неуверенному товарищу, поддержит слабого или старого человека, ругается без причины, уступит место в транспорте, переходит улицу в обозначенных местах, говорит о людях плохое.

3. Какие слова нужно употреблять при общении со старшими людьми, приведите пример:

_____

_____

4. Прочитайте

Подростки мало интересуются глубинным смыслом используемых в общении жестов. Они используют их независимо от пола. Хотя все описанные ниже жесты сформировались для оскорбления достоинства другого человека, подростки в своей группе могут «не обращать» внимания на их значения и смысл.

Неприличные жесты

Показывание языка – распространенный на многих континентах жест дразнения, привлечения внимания и провокации неприязни.

Показывание кулака – жест угрозы, ярости. Обычно подростки чрезвычайно экспрессивно демонстрируют агрессию, напряжение и поднимание кулака сопровождаются оскаливанием клыков.

Кручение указательным пальцев у виска означает, что у человека не хватает ума, чтобы что-то понять. Выражение лица показывает пренебрежение к

умственным способностям другого.

Фига (кукиш, шиш) – грубый, агрессивный жест в знак презрительного отказа, издевки, насмешки и т.д. Жест «фак» - оскорбительный знак, означающий нецензурное ругательство

5. Ответить на вопросы теста

Вопросы и задания	**Ответы**
Напиши слова благодарности за угощение	
Как называется принятый в обществе порядок поведения? Выбери правильный ответ.	Крекер. Этикет. Паркет.
Что нельзя делать во время приема пищи? Зачеркни.	Брать нож в рот. Беззвучно кушать. Шмыгать носом. Ковырять вилкой в зубах.
Что делать, когда во время разговора вам скучно и хочется зевать?	Не скрывать зевоту. Постараться скрыть зевоту. Можно зевать, только не широко открыв рот.

У входа в магазин или автобус надо	Пропустить выходящих. Войти первым.
Может ли девушка задержаться на свидание	Нет. Да.
Напишите, что запрещено в общежитие	
Когда можно сказать, что человек –культурный? Напишите определение:	Культурный человек – это

6. Заполни анкету: «Хороший ли Вы сын или дочь?»

Вопрос	**Вариант ответа**
Вам приходится неожиданно задержаться в школе, на прогулке или внезапно уйти из дома	• Вы об этом сообщаете родителям (запиской, по телефону, через друзей) • Придётся объясняться, когда приду
Родители заняты делами	• Вас отправляют погулять, чтобы не мешались • Вас привлекают к помощи
Можете ли вы сразу назвать дни	• Да

рождения ваших родных	• Нет
Известно ли Вам, какая вещь срочно необходима матери или отцу и когда они собираются её приобрести?	• Да • Нет
Вы выполняете какую-нибудь работу «от себя», по своей инициативе (например, вас попросили протереть пол в прихожей, а вы ещё и всю обувь привели в порядок)?	• Да • Нет
Мама угощает Вас конфетой, пирожным. Всегда ли вы проверяете, досталось ли вкусное взрослым?	• Да • Нет
У родителей выдался свободный вечер. Они собираются в гости или кино	• Вы просите их никуда не ходить • Просите взять и вас • Спокойно к этому относитесь
У вас дома гости	• Родным приходиться напоминать вам, не мешать взрослым, не вмешиваться в их разговор • Уходите к друзьям или в свою комнату
Стесняетесь ли Вы подать маме пальто в гостях, в музее	• Она сама одевается • Помогаете всегда

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №11

Тема:Изучение документов, подтверждающих нетрудоспособность человека.

Цель работы:

Задачи:

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Указания по выполнению практического занятия :

1. Найдите правильный ответ.

В каком случае человеку необходимо вызвать скорую помощь:

Когда у человека покраснели щеки.

Когда человек заболел.

Когда человек отдыхает.

2. Прочитайте и найдите правильный ответ.

Пособие по временной нетрудоспособности выплачивают в следующих случаях:

- работник заболел;

- работник получил травму, связанную с утратой трудоспособности;

- работник пострадал в результате несчастного случая на производстве или получил профессиональное заболевание;

- работник находился на долечивании в санаторно-курортном учреждении непосредственно после стационарного лечения по направлению медицинского учреждения;

- заболел член семьи работника, и есть необходимость ухода за ним;
работник временно переведен на другую работу в связи с профессиональным заболеванием или туберкулезом;

- работник помещен в стационар протезно-ортопедического предприятия для протезирования;
работник находился на карантине.

Нужно помнить, что больничный лист выдают на три дня.

То есть, каждые три дня работник должен ходить на прием к врачу, чтобы тот делал запись о продлении листка нетрудоспособности.

Если сотрудник был на больничном по уходу за членом своей семьи, он также должен продлевать больничный лист каждые три дня.

На разный срок выдается больничный при болезни ребенка

А именно:

- по уходу за ребенком до семи лет - на все время лечения ребенка;

- по уходу за ребенком от семи до 15 лет - на 15 календарных дней;

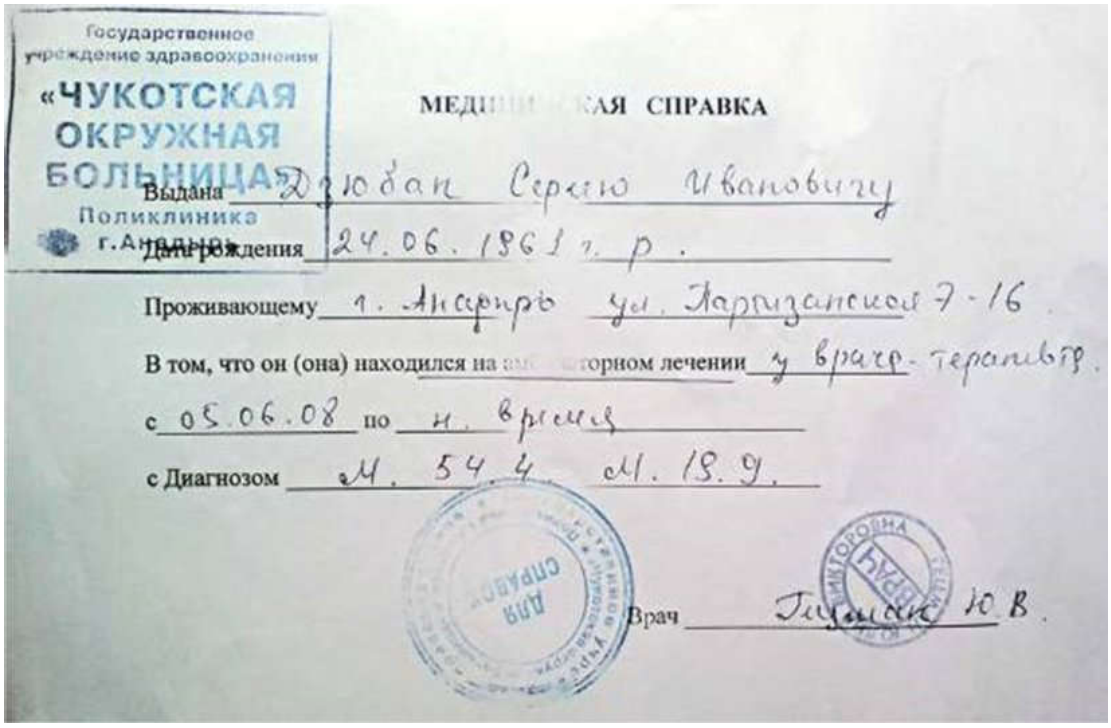
- по уходу за ребенком старше 15 лет - на три календарных дня.

Соответственно, больничный лист, выданный и оформленный с нарушением этих правил, недействителен.

Больничный лист



Медицинская справка


Государственное учреждение здравоохранения
«ЧУКОТСКАЯ ОКРУЖНАЯ БОЛЬНИЦА»
Поликлиника
г. Анадырь

МЕДИЦИНСКАЯ СПРАВКА

Выдана Дюбан Сергею Ивановичу

Дата рождения 24.06.1961 г. р.

Проживающему г. Анадырь ул. Партизанская 7-16

В том, что он (она) находился на амбулаторном лечении у врача-терапевта.

с 05.06.08 по н. время

с Диагнозом М. 54.4 М. 18.9.

Врач Гуменюк Ю.В.

3. Найдите правильный ответ.

Что выдадут вам из медучреждения, после болезни, для предоставления в учебное заведение, если вам ещё нет 18 лет?

1. Справку
2. Больничный лист

4. Ответить на вопросы теста

Вопрос	Варианты ответа

В каких случаях требуется медицинская помощь?	1. Когда человек спокойно отдыхает 2. Когда человек заболел 3. Когда у человека покраснели щеки
Отметьте, инфекционные заболевания	1. Грипп 2. Дизентерия 3. Солнечный удар 4. Чесотка
Какое заболевание передаётся через контакт с больным?	1. Грипп 2. Дизентерия 3. Солнечный удар 4. Чесотка
Отметьте правила ухода за больным	1. Отдельная комната или ширма 2. Лекарства давать, как захотите 3. Отдельная посуда 4. Бельё больному менять 1 раз в месяц 5. Проветривать комнату. 6. Кормить в одно и тоже время.
Условие освобождения от учёбы или работы	1. Праздник 2. День рождения 3. Болезнь 4. Уход за больным 5. Декретный отпуск
Какие документы подтверждают нетрудоспособность?	1. Докладная 2. Справка из мед.учреждения

	3. Записка от мамы 4. Листок нетрудоспособности (больничный)

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №12,13

Тема:Способы экономии расходов

Цель работы:Установление зависимости между потребностями и расходами семьи. Знакомство с постоянным ростом потребностей и ограниченностью возможностей, возможными способами рационального расходования средств. Формирование уважительного отношения к труду родителей, собственности семьи.

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование:П**ланирование семейного бюджета** — дело довольно сложное. Оно включает в себя реальную оценку будущих доходов и рациональное использование этих средств с учетом действующих цен и уровня инфляции. Чтобы спланировать, сколько средств и на что будет израсходовано, надо располагать данными не только о своих доходах, но и знать цены товаров.

Большую роль в планировании играет учет и контроль расходов;

Учет - установление чего-либо путем подсчета, описи, проверки.

Расход – затраты, издержки, потребление чего либо для определенных целей.

Ранее мы выделили **4 группы основных расходов**:

обязательные платежи,

питание,

промтовары,

культурно-бытовые услуги.

1. Обязательные платежи:

а) налоги (в частности подоходный),

б) оплата коммунальных услуг (квартиры, отопления, газа, воды, электроэнергии, телефона, радио и т.д.),

в) взносы в общественные и кооперативные организации, в жилищно-строительный кооператив,

г) погашение ссуды и банке, кредитов,

д) детсад, образовательные услуги,

е) транспортные расходы,

ж) дополнительные услуги образования (кружки, секции).

Подоходный налог — вид налогового обложения, при котором облагается доход физического или юридического лица, полученный в результате его деятельности или от использования имущества.

2. Значительная часть бюджета расходуется на **питание** (45%) и на **продовольственные товары** (25%).

3. К **промышленным товарам** следует отнести обувь, одежду, покупку хозяйственных товаров, бытовой техники, теле - и радио-аппаратуры, мебели, различные предметы обустройства квартиры.

4. Расходы на услуги составляют достаточно большую часть семейных расходов. Их можно разделить на группы:

а) бытовые:

ремонт и техническое обслуживание бытовых машин и приборов, мебели;

стирка белья;

химическая чистка, крашение одежды;

ремонт жилища;

услуги фотографов, кинофотолабораторий;

банные услуги, услуги парикмахерских;

прокат различных изделий;

б) транспортные, услуги связи:

почтовые, телеграфные отправления;

междугородные переговоры,

установка телефона;

подписка на газеты и журналы,

в) услуги культурно-массовых и оздоровительных учреждений:

стоматологическая поликлиника;

косметологический кабинет;

санатории, дома отдыха;

кино, театр, выставки;

спортивные секции и т.п.

Кроме 4-х основных статей расходов нужно учесть и прочие расходы: покупку подарков, различные мелочи и т. д. Также должен быть резерв для компенсации непредвиденных расходов (вызов такси, не запланированный ремонт телевизора и т. д.).

Существует несколько классификаций расходов. Но в любой семье существуют 2 основные группы расходов: переменные и постоянные.

Постоянные расходы - это расходы, которые можно осуществить или запланировать в начале какого-либо периода и они не изменятся к его концу. К ним относят плату за квартиру, подписку на периодические издания, абонемент на транспорт и т.п.

Переменные расходы включают в себя периодические (циклические и сезонные) и единовременные (непредвиденные) расходы.

К циклическим расходам относится покупка предметов различий длительности пользования (мебель 10-12 лет, верхняя одежда 2-3 сезона, бытовая техника, материалы для ремонта квартиры и т.д.)

Пути экономии денежных средств:

Экономия на питании (покупать продукты по более дешевым ценам, но не менее питательные, использовать отходы, например сделать оладьи из кислого молока, пудинг из холодной манной каши и т.д.)

Экономия на услугах (например пошив одежды, ремонт техники, стирка белья, приготовление пищи и т.д.)

Приобретение качественных вещей (народная мудрость гласит:«Мы не настолько богаты, чтобы покупать дешевые вещи»)

Указания по выполнению практического занятия :

1.Используя таблицу данных, рассчитать плату за 2-х комнатную квартиру, общей площадью 45 квадратных метров, при условии, что в ней проживает семья из 3 человек. Квартира расположена на первом этаже 9 этажного блочного дома.

Наименование	**Единицы измерения**	**Начислено**
Содержание жилья, в т.ч.:		
Обслуживание домов	М2	2-31 (1)
Эксплуатация лифтов (3)	Чел.	28-40 (2)
Эксплуатация мусоропроводов (4)	М2	0-31
Вывоз ТБО	М2	0-61

Текущий ремонт жилья	М2	2-41
Отопление (3)	М2	10-04
Водоснабжение:		
Холодное (3)	Чел.	33-57
Горячее (3)	Чел.	90-80
Канализация	Чел.	24-18
Кабельная антенна	Ед.	23-00
Газ	Чел.	13-80
Электроэнергия	кВт	1-04

1 Плата за обслуживание домом зависит от наличия лифта, мусоропровода, электроплиты, горячего водоснабжения (ГВС).

2 Плата за пользование лифтом не взимается с жильцов 1 и 2 этажей, граждан до 7лет и старше 80 лет.

3 При непредоставлении услуги производится перерасчет.

4 Плата за пользование мусоропроводом не взимается с жителей 1 этажей.

2.Девочка решила помочь маме приготовить ужин. До прихода мамы остался один час. Меню ужина состоит из овощного салата, картофельного пюре и котлет. На приготовление необходимы следующие затраты времени:

На мытье овощей 10 мин.

На резку овощей 10 мин.

На чистку картофеля 10 мин.

На варку картофеля 30 мин.

На приготовление пюре 10 мин.

На приготовление котлет из фарша 10 мин.

На жаренье котлет 30 мин.

На сервировку стола 10 мин.

В какой последовательности необходимо производить операции по приготовлению ужина, чтобы успеть к приходу мамы.

3.Найдите правильный ответ:

Вариант 1

1. Бюджет семьи – это:

а) деньги или материальные ценности, получаемые от предприятия, отдельного лица или какого-либо рода деятельности;

б) журнал, где учтены все доходы семьи, имущества, ценности, долги и расходы на те или иные потребности;

в) структура всех доходов и расходов семьи за определенный промежуток времени;

г) умение правильно распределять доход семьи.

2. Закончите предложения:

а) Если бюджет показывает, что расходы равны доходам, то он ….

б) Если расходы превышают доходы, то бюджет ….

3. Найдите в правой колонке определения, соответствующие понятиям в левой колонке:

1. Доход	а) Денежные средства, ценности, запасы, физические и интеллектуальные возможности членов семьи и др.
2. Дефицит	б) Недостаток, нехватка чего-либо.
3. Ресурсы	в) Деньги или материальные ценности, получаемые от предприятия или какого-либо рода деятельности.

4. Закончите предложение:

Все расходы делятся на ….

Вариант 2

Найдите правильный ответ:

1. Доход семьи – это:

а) журнал, где учтены все доходы семьи, имущества, ценности, долги и расходы на те или иные потребности;

б) умение правильно распределять доход семьи.

в) деньги или материальные ценности, получаемые от предприятия, отдельного лица или какого-либо рода деятельности;

г) структура всех доходов и расходов семьи за определенный промежуток времени;

2. Закончите предложения:

а) Если доходы превышают расходы, то бюджет ….

б) Если бюджет показывает, что расходы равны доходам, то он ….

3. Найдите в правой колонке определения, соответствующие понятиям в левой колонке:

1. Расход	а) Нужда, надобность, необходимость.
2. Баланс	б) Равновесие, сопоставление отдельных сторон какого-либо явления, которые должны уравновешивать друг друга
3. Потребность	в) Затрата, издержки, потребление чего-либо для определенных целей.

4. Закончите предложение:

Сезонные, циклические и непредвиденные расходы относятся к ….

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №14

Тема:Деловые бумаги, правила составления

Цель работы:Расширение словарного запаса учащихся, применение полученных знаний по заполнению деловых бумаг на практике;

Задачи:Развивать устную и письменную речь;воспитать чувство гражданского самосознания, этики делового человека.

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Теоретическое обоснование:

Р**азговорный стиль:** обыденная речь, беседа, диалог, монолог, частное письмо, эмоциональность, простота речи, эмоционально окрашенные слова, слова-предложения, неполные предложения, слова с переносным значением.

Научный стиль: научная деятельность, диссертация, доклад, монография, логичность, объективность, смысловая точность, терминологическая и профессиональная лексика, ссылки на источники.

Официально-деловой стиль: сфера законодательства, делопроизводства, приказы, постановления, протоколы, акты, справки, заявления, инструкции, характеристика, доверенность, точность, отсутствие образности, стандартность, прямой порядок слов, развернутые предложения.

Публицистический стиль: агитационные выступления, воздействие через средства массовой информации, газетная статья, очерк, репортаж, интервью, новости, логичность речи, эмоциональность, оценочность, призывность, высокие, торжественные слова, морально-этические слова общественно-политическая лексика, риторические вопросы и восклицания.

Художественный стиль: изображение жизни, воздействие на читателя эпос, лирика, драма, образность, эмоциональность, использование возможностейразных стилей, изобразительно-выразительные средства: тропы, стилистические фигуры.

Указания по выполнению практического занятия :

Задание: чтобы заполнить деловые бумаги, нужно грамотно писать. Вам необходимо вставить пропущенные буквы, раскрыть скобки, объяснить правописание производных предлогов. В случае затруднения обращайтесь к орфографическому словарю.

Д…м…нстрац…я, з…веду…щий, с…кр…тарь, оф…ц…альный, в…ст…новить, кв…л…ф…кация, р…з…люц…я, учр…ждение, оф…с, к…нкуренц.я, пр…зидент, м…н…стерство, орг…н…зац…я, а…т…б…графия, пр…зидиум, пр…гре…, пр…фе……ия, р…путац…я, сп…ц…альность, ун…в…рсальный, труж…..ик, ин…ц…ативный, к…л…кти…, иметь (в) виду следу…щее, вп…следстви… буд…т пр…долж…но, (в) т…чени… дня, (в) пр…д…лжени… месяца, (в) виду (не)достатка мат…р…алов, (по) видимому, пр…изво…ство, пр….мышле…..ость, ра….етливый, к…мп…тентный, (по) изучени… вопроса, (по) получени…письма.

Задание: по толкованию лексического значения угадать слово, записать его в тетрадь.

1. Описание своей жизни
2. Описание чьей-то жизни.
3. Краткое официальное сообщение о событии, имеющем общественное значение, в разговорной речи — больничный лист.
4. Документ, которым доверяется кому-нибудь действовать от имени выдавшего этот документ.

5. Деловая бумага, служащая доказательством чего-либо, подтверждающая право на что-либо.
6. Обязательное правило, постановление, установленное верховной государственной властью.
7. Официальное сообщение в устной или письменной просьбе о чем-либо.
8. Сообщение, донесение до всеобщего сведения.
9. Запись выступления участников собрания, совещания и принятых решений по обсуждаемым вопросам.
10. Документ, в котором в краткой форме, но емко изложены основные сведения о человеке. Как можно выигрышно и предельно объективно представить себя.
11. Документ, в котором говорится о деловых качествах человека, а также о тех личных качествах, которые могут полнее раскрыть человека.
12. .Обращение с официальной просьбой или представлением о ком-либо или чем-либо

Практическая работа по заполнению деловых бумаг

Письменная просьба о чем-нибудь

Заявление включает:

— наименование адресата-получателя (название учреждения или должностного лица с указанием фамилии, имени, отчества в форме дательного падежа; эта часть заявления располагается по правой стороне листа);
— указание на лицо, от которого исходит заявление, в родительном падеже без предлога (эта часть тоже располагается по правой стороне листа);
— наименование документа (пишется с маленькой буквы посередине строки; после слова «заявление» ставится точка);
— текст просьбы с кратким ее обоснованием (пишется с красной

строки);

— перечень приложений;

— подпись заявителя (пишется внизу справа).

— дата (ставится слева под текстом ниже подписи).

Образец заявления:

Директору КГУ «Дубровинская
средняя школа имени С. Г. Гуденко»
Т. С. Кустаевой
студентки СКГУ Ефимовой Виктории

заявление.

Прошу Вас разрешить прохождение преддипломной практики в Дубровинской средней школе имени С. Г. Гуденко.

Ефимова В.

12 декабря 2019 года

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №15

Тема:Решение ситуационных задач

Цель работы:Расширение словарного запаса учащихся, применение полученных знаний по заполнению деловых бумаг на практике;

Задачи:Развивать устную и письменную речь;воспитать чувство гражданского самосознания, этики делового человека.

Оборудование:Тетрадь, ручка, дидактический материал

Указания по выполнению практического занятия :

Задание 1

Предложите новую услугу своего рекламного агентства по телефону различным типам клиентам. Разыграйте ситуации в парах.

Задание 2

Вы звоните новому (старому) клиенту, потребности и вкусы которого вам неизвестны (известны). Вам необходимо:

- расположить к себе клиента;
- убедить его сделать заказ.

Задание 3

Вам необходимо напомнить о себе после продолжительного перерыва. Как вы построите беседу по телефону?

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №16

Тема:Заполнение трудового договора. Составление резюме.

Цель работы:Изучить содержание типового трудового договора, научиться составлять трудовой договор.

Оборудование:Тетрадь, ручка, бланк трудового договора

Указания по выполнению практического занятия :

Задания:

1. Заполнить бланк трудового договора, вставляя в пропущенные строчки необходимую информацию и используя данные для каждого варианта . Информацию в скобках не записывать, из текста, набранного другим шрифтом, выбрать нужное

слесарь по ремонту автомобилей (4 разряд)

ремонтный цех предприятия

договор на неопределённый срок

пятидневная рабочая неделя

повременная

наличие служебного автомобиля

слесарь-расточник (3 разряд)

механо-сборочный цех

срочный договор

шестидневная рабочая неделя

сдельная

служебная квартира

Трудовой договор № _____

« __» _____201_г.

_____(наименование организация), именуемое в дальнейшем «Работодатель», в лице

_____(данные руководителя), с одной стороны и

_____

_____,

фамилия, имя, отчество работник

именуемый в дальнейшем «Работник», с другой стороны, заключили трудовой договор о нижеследующем:

1. Предмет трудового договора

1.1. По настоящему трудовому договору Работник обязуется выполнять обязанности по профессии, специальности

(должности)

_____

_____

полное наименование профессии, специальности (должности)

_____

_____

разряд, класс (категория квалификации)

_____

___место работы _____

с подчинением внутреннему трудовому распорядку Работодателя, а Работодатель обязуется обеспечивать Работнику необходимые условия работы, своевременную и в полном объеме выплату заработной платы, необходимые бытовые условия в соответствии с действующим законодательством, локальными нормативными актами, коллективным договором и настоящим трудовым договором.

2.Общие положения

2.1. Настоящий трудовой договор заключается: на неопределенный срок; на определенный срок (выписать нужное)

2.2.

_____

_____

(причина заключения срочного трудового договора со ссылкой на соответствующий пункт ст. 59 трудового кодекса РФ)

2.3. Срок действия срочного договора:

с «__»_____20__г. по «__»_____20__г.

Работник приступает к работе с «__»_____20__г..

Трудовой договор является договором: *по основной работе; по совместительству* (нужное указать)

2.4 Работнику: *устанавливается срок испытания на 3 месяца; не устанавливается срок испытания* (нужное указать)

3. Права и обязанности сторон

3.1. Работник имеет право на:

3.1.1. (записать три любых права работника)

3.2. Работник обязан:

3.2.1. (записать три любых обязанности работника)

3.3. Работодатель имеет право:

3.3.1. (записать три любых права работодателя)

3.4. Работодатель обязан:

3.4.1. (записать три любых обязанности работника)

4. Режим работы и время отдыха

4.1. Режим рабочего времени _____(указать режим рабочего времени в течение рабочего дня, в течение недели)

4.2. Работнику предоставляется в соответствии с графиком ежегодный основной оплачиваемый отпуск продолжительностью 28 календарных дней и дополнительный отпуск продолжительностью _____календарных дней.

4. Характеристика условий труда

5.1. Характеристика условий труда на рабочем месте: *нормальные; тяжелые; вредные; опасные* (указать нужное).

5. Оплата труда

6.1. Повременная, оклад _____Сдельная, тарифная ставка _____ (выбрать один из видов, указав сумму оклада или тарифной ставки).

6.2. Доплата за труд в особых условиях

_____

_____

6.3. Работник, кроме того получает дополнительно к окладу выплаты, предусмотренные законодательством РФ и действующими положениями на предприятии.

6. Дополнительные условия

_____

_____

7. Виды и условия социального страхования

8.1 Работодатель гарантирует работнику обязательное социальное страхование в соответствии с Трудовым Кодексом Российской Федерации и иными Федеральными законами, в том числе обязательное медицинское страхование.

8. Заключительные положения

10.1. Все изменения и дополнения к настоящему договору могут быть внесены только по обоюдному согласию сторон; они оформляются в письменном виде, подписываются обеими сторонами и являются неотъемлемой частью настоящего трудового договора.

10.2. Настоящий трудовой договор может быть прекращен по основаниям, предусмотренным действующим законодательством.

10.3. Настоящий трудовой договор составлен в _____экземплярах, имеющих одинаковую юридическую силу, один экземпляр хранится у _____, второй - у _____.

6. Адреса и реквизиты сторон

Работник: _____

Подпись _____

Подпись _____

Экземпляр договора Работником получен _____

2.Решите задачи по трудовому праву:

1.Молодая женщина трудоустроилась на работу в фирму на должность секретаря-референта. Через несколько месяцев она вышла замуж и забеременела. Администрация фирмы расторгла с ней трудовой договор. Женщина обжаловала свое увольнение в суде. Какое решение должен принять в данном случае суд? Приведите не менее трех оснований, по которым администрация может уволить работника по своей инициативе.

2Узнав, что бабушке требуется дорогостоящая операция, 16-летний школьник Иван решил устроиться продавцом в табачный киоск. Его устраивал размер предполагаемой оплаты труда и график работы. Но работодатель отказался принять Ивана на работу. Правомерны ли действия работодателя? Свой ответ поясните. Назовите любые две особенности регулирования труда работников младше 18 лет.

3.Со слесарем Сидоровым был заключён трудовой договор сроком на три года. По истечении двух лет Сидоров решил уволиться, о чём уведомил работодателя в письменной форме. Работодатель отказал слесарю в прекращении трудового договора, сославшись на то, что до истечения срока действия договора остался год, который Сидоров должен отработать на предприятии. Правомерен ли отказ работодателя? Свой ответ обоснуйте.

4.Владелец интернет-магазина заключил срочный трудовой договор с тремя 15-летними учащимися профессионального лицея. В соответствии с условиями договора каждый из них должен выполнять работы по упаковке покупок клиентов магазина в течение учебного года 4 раза в неделю, с 12:00 до 23:00 с часовым перерывом на обед. Какие нарушения были допущены при заключении договора? (Укажите три нарушения.)

5.Никитин был принят на работу в порядке перевода на должность главного бухгалтера с шестимесячным испытательным сроком. Юрисконсульт указал, что при приеме на работу Никитина нарушено трудовое законодательство. Назовите нарушения при приеме на работу Никитина.

6.Илья учится в 8-м классе. Ему 14 лет. В период каникул решил пойти работать на завод. Его мать возражает, так как считает, что перед новым учебным годом сын должен отдохнуть. Будет ли Илья принят на работу?

Приложение к ПЗ№14

1. Описание своей жизни. (Автобиография).

2. Описание чьей-то жизни. (Биография).

3. Краткое официальное сообщение о событии, имеющем общественное значение, в разговорной речи — больничный лист. (Бюллетень).

4. Документ, которым доверяется кому-нибудь действовать от имени выдавшего этот документ. (Доверенность).

5. Деловая бумага, служащая доказательством чего-либо, подтверждающая право на что-либо. (Документ).

6. Обязательное правило, постановление, установленное верховной государственной властью. (Закон).

7. Официальное сообщение в устной или письменной просьбе о чем-либо. (Заявление).

8. Сообщение, донесение до всеобщего сведения. (Объявление).

9. Запись выступления участников собрания, совещания и принятых решений по обсуждаемым вопросам. (Протокол).

10. Документ, в котором в краткой форме, но емко изложены основные сведения о человеке. Как можно выигрышно и предельно объективно представить себя. (Резюме).

11. Документ, в котором говорится о деловых качествах человека, а также о тех личных качествах, которые могут полнее раскрыть человека. (Характеристика).

12. Обращение с официальной просьбой или представлением о ком-либо или чем-либо. (Ходатайство).

Библиографический список:

Дополнительная литература:

Воронкова, В.В.Социально-бытовая ориентировка учащихся 5-9 классов в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида: пособие для учителя / В.В. Воронкова, С.А. Казакова. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2006. – 247 с.

Гладкая, В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: методическое пособие. – М.: НЦ ЭНАС, 2003. – 192 с.

Львова, С.А. Практический материал к урокам социально-бытовой ориентировки в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе

VIII вида: пособие для учителя / С.А. Львова. – Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2005. – 136 с.: ил.

Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. / Под.ред. А.М. Щербаковой. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2004. – 302 с.