

	Министерство образования и науки Российской Федерации Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого» МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ Учебно-методическая документация
---	---

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специальности:

15.02.08 Технология машиностроения

15.02.07 Автоматизация технологических процессов и производств (по отраслям)

23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

11.02.11 Сети связи и системы коммутации

Квалификация выпускника: техник

09.02.03 Программирование в компьютерных системах

Квалификация выпускника: техник-программист

09.02.01 Компьютерные системы и комплексы

Квалификация выпускника: техник по компьютерным системам

54.02.01 Дизайн (по отраслям)

Квалификация выпускника: дизайнер, преподаватель

Разработчик:

Яковлев Игорь Николаевич, педагог – организатор ОБЖ

Методические рекомендации по практическим занятиям приняты на заседании предметной (цикловой) комиссии общеобразовательных, общих гуманитарных и социально-экономических и естественно - научных дисциплин колледжа, протокол №1 от «24 » сентября 2015 г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии  /Л.П. Белорусова/

Содержание

Пояснительная записка.....	4
Тематический план.....	6
Содержание практических занятий	14
Практическое занятие № 1(Вариант1).....	14
Практическое занятие № 1(Вариант2).....	24
Практическое занятие № 2.....	34
Практическое занятие № 3.....	47
Практическое занятие № 4.....	52
Информационное обеспечение обучения.....	63
Лист регистрации изменений.....	65

Пояснительная записка

Методические рекомендации по практическим занятиям, являющиеся частью учебно-методического комплекса по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» составлены в соответствии с:

1 Федеральным государственным образовательным стандартом по специальностям:

15.02.08 Технология машиностроения

15.02.07 Автоматизация технологических процессов и производств (по отраслям)

23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

11.02.11 Сети связи и системы коммутации

09.02.03 Программирование в компьютерных системах

09.02.01 Компьютерные системы и комплексы

54.02.01 «Дизайн (по отраслям)

2 Рабочей программой учебной дисциплины;

3 Примерной программой учебной дисциплины: «Основы безопасности жизнедеятельности» (□ ФГУ «ФИРО» Минобрнауки России, 2015 г.);

4 Положением о планировании, организации и проведении лабораторных работ и практических занятий студентов, осваивающих основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования в колледжах НовГУ.

Методические рекомендации включают 4 практических занятия, предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины в объёме 8 часов.

В результате выполнения практических заданий обучающийся должен:

уметь

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

знать

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

Форма контроля: устная защита отчёта по теме практического занятия.

Критерии оценки

Оценка «5» (отлично) – выставляется, если студент:

- последовательно, связно излагает материал, показывая знание и глубокое понимание всего программного материала, уверенно выполняет практические приемы и действия по теме практического занятия;
- делает необходимые выводы и обобщения;
- в пределах темы практического занятия отвечает на поставленные (основные и дополнительные) вопросы;

Оценка «4» (хорошо) – выставляется, если студент:

- твердо усвоил основной материал программы по теме практического занятия, выполняет заданные практические приемы и действия;
- ответ, в основном, удовлетворяет установленным требованиям, но при этом допущены несущественные пропуски при изложении фактического материала, предусмотренного темой практического занятия.

Оценка «3» (удовлетворительно) – выставляется, если студент:

- знает и понимает основной материал программы, выполняет практические приемы и действия по теме практического занятия, материал излагается упрощенно, с ошибками и затруднениями;
- допущены неточности в формулировках.

Оценка «2» (неудовлетворительно) – выставляется, если студент:

- материал излагает бессистемно, допускает существенные ошибки при выполнении практических приёмов и действий по заданию практического занятия,
- незнание материала по узловым вопросам практического занятия.

3.1 Тематический план и содержание учебной дисциплины для специальностей:

15.02.08 Технология машиностроения

15.02.07 Автоматизация технологических процессов и производств (по отраслям)

23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

11.02.11 Сети связи и системы коммутации

09.02.03 Программирование в компьютерных системах

09.02.01 Компьютерные системы и комплексы

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение:	Содержание учебного материала: Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные понятия и теоретические положения основ безопасности жизнедеятельности, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Влияние современного человека на окружающую среду, сохранение и защита биосферы. Применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности, формирование безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности - современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальностей СПО.	2	1

Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		16	1, 2, 3
Тема 1.1 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	Содержание учебного материала: Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1	1
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.	Содержание учебного материала: Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Правильный режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья, создание условий обеспечения рационального питания. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2	1
	Практическое занятие №1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	1	2
Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	Содержание учебного материала: Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	1
Тема 1.4 Вредные привычки и их социальные последствия.	Содержание учебного материала: Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	4	1

Тема 1.5 Правила и безопасность дорожного движения.	Содержание учебного материала: Правила и безопасность дорожного движения.	1	1
	Практическое занятие №2: Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. Изучение и отработка моделей поведения людей в случае ЧС на транспорте.	1	2
Тема 1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья и общества.	Содержание учебного материала: Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья .	2	1
Тема 1.7 Правовые основы взаимоотношения полов.	Содержание учебного материала: Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	2	1
Раздел 1	Самостоятельная работа №1: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.	6	3
Раздел 2 Основы медицинских знаний		18	1,2,3
Тема 2.1 Первая доврачебная помощь.	Содержание учебного материала. Понятие первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации» Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни.	1	1

Тема 2.2 Травмы и их виды.	Содержание учебного материала. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	3	1
Тема 2.3 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	Содержание учебного материала. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	1	1
Тема 2.4 Первая помощь при кровотечениях	Содержание учебного материала. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2	1
	Практическое занятие № 3. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	1	2
Тема 2.5 Первая помощь при ожогах.	Содержание учебного материала. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	1	1

Тема 2.6 Первая помощь при воздействии низких температур	Содержание учебного материала. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	1	1
Тема 2.7 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	Содержание учебного материала. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	1	1
Тема 2.8 Первая помощь при отравлениях.	Содержание учебного материала. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	1	1
Тема 2.9 Реанимационные мероприятия	Содержание учебного материала. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	1	1
	Практическое занятие № 4. Изучение и освоение основных способов непрямого массажа сердца и искусственного дыхания .	1	2
Тема 2.10 Инфекционные болезни.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	2	1
Тема 2.11 Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	Содержание учебного материала. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье будущего ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.	1	1

Тема 2.12 Основы ухода за младенцем. Духовность и здоровье семьи.	Содержание учебного материала. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	1	1
Раздел 2	Самостоятельная работа №2. Основы медицинских знаний.	6	3
Раздел 3 Государственная система обеспечения безопасности населения.		16	1, 2, 3.
Тема 3.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	1
Тема 3.2 Характеристика чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для Северо-Западного региона . Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	1	1
	Практическое занятие № 5. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	1	2
	Практическое занятие № 6. Изучение первичных средств пожаротушения.	1	2
Тема 3.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	1
Тема 3.4 Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	Содержание учебного материала. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	2	1

Тема 3.5 Организация защиты населения при угрозе и возникновении чрезвычайной ситуации.	Содержание учебного материала. Организация защиты населения при угрозе и возникновении чрезвычайной ситуации. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Мониторинг и прогноз ЧС. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы (АСДНР), проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных и других неотложных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	3	1
	Практическое занятие № 7. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС.	1	2
Тема 3.6 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	1	1
Тема 3.7 Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, АСДНР проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	1	1
Тема 3.8 Чрезвычайные ситуации социального характера.	Содержание учебного материала. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	1
Тема 3.9 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	Содержание учебного материала. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в	1	1

	области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности.		
Раздел 3	Самостоятельная работа № 3. Государственная система обеспечения безопасности населения.	6	3
Раздел 4 Основы обороны государства и воинская обязанность		18	1,2,3
Тема 4.1 История создания Вооруженных Сил России.	Содержание учебного материала. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра -1, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. История создания и развития советских ВС(СССР). ВС России. Основные предпосылки проведения военной реформы ВС Российской Федерации.	2	1
Тема 4.2 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала. Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации. Вооруженные Силы России на современном этапе. Функции и основные задачи современных ВС России , их роль и место в системе национальной безопасности России. Военная доктрина. Вооруженные Силы России на современном этапе, военная организация государства. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации (ВС РФ). Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск ВС РФ . Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска, их состав и предназначение: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации; Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации; Войска гражданской обороны МЧС России.	3	1

Тема 4.3 Воинская обязанность.	Содержание учебного материала. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учёт. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах и учебных военных центрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования. Призыв на военную службу. Прохождение действительной военной службы. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение и быт военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Пребывание в запасе, прохождение военной службы на военных сборах. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	3	1
Тема 4.4 Прохождение военной службы по контракту.	Содержание учебного материала. Прохождение военной службы по контракту: требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту; сроки военной службы по контракту; основные условия прохождения военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.	1	1

Тема 4.5 Военнослужащий – защитник своего Отечества.	Содержание учебного материала. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий–специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).	1	1
	Практическое занятие № 8. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	1	2
Тема 4.6 Воинская дисциплина и ответственность.	Содержание учебного материала. Единоначалие- принцип строительства ВС Российской Федерации. Воинская дисциплина, её сущность и значение. Общие права военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).	2	1
Тема 4.7 Соблюдение норм международного гуманитарного права (МГП).	Содержание учебного материала. Военные аспекты МГП. Международные правила поведения военнослужащего в бою.	1	1
Тема 4.8 Как стать офицером Российской Армии.	Содержание учебного материала. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ.	1	1

Тема 4.9 Боевые традиции Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала. Памяти поколений – дни воинской славы России – дни славных побед. Великий Новгород - город воинской славы! Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба и войсковое товарищество- основа боевой готовности частей и подразделений ВС РФ. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений ВС РФ. Войсковое товарищество- боевая традиция Российской армии и Флота.	1	1
Тема 4.10 Символы воинской чести	Содержание учебного материала. Боевое Знамя воинской части- символ воинской чести, доблести и славы.. Ордена- почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	1
Тема 4.11 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих уволенных в запас или отставку.	1	1
Раздел 4	Самостоятельная работа №4. Основы обороны государства и воинская обязанность	6	3
ВСЕГО:		94	

3.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины для специальности:

54.02.01 «Дизайн».

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение	Содержание учебного материала: Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные понятия и теоретические положения основ безопасности жизнедеятельности, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Влияние современного человека на окружающую среду, сохранение и защита биосферы. Применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности, формирование безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности - современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальностей СПО.	2	1
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		16	1, 2, 3
Тема 1.1 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	Содержание учебного материала: Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1	1
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.	Содержание учебного материала: Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Правильный режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья, создание условий обеспечения рационального питания. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Правила личной гигиены и здоровье человека.	3	1

Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	Содержание учебного материала: Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	1
Тема 1.4 Вредные привычки и их социальные последствия.	Содержание учебного материала: Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	4	1
Тема 1.5 Правила и безопасность дорожного движения.	Содержание учебного материала: Правила и безопасность дорожного движения. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. Изучение и отработка моделей поведения людей в случае ЧС на транспорте.	2	1
Тема 1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья и общества.	Содержание учебного материала: Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	2	1
Тема 1.7 Правовые основы взаимоотношения полов.	Содержание учебного материала: Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	2	1
Раздел 1	Самостоятельная работа №1: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.	8	3

Раздел 2 Основы медицинских знаний		18	1,2,3
Тема 2.1 Первая доврачебная помощь.	Содержание учебного материала. Понятие первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи.	1	1
Тема 2.2 Травмы и их виды.	Содержание учебного материала. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	3	1
Тема 2.3 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	Содержание учебного материала. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	1	1
Тема 2.4 Первая помощь при кровотечениях	Содержание учебного материала. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	3	1

Тема 2.5 Первая помощь при ожогах.	Содержание учебного материала. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	1	1
Тема 2.6 Первая помощь при воздействии низких температур	Содержание учебного материала. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	1	1
Тема 2.7 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	Содержание учебного материала. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	1	1
Тема 2.8 Первая помощь при отравлениях.	Содержание учебного материала. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	1	1
Тема 2.9 Реанимационные мероприятия	Содержание учебного материала. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	2	1
Тема 2.10 Инфекционные болезни.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.	2	1

	Ранние половые связи и их последствия для здоровья.		
Тема 2.11 Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	Содержание учебного материала. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.	1	1
Тема 2.12 Основы ухода за младенцем. Духовность и здоровье семьи.	Содержание учебного материала. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	1	1
Раздел 2	Самостоятельная работа №2. Основы медицинских знаний.	6	3
Раздел 3 Государственная система обеспечения безопасности населения.		16	1, 2, 3.
Тема 3.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	1
Тема 3.2 Характеристика чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для Северо-Западного региона . Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.). Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение первичных средств пожаротушения.	2	1

Тема 3.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	1
Тема 3.4 Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	Содержание учебного материала. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	2	1
Тема 3.5 Организация защиты населения при угрозе и возникновении чрезвычайной ситуации.	Содержание учебного материала. Организация защиты населения при угрозе и возникновении чрезвычайной ситуации. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Мониторинг и прогноз ЧС. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы (АСДНР), проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных и других неотложных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС.	4	1
Тема 3.6 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	2	1
Тема 3.7 Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации	Содержание учебного материала. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, АСДНР проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	1	1

Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.		
Тема 3.8 Чрезвычайные ситуации социального характера.	Содержание учебного материала. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	1
Тема 3.9 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	Содержание учебного материала. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности.	1	1
Раздел 3	Самостоятельная работа № 3. Государственная система обеспечения безопасности населения.	8	3
Раздел 4 Основы обороны государства и воинская обязанность		18	1,2,3
Тема 4.1 История создания Вооруженных Сил России.	Содержание учебного материала. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра -1, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. История создания и развития советских ВС(СССР). ВС России. Основные предпосылки проведения военной реформы ВС Российской Федерации.	2	1
Тема 4.2 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала. Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации. Вооруженные Силы России на современном этапе. Функции и основные задачи современных ВС России , их роль и место в системе национальной безопасности России. Военная доктрина. Вооруженные Силы России на современном этапе, военная организация государства. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации (ВС РФ).	3	1

	Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск ВС РФ . Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска, их состав и предназначение: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации; Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации; Войска гражданской обороны МЧС России.		
Тема 4.3 Воинская обязанность.	Содержание учебного материала. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учёт. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах и учебных военных центрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования. Призыв на военную службу. Прохождение действительной военной службы. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение и быт военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Пребывание в запасе, прохождение военной службы на военных сборах. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	4	1

Тема 4.4 Прохождение военной службы по контракту.	Содержание учебного материала. Прохождение военной службы по контракту: требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту; сроки военной службы по контракту; основные условия прохождения военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.	1	1
Тема 4.5 Военнослужащий – защитник своего Отечества.	Содержание учебного материала. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий–специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	1	1
Тема 4.6 Воинская дисциплина и ответственность.	Содержание учебного материала. Единоначалие- принцип строительства ВС Российской Федерации. Воинская дисциплина, её сущность и значение. Общие права военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).	2	1
Тема 4.7 Соблюдение норм международного гуманитарного права (МГП).	Содержание учебного материала. Военные аспекты МГП. Международные правила поведения военнослужащего в бою.	1	1

Тема 4.8 Как стать офицером Российской Армии.	Содержание учебного материала. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ.	1	1
Тема 4.9 Боевые традиции Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала. Памяти поколений – дни воинской славы России – дни славных побед. Великий Новгород - город воинской славы! Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба и войсковое товарищество- основа боевой готовности частей и подразделений ВС РФ. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений ВС РФ. Войсковое товарищество- боевая традиция Российской армии и Флота.	1	1
Тема 4.11 Символы воинской чести	Содержание учебного материала. Боевое Знамя воинской части- символ воинской чести, доблести и славы.. Ордена- почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	1
Тема 4.12 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих уволенных в запас или отставку.	1	1
Раздел 4	Самостоятельная работа №4. Основы обороны государства и воинская обязанность	8	3
ВСЕГО:		100	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. - ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. - продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

Содержание практических занятий

Практическое занятие №1

РАЗДЕЛ 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Тема 2.1 Первая доврачебная помощь пострадавшим

Тема ПЗ: «Оказание первой медицинской помощи пострадавшим при переломах, ожогах, внезапной остановке сердца, обморожениях, утоплении, кровотечениях, ранениях, поражении отравляющими веществами».

Вариант № 1. «Первая медицинская помощь при переломах, ожогах, внезапной остановке сердца, обморожениях, утоплении»

Время -2часа

Цель:

- изучить технику проведения первой медицинской помощи при переломах, ожогах, внезапной остановке сердца, отморожениях, утоплении
- научиться приемам первой помощи.

Перечень необходимых средств

- Перевязочный материал, мед. шины, автомоб. медицинская аптечка и др.мед средства

Краткие теоретические сведения

Переломы

Переломы возникают при резких движениях, ударах, падении с высоты. Виды переломов:

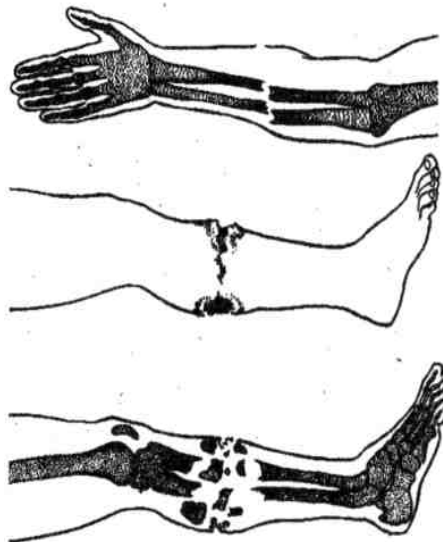
1. открытые - в месте перелома имеется рана, закрытые - не нарушается целостность кожных покровов. Наиболее опасны открытые переломы.
2. без смещения и со смещением костных отломков.
3. единичные переломы, при которых образуются только два отломка, множественные -переломы с образованием нескольких обломков.
4. огнестрельные - переломы, возникающие в результате воздействия пули или осколка снаряда.

Для них характерно раздробление кости на крупные или мелкие осколки, разможнение мягких тканей в области перелома или отрыва части конечности.

Основные признаки переломов: боль, припухлость, кровоподтек, ненормальная подвижность в месте перелома, нарушение функции конечности. При открытых переломах в ране могут быть видны отломки костей. Переломы костей конечностей сопровождаются их укорочением и искривлением в месте перелома. Повреждение ребер может затруднять дыхание, при ощупывании в месте перелома слышен хруст (крепитация) отломков ребра. Переломы костей таза и позвоночника часто сопровождаются расстройствами мочеиспускания и нарушением движений в нижних конечностях. При переломах костей черепа нередко бывает кровотечение из ушей.

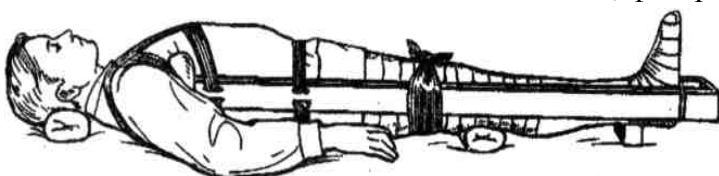
В тяжелых случаях переломы сопровождаются шоком. Особенно часто развивается шок при открытых переломах с артериальным кровотечением.

Переломы не всегда легко распознать, поэтому в сомнительных случаях первую медицинскую помощь оказывают так же, как при переломах.



Основное правило оказания первой медицинской помощи при переломах - выполнение в первую очередь тех приемов, от которых зависит сохранение жизни пораженного: остановка артериального кровотечения; предупреждение травматического шока, а затем наложение стерильной повязки на рану и проведение иммобилизации табельными или подручными средствами.

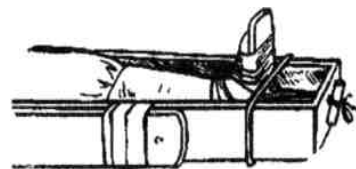
Основная цель иммобилизации - достижение неподвижности костей в месте перелома. При этом уменьшаются боли, что способствует предупреждению травматического шока. Приемы проведения иммобилизации должны быть щадящими. Неподвижность в месте перелома обеспечивают наложением специальных шин или подручными средствами путем фиксации двух близлежащих суставов (выше и ниже места перелома). Такая иммобилизация называется транспортной. Основные виды транспортных шин: металлические лестничные и сетчатые, фанерные, специальная деревянная Дитерихса.



При использовании лестничных и сетчатых шин подбирают одну или несколько из них нужной длины, моделируют по подлежащей части тела (не на

пораженном!) и накладывают поверх одежды; закрепляют, прибинтовывая к конечности. Фанерные шины легкие, могут быть различных размеров, их нельзя моделировать, при использовании под них подкладывают вату и прибинтовывают к конечности.

Транспортная шина для нижней конечности (Дитерихса) изготовлена из древесины. Она состоит из двух раздвижных планок разной длины, фанерной подошвы и палочки-закрутки. Наружная планка длиннее внутренней. При использовании шины планки раздвигают до необходимой длины, чтобы внутренняя, упираясь в промежность, а наружная в подмышечную впадину, были на 3 см длиннее конечности. К стопе прибинтовывают фанерную подошву. Нижние концы обеих планок вставляют в проволочные скобы подошвы, после чего нижний конец наружной планки вставляют в паз поперечной планки, соединенной с внутренней. Планки шины прибинтовывают к конечности и туловищу. Закруткой вытягивают конечность.



При переломах челюсти используют стандартные транспортные повязки.

Подручными средствами иммобилизации могут служить полоски фанеры, палки, тонкие доски, различные бытовые предметы, используя которые можно обеспечить неподвижность в месте перелома.

Способы и очередность выполнения приемов первой медицинской помощи при переломах определяются тяжестью и локализацией (местом) перелома, наличием кровотечения или шока, а также сопутствующих поражений.

При наложении повязки на рану и проведении иммобилизации нельзя допускать смещения, отломков костей и превращения закрытого перелома в открытый.

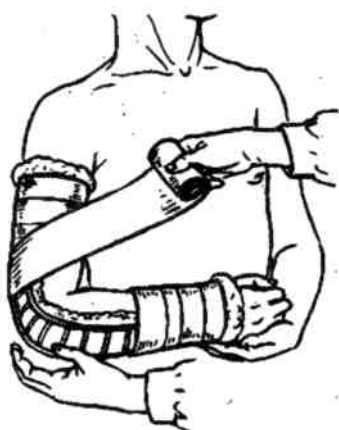
При различных переломах проводится их иммобилизация шинами или подручными средствами таким образом, чтобы поврежденные части тела находились в положении наиболее физиологическом и удобном для последующей транспортировки.

Переломы костей черепа нередко сопровождаются повреждением головного мозга. Пораженный может находиться в бессознательном состоянии. При оказании первой медицинской помощи требуется большая осторожность. После осмотра пораженного укладывают на носилки животом вниз, под голову (лицо) подкладывают мягкую подстилку с углублением или используют ватно-марлевый круг.

Поврежденные верхнюю и нижнюю челюсти фиксируют пращевидной повязкой, голову поворачивают набок во избежание западения языка, который может закрыть дыхательное горло и вызвать удушье. При переломах ключицы на область надплечий накладывают два ватно-марлевых кольца, которые связывают на спине. Руку подвешивают на косынке.

При переломах ребер на грудную клетку в состоянии выдоха накладывают тугую бинтовую повязку или стягивают грудную клетку полотенцем и зашивают его.

Чаще других встречаются переломы костей верхних и нижних конечностей. При открытых переломах фаланг пальцев и костей кисти после наложения стерильной повязки на рану в ладонь вкладывают плотный комок ваты, обмотанный марлей (бинтом), чтобы придать пальцам полусогнутое положение. На предплечье, кисть и пальцы накладывают фанерную, картонную или лестничную шину. Руку подвешивают на косынке.



При переломе костей предплечья руку надо осторожно согнуть в локтевом суставе под прямым углом, повернуть ладонью к груди и в таком положении зафиксировать шиной или с помощью подручных средств. Шину накладывают от основания пальцев до верхней трети плеча. При этом достигается неподвижность в лучезапястном и локтевом суставах. Руку подвешивают на косынке.

При травме плечевого сустава и переломе плечевой кости иммобилизацию производят лестничной шиной или подручными средствами. Шину моделируют на себе таким образом, чтобы ее можно было наложить на поврежденную руку, согнутую в локтевом суставе, от здоровой лопатки через надплечье поврежденной конечности на плечо и предплечье до основания пальцев. Руку

подвешивают на косынке. Если поблизости не оказалось шины или подручных средств для иммобилизации, то поврежденную руку подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу.

При переломах костей стопы и повреждении голеностопного сустава для иммобилизации используют лестничную шину или подручные средства. Шину сначала сгибают таким образом, чтобы ее можно было положить на подошву стопы и заднюю поверхность голени до ее верхней трети. Для пятки делают углубление, в которое кладут вату, чтобы не было давления на пяточную кость. Затем шину прикладывают к конечности и закрепляют, начиная восьмиобразными ходами бинта через нижнюю треть голени и стопу, заканчивают круговыми ходами бинта на голени в ее верхней трети. Стопа должна быть зафиксирована под прямым углом к голени.

При иммобилизации фанерными полосками и деревянными рейками их прикладывают от верхней трети голени до подошвы стопы по бокам: одну - с наружной стороны, другую - с внутренней - и прибинтовывают к конечности, хорошо закрепляя стопу. В местах прилегания фанерных полосок к костным выступам подкладывают вату.

При переломе костей голени иммобилизацию производят так же, как и при повреждении голеностопного сустава, обеспечивая неподвижность в двух суставах: голеностопном и коленном. Шину или подручные средства накладывают от стопы до верхней трети бедра. Если поблизости не оказалось никаких подручных средств иммобилизации, поврежденную конечность можно прибинтовать к здоровой.

Переломы бедренной кости, особенно открытые, - очень тяжелая травма, нередко сопровождающаяся кровотечением и шоком. Наиболее удобны для иммобилизации при этих травмах специальные шины для бедра (Дитерихса). Подручные средства (например,

доски) при иммобилизации бедра накладывают по его боковым поверхностям: одну - по внутренней, другую - по наружной и фиксируют к конечности и туловищу широким бинтом, поясным ремнем, полотенцем. На костные выступы в области голеностопного и коленного суставов, а также в подмышечную впадину и паховую область подкладывают куски ваты.

При переломах костей таза пораженный всегда находится в тяжелом состоянии. Его укладывают на спину на твердый щит (фанеру, доски), под колени подкладывают скатанное пальто или одеяло так, чтобы нижние конечности были полусогнуты в коленных суставах и слегка разведены в стороны.

В случаях, когда у пораженного имеются переломы нескольких костей, первую медицинскую помощь оказывают в такой последовательности: останавливают кровотечение, накладывают стерильные повязки на раны, вводят противоболевое средство и производят иммобилизацию сначала наиболее опасных для жизни, а затем остальных переломов.

Ожоги

Ожоги возникают при воздействии высоких температур. Особенно много пострадавших может быть в очагах ядерного поражения, в большинстве случаев ожоги могут сочетаться с травмами и радиационными поражениями.

Виды ожогов:

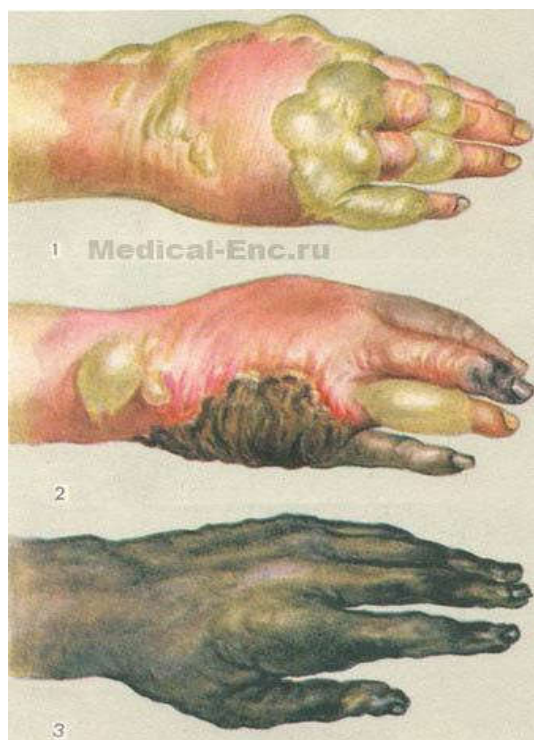


Рис. 1. Ожог кисти I и II степени.

Рис. 2. Ожог кисти II и III степени.

Рис. 3. Глубокий ожог кисти (III и IV степень).

1. *термические* - от светового излучения, пламени, кипятка и горячего пара.

2. *химические* - от действия на кожу и слизистые оболочки крепких кислот и щелочей. Кислоты и щелочи вызывают не только местное поражение, но и общее отравление организма. Тяжелыми являются ожоги от напалма и других зажигательных веществ. Напалм прилипает к коже одежде и, продолжая гореть, поражает не только кожу, но и подкожную клетчатку, мышцы, образуя глубокие ожоги.

3. *радиационные* - от попадания и длительного воздействия радиоактивных веществ на кожу и слизистые оболочки. Тяжесть течения зависит от глубины поражения тканей и от площади ожога. В зависимости от глубины поражения кожи и тканей различают четыре степени ожогов: легкую (I), средней тяжести (II), тяжелую (III) и крайне тяжелую (IV).

Размеры ожоговой поверхности выражают в процентах от общей поверхности кожного покрова. Для взрослых поверхность головы и шеи принимают равной 9% от всей поверхности тела, поверхность одной верхней конечности - 9%, поверхность груди и живота - 18%, задняя поверхность туловища - 18%, поверхность одной нижней

конечности - 18%, поверхность промежности и наружных половых органов - 1%.

При обширных, занимающих более 10 - 15% поверхности тела ожогах II - III степени возникает тяжелое общее поражение организма - ожоговая болезнь, которая нередко осложняется ожоговым шоком. Особенностью ожогового шока является длительность его течения. Он может продолжаться до 24 - 72 ч. Ожоговая болезнь характеризуется острой интоксикацией, нарушением в организме процессов водно-солевого обмена. Она часто осложняется воспалением легких, поражением печени, почек, острыми язвами желудочно-кишечного тракта.

Обожженным дается теплое подсоленное питье сразу же при оказании первой помощи.

При оказании помощи, прежде всего надо погасить горящую одежду, для чего на пораженного набрасывают пальто, одеяло. Обожженную часть тела освобождают от одежды, обрезаая ее вокруг, оставляя на месте прилипшую к ожогу. Нельзя вскрывать пузыри, касаться ожоговой поверхности руками, смазывать ее жиром, мазью и другими веществами. На ожоговую поверхность накладывают стерильную повязку. Могут быть использованы специальные контурные противоожоговые повязки, которые заранее заготавливают для лица, груди, спины, живота, бедра в соответствии с контурами границ этих областей тела, стерилизуют и пропитывают особым составом. Фиксируют их с помощью тесемок. При обширных ожогах нижних и верхних конечностей производят их иммобилизацию шинами или подручными средствами.

При обширных ожогах, занимающих большую поверхность тела, пораженного лучше всего завернуть в чистую простыню, провести все мероприятия по предупреждению шока и срочно транспортировать в медицинское учреждение.

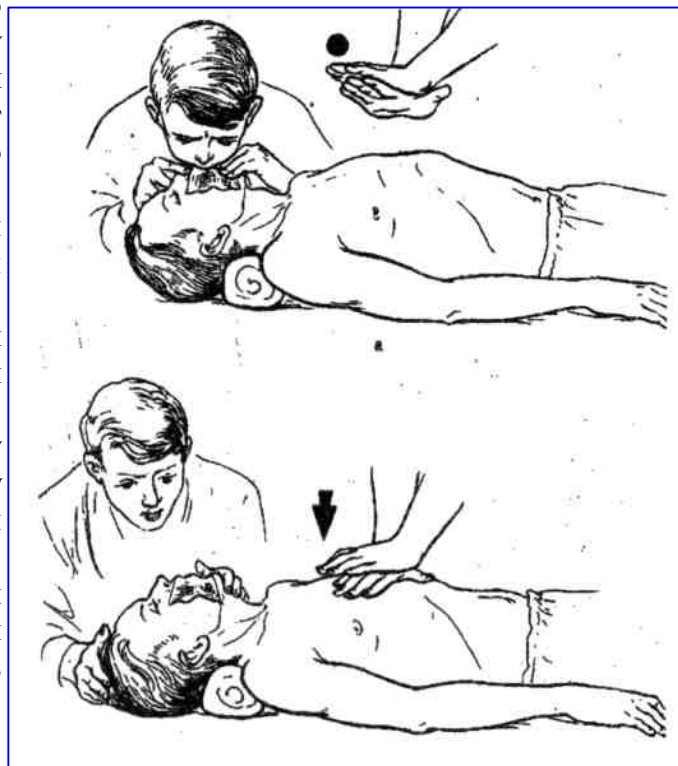
Первая медицинская помощь при ожогах глаз - заключается в наложении на них стерильной повязки и создании для пораженного покоя.

При оказании первой медицинской помощи пораженным напалмом и другими зажигательными веществами необходимо в первую очередь прекратить их горение, для чего накладывают смоченную в воде повязку или горящие участки погружают в воду. Попытка сбить пламя способствует размазыванию огнесмеси по телу и более интенсивному ее горению. После прекращения горения на ожоговую поверхность накладывают стерильную или специальную противоожоговую повязку.

Первая медицинская помощь при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания

При внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания наступает состояние клинической смерти. Если сразу же приступить к непрямому массажу сердца и искусственному дыханию, то в ряде случаев удастся спасти пострадавшего.

Внезапное прекращение дыхания и сердечной деятельности может быть при поражении электротоком, утоплении и в ряде



других случаев при сдавливании или закупорке дыхательных путей. Наиболее эффективно использование для искусственного дыхания специальных аппаратов, с помощью которых вдувается воздух в легкие. При отсутствии таких аппаратов искусственное дыхание делают различными способами, из которых распространен способ «изо рта в рот».

Прежде чем начать искусственное дыхание, надо уложить пострадавшего на спину и убедиться, что его воздухоносные пути свободны для прохождения воздуха, для чего его голову максимально запрокидывают назад. При сжатых челюстях надо выдвинуть нижнюю челюсть вперед и, надавливая на подбородок, раскрыть рот, затем следует очистить салфеткой ротовую полость от слюны или рвотных масс и приступить к искусственному дыханию: на открытый рот пораженного положить в один слой салфетку (носовой платок), зажать ему нос, сделать глубокий вдох, плотно прижать свои губы к губам пораженного, создав герметичность, с силой вдуть воздух ему в рот.

Вдувают такую порцию воздуха, чтобы она каждый раз вызывала, возможно, более полное расправление легких, это обнаруживается по движению грудной клетки. При вдувании небольших порций воздуха искусственное дыхание не будет эффективным. Воздух вдувают ритмично 16-18 раз в минуту до восстановления естественного дыхания. При ранениях нижней челюсти искусственное дыхание можно делать другим способом, когда воздух вдувают через нос пострадавшего. Рот его при этом должен быть закрыт. Искусственное дыхание прекращают при установлении достоверных признаков смерти.

При обширных ранениях челюстно-лицевой области искусственное дыхание указанными способами произвести невозможно, поэтому используют способы Сильвестра, Каллистова. При проведении искусственного дыхания способом Сильвестра пострадавший лежит на спине, оказывающий помощь встает на колени у изголовья пострадавшего, берет обе его руки за предплечья и резко поднимает их, далее отводит их назад за себя и разводит в стороны. Так производится вдох. Затем делают обратное движение, предплечья пораженного кладут на нижнюю часть грудной клетки и сжимают ее. Происходит выдох.

При искусственном дыхании способом Каллистова пострадавшего укладывают на живот с вытянутыми вперед руками, голову поворачивают набок, подкладывая под нее одежду (одеяло). Носилочными лямками или связанными двумя-тремя брючными ремнями пострадавшего периодически (в ритме дыхания) поднимают на высоту до 10 см и опускают. При поднимании пораженного в результате расправления грудной клетки происходит вдох, при опускании вследствие ее сдавливания - выдох.

При внезапном прекращении сердечной деятельности, признаками которого является отсутствие пульса, сердцебиений, реакции зрачков на свет (зрачки расширены), немедленно приступают к непрямому массажу сердца: пострадавшего укладывают на спину, он должен лежать на твердой, жесткой поверхности. Встают с левой стороны от него и кладут свои ладони одну на другую на область нижней трети грудины. Энергичными ритмичными толчками 50 - 60 раз в минуту нажимают на грудину, после каждого толчка отпуская руки, чтобы дать возможность расправиться грудной клетке. Передняя стенка грудной клетки должна смещаться на глубину не менее 3 - 4 см.

Непрямой массаж сердца проводится в сочетании с искусственным дыханием. В этом случае помощь пораженному должны оказывать два или три человека. Первый производит непрямой массаж сердца, второй - искусственное дыхание способом «изо рта в рот», а третий поддерживает голову пораженного, находясь, справа от него, и должен быть готов сменить одного из оказывающих помощь, чтобы искусственное дыхание и непрямой массаж сердца осуществлять непрерывно в течение нужного времени. Во время вдувания воздуха надавливать на грудную клетку нельзя. Эти мероприятия проводят попеременно: 4-5 надавливаний на грудную клетку (на выдохе), затем одно вдувание воздуха в легкие (вдох).

Искусственное дыхание в сочетании с непрямой массаж сердца является простейшим способом реанимации (оживления) человека, находящегося в состоянии клинической смерти. При проведении искусственного дыхания и

непрямого массажа сердца лицам пожилого возраста следует помнить, что кости в таком возрасте более хрупкие, поэтому движения должны быть щадящими. Маленьким детям непрямой массаж производят путем надавливания в области грудины не ладонями, а пальцем.

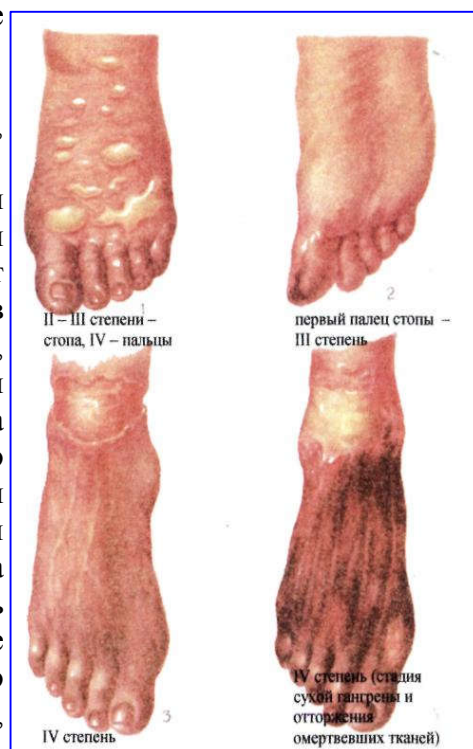
Если прекращение дыхания и сердечной деятельности произошло в результате поражения электрическим током, то сначала необходимо освободить пораженного от действия электрического тока. Надо быстро выключить

рубильник, вывернуть электрические пробки, отбросить провод. При этом надо помнить, что пораженный, не освобожденный от воздействия тока, сам является проводником электричества и прикасаться к нему можно только в резиновых перчатках, провод с его тела снимают сухой деревянной палкой. Освободив пострадавшего от стесняющей одежды, немедленно приступают к искусственному дыханию и непрямому массажу сердца. После восстановления сердечной деятельности и дыхания пораженного согревают, на раны и ожоги накладывают стерильные повязки.

Обморожения

Обморожения резкое снижение температуры, вызывающее местное повреждение тканей.

Обморожения могут возникать даже при температуре выше 0°C, особенно при периодически наступающих оттепелях. Обморожению способствуют мокрая и тесная обувь, длительное нахождение в неподвижном положении на холодном воздухе, в снегу, под холодным дождем. Чаще подвергаются отморожению конечности, особенно нижние. Сначала при действии холода наблюдается покалывание, чувство холода, жжение, затем наступает побледнение или синюшная окраска кожи и потеря болевой и термической чувствительности. Конечность неспособна к активным движениям. Истинную глубину и площадь повреждения можно определить только после прекращения действия холода, иногда через несколько дней (на участке отморожения развивается отек, воспаление или некроз - омертвление тканей).



В зависимости от глубины поражения тканей различают четыре степени обморожений: легкую (I), средней тяжести (II), тяжелую (III) и крайне тяжелую (IV) (табл. IV цветной вклейки). При оказании первой медицинской помощи пострадавшего переводят в теплое помещение, кладут в ванну с теплой водой, а если такой возможности нет, то защищают его от холода на месте, дают ему горячий чай, кофе. Мокрую одежду и обувь по возможности заменяют сухой. Если еще не наступили изменения в тканях (пузыри на коже, участки омертвения), то отмороженные участки протирают спиртом, одеколоном и нежно растирают ватным тампоном или вымытыми сухими руками до покраснения кожи. В тех случаях, когда у пострадавшего имеются указанные выше изменения в тканях, поврежденные участки протирают спиртом и накладывают стерильную повязку. Не рекомендуется при обморожениях любой степени растирать поврежденные участки кожи снегом. Это может привести к ухудшению состояния пострадавшего.

Утопления

Утопление наступает при заполнении дыхательных путей жидкостью, чаще водой.

У тонущего в бронхи и легкие поступает вода, прекращается дыхание, развивается острое кислородное голодание и происходит прекращение сердечной деятельности. Необходимо как можно раньше извлечь пострадавшего из воды. После извлечения из воды его раздевают до пояса, тщательно очищают рот и нос от ила, тины и слизи, кладут животом на высокий валик или на свое колено, после чего, надавливая на грудную клетку, удаляют воду из легких и желудка. Затем кладут пострадавшего на спину и немедленно приступают к искусственному дыханию и непрямому массажу сердца. Наиболее эффективным является искусственное дыхание способом «изо рта в рот», которое проводят до восстановления дыхания пострадавшего. Если дыхание не восстанавливается и пострадавший не приходит в сознание, то искусственное дыхание и непрямой массаж сердца прекращают только при появлении объективных признаков смерти (широкий зрачок, полное отсутствие реакции глаза на свет, отсутствие сердцебиения в течение длительного времени, трупные пятна).

При восстановлении дыхания и сердечной деятельности пострадавшего надо согреть, напоить горячим, чаем и доставить в медицинское учреждение.

Задание:

Под руководством преподавателя, выполните практические действия по оказанию первой доврачебной помощи пострадавшему в следующих ситуациях, или подробно опишите их.

1 вариант

1. Во время похода человек споткнулся и упал рукой на камень. Возможно у него закрытый перелом. Ваши действия.
2. Вы с другом лазаете по дереву. Внезапно ваш друг сорвался и упал вниз с высоты 3 метра на спину. Ваши действия.
3. Вы с компанией друзей развели костер. Из-за сильного порыва ветра пламя перекинулось на одного из людей. Ваши действия.
4. Из-за плохой изоляции проводки человека ударило током. Он находится под действием электричества. У него отсутствует пульс. Ваши действия.

2 вариант

1. Вы с другом провели зимой несколько часов на улице. В результате катания с горок и падения в снег ваша одежда намокла. Когда вы пришли домой, то обнаружили у своего друга отморожения кистей рук. Ваши действия до приезда скорой помощи.
2. Во время отдыха на озере ваш друг выпал из лодки в десятке метров от берега. Он плохо плавает. Вы в это время находились на берегу. Ваши действия.
3. Во время прогулки по полю вашего спутника укусила змея, возможно гадюка. Ваши действия.
4. Вы отравились ложной лисичкой, по каким-либо причинам не замеченной среди хороших лисичек. Ваши действия.

Содержание отчета

- Тема практической работы
- Цель

Изучив материал по теме практического занятия:

- кратко описать, последовательность оказания первой помощи в ситуациях по одному из вариантов задания.
- подготовить ответы на контрольные вопросы.

Контрольные вопросы:

1. Какая фаза есть у травматического шока?
 - Возбуждение
 - Возникновение
 - Скрытая
2. Перелом - это ...
 - Нарушение анатомической целостности кости в результате травм
 - Скол части кост
 - Увеличение подвижности кости
3. Открытым называется перелом
 - Без повреждения мягких тканей
 - Образующий несколько осколков
 - С повреждением мягких тканей
4. Признаки переломов:
 - Припухлость
 - Синюшный оттенок кожи
 - Нарушенные функции конечности
 - Жжение
5. Меры профилактики травматического шока?
Устранить или ослабить боли
 - Испугать пострадавшего
 - Растереть место травмы со спиртом
6. Ожоговая болезнь - это ...
 - Последствия ожогов
 - Тяжелое общее поражение организма, возникает при обширных ожогах (более 10-15% поверхности тела)
 - Внешнее проявление ожога
7. Прекратить горение зажигательной смеси можно
 - Сбивая пламя подручными средствами
 - Накрыв пламя плотной тканью
 - Наложив смоченную водой повязку или поместив горящие участки в воду
8. Реанимация - это ...
 - Оживление пострадавшего при помощи искусственного дыхания и непрямого массажа сердца
 - Скорая помощь
 - Оборудование для оживления пострадавшего
9. Искусственное дыхание (расположить по порядку):
 - Раскрыть рот, очистить салфеткой ротовую полость, зажать нос пострадавшего
 - Уложить пострадавшего на спину
 - С силой вдуть воздух в рот пострадавшего
10. Сколько требуется человек для проведения наружного массажа сердца и искусственного дыхания?
 - 1 человек
 - 1-2 человека
 - 2-3 человека
11. В каком соотношении проводят наружный массаж сердца и искусственное дыхание?
 - 1 вдувание, 4-5 надавливаний
 - 1 вдувание, 6-7 надавливаний
 - 1 надавливание, 4-5 вдуваний

12. Чем нельзя растирать отмороженные участки тела?
- Водой
 - Спиртом
 - Снегом
13. Что способствует отморожению?
- Прогулки зимой по улице
 - Длительное нахождение на холоде, в снегу, под холодным дождем в неподвижном положении
 - Непосредственный контакт с холодными поверхностями
14. Внешние признаки отморожения:
- Синюшная окраска
 - Кровоподтек
 - Темные пузырьки
15. Что следует делать при утоплении?
- Иммобилизация пострадавшего
 - Остановка кровотечения
 - Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание.

Список литературы:

1. Безопасность жизнедеятельности, учебное пособие СПО, А.Т. Смирнов, М. А. Шахрамьян и др., изд. Дрофа, 2010.
2. Безопасность жизнедеятельности, учебное пособие СПО, Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапов и др., изд. 8 стереотип., изд. центр «Академия», 2009.
3. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебник, CD- Book - М. КНОРУС, 2011.
4. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: Учебник.- М.: КНОРУС, 2010. - 288с.
5. Основы безопасности жизнедеятельности 10,11 кл., АТ Смирнов, Б.О. Хренников, изд. Просвещение, Москва 2009.
6. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи/ под общ. ред. Р. И. Айзмана.- Новосибирск: Сибирское унив. изд-во, 2004.- 396с.
7. Учебник сержанта войск РХБ защиты МО РФ, под редакцией генерал-майора Мельника Ю.Р. изд. «Ульяновский дом печати».
8. Энциклопедия домашней медицины, «СИРИН» Лтд, Москва, 1993.

Вариант № 2 «Доврачебная помощь при кровотечениях, ранениях и поражении отравляющими веществами»

Время: 2 часа

Цель:

- ознакомиться с приемами доврачебной помощи при кровотечениях, ранениях, поражении отравляющими веществами.
- научиться оказывать первую медицинскую помощь.

Перечень необходимых средств

- Перевязочный материал, мед. шины, автомоб. медицинская аптечка и др.мед средства

Основные теоретические положения

Правила остановки кровотечения

Различают следующие виды кровотечения:

- капиллярное;
- артериальное;
- венозное.

Капиллярное кровотечение происходит при повреждении мелких сосудов. Кровь сочится по всей поверхности раны, как из губки. Как правило, такое кровотечение не бывает обильным. Останавливается капиллярное кровотечение наложением давящей повязки непосредственно на рану.

Артериальное кровотечение определяется по алому, ярко-красному цвету крови, которая выбрасывается из раны пульсирующей струей, иногда в виде фонтана. Оно опасно для жизни, так как раненый за короткий промежуток времени может потерять большое количество крови. Поэтому необходимо быстро остановить кровотечение. Самым простым способом его остановки является пальцевое прижатие артерии выше места ранения.

Пальцевое прижатие артерии — это только первая мера, которая применяется при артериальном кровотечении. Ее можно применять только в течение очень короткого срока, необходимого для подготовки к наложению жгута или закрутки на конечности или стерильной давящей повязки на другие участки тела.

При артериальном кровотечении *на голени* прижимается подколенная артерия. Прижатие производится обеими руками. Большие пальцы при этом кладут на переднюю поверхность коленного сустава, а остальными пальцами нащупывают артерию в подколенной ямке и прижимают ее к кости.

При артериальном кровотечении *из бедра* прижимают бедренную артерию, которая находится на внутренней поверхности верхней части бедра непосредственно под паховой складкой.

При артериальном кровотечении из раненого сосуда *верхней конечности* прижимают плечевую артерию к плечевой кости у внутренней поверхности двуглавой мышцы плеча четырьмя пальцами руки.

Эффективность прижима проверяют по пульсации лучевой артерии на внутренней поверхности локтевого сгиба.

При кровотечении из раны, расположенной *на шее*, прижимают сонную артерию на стороне ранения ниже раны.

Для остановки артериального кровотечения при ранении конечностей накладывают жгуты или закрутки. Места наложения кровоостанавливающих жгутов совпадают с местами прижима артерий.

Наиболее надежный способ остановки артериального кровотечения из конечностей - наложение резинового или матерчатого жгута (закрутки), сделанного из подручных материалов: ремня, полотенца и т.п.

При наложении жгута (закрутки) необходимо соблюдать следующие правила:

- жгут (закрутку) следует накладывать как можно ближе к кровоточащей ране и нейтральнее от раны по отношению к туловищу;

жгут (закрутку) следует накладывать поверх одежды (или поверх нескольких туров бинтов); наложенный жгут (закрутка) должен быть хорошо виден, его нельзя закрывать одеждой или бинтом;

- затягивать жгут (закрутку) надлежит до прекращения кровотечения; чрезмерное затягивание жгута (закрутки) увеличивает болевые ощущения и нередко травмирует нервные стволы; слабо затянутый жгут (закрутка) усиливает кровотечение;
- в холодное время года конечность ниже жгута следует тепло укутать, но нельзя применять искусственное согревание;
- жгут (закрутку) нельзя держать более 1,5-2 часов, иначе может наступить омертвление конечности. Если после наложения жгута (закрутки) прошло 1,5-2 часа, то жгут нужно слегка и плавно ослабить, поврежденную артерию в это время прижать пальцами выше раны, а затем жгут снова наложить, но чуть выше того места, где он был наложен ранее.

Под жгут (закрутку) обязательно подкладывают записку, в которой указывается время (часы, минуты) их наложения.

Раненых с сильным артериальным кровотечением после наложения жгута (закрутки) нужно немедленно доставить в ближайший медицинский пункт или в больницу. В очень холодное время жгут желательно на короткое время ослаблять через каждые полчаса.

Следующим способом остановки артериального кровотечения является способ остановки кровотечения путем максимального *сгибания конечностей*.

Для остановки кровотечения из ран *кисти и предплечья* нужно расположить свернутый из марли, ваты или тугого мягкого материала валик в локтевой сгиб, согнуть руку в локте, при этом предплечье плотно привязывается к плечу.

Для остановки кровотечения из *плечевой артерии* валик кладут в подмышечную впадину и согнутую в локте руку крепко прибинтовывают к грудной клетке.

При кровотечении в *подмышечной впадине* согнутые в локте руки максимально отводят назад, и локти связывают, при этом подключичная артерия прижимается ключицей к первому ребру. Этим приемом нельзя пользоваться при переломе костей конечностей.

При повреждении *мелких артерий*, а также при ранении *груди, головы, живота, шеи* и других мест тела артериальные кровотечения останавливают наложением стерильной давящей повязки. В этом случае на рану накладывают несколько слоев стерильной марли или бинта и плотно забинтовывают.

Венозное кровотечение определяется по темно-красному, вишневому цвету крови, которая вытекает из раны непрерывной струей, но медленно, без толчков.

Такое кровотечение часто может быть обильным. Для его остановки достаточно наложить стерильную тугую давящую повязку и придать возвышенное положение пострадавшей части тела. При повреждении крупных вен на конечности накладывают жгут. В этом случае жгут накладывают ниже раны и затягивают менее туго, чем при артериальном кровотечении.

Большое значение имеет правильная остановка *носового кровотечения*. В этом случае пострадавший должен лежать или сидеть с расстегнутым воротником рубашки, без головного убора, голова должна быть слегка запрокинута назад, к ногам следует положить грелку, на переносицу - холодные примочки.

Кровотечение из *внутренних органов* возникает вследствие сильных ушибов. Его признаки; резкая бледность лица, слабость, частый пульс, одышка, головокружение, сильная жажда и обморочное состояние. В таких случаях надо немедленно доставить пострадавшего в лечебное учреждение, а до этого создать пострадавшему полный покой. На живот или к месту травмы следует положить пузырь со льдом; холод суживает сосуды, способствует остановке кровотечения, без разрешения врача пораженному нельзя давать пить. Эвакуация таких пострадавших производится с особой осторожностью и в первую очередь.

Правила обработки ран и наложения повязки

Раны — это механические нарушения целостности кожных покровов или слизистых оболочек. Различают раны: резаные, колотые, рубленые, ушибленные, размозженные, рваные, огнестрельные и другие.

Раны могут быть поверхностными, когда повреждаются только верхние слои кожи (ссадины), и более глубокими, когда повреждаются не только все слои кожи, но и глубже лежащие ткани (подкожная клетчатка, мышцы, внутренние органы).

Если рана проникает в какую-нибудь полость грудную, брюшную, черепа — она называется *проникающей*.

Ушибленные, размозженные и рваные раны, полученные в результате ударов падающих конструкций и обломков стен разрушенных зданий и

сооружений сопровождаются обширным кровоизлиянием в подкожную клетчатку и в более глубокие ткани.

Большинство ран кровоточит вследствие повреждения кровеносных сосудов.

Первая помощь при ранении имеет целью остановить кровотечение, предохранить рану от загрязнения, создать покой поврежденной конечности.

Защита раны от загрязнения и заражения микробами лучше всего достигается наложением повязки. Для наложения повязки используются марля и вата, обладающие высокой гигроскопичностью. Сильное кровотечение

останавливают наложением давящей повязки или кровоостанавливающего жгута (на конечности).

При наложении повязки необходимо соблюдать следующие правила:

- никогда не следует самостоятельно промывать рану, так как при этом в нее могут быть занесены микробы;
- при попадании в рану кусков дерева, обрывков одежды, земли и т.п. вынимать их можно лишь в том случае, если они находятся на поверхности раны;
- нельзя касаться поверхности раны (ожоговой поверхности) руками, так как на коже рук особенно много микробов;
- перевязку следует делать только чисто вымытыми руками, по возможности протертыми одеколоном или спиртом.
- перевязочный материал, которым закрывают рану, должен быть стерильным.
- в случае отсутствия стерильного перевязочного материала допустимо использовать чисто выстиранный платок или кусок ткани, предпочтительно белого цвета, желательно проглаженный предварительно горячим утюгом;
- перед наложением повязки кожу вокруг раны нужно протереть водкой (спиртом, одеколоном), причем протирать следует в направлении от раны, а затем смазать кожу йодной настойкой.

Перед тем, как наложить повязку, на рану накладывают марлевые салфетки (одну или несколько, в зависимости от величины раны), после чего рану бинтуют. Бинтование обычно производят слева направо, круговыми ходами бинта. Бинт берут в правую руку, свободный конец его захватывают большим и указательным пальцами левой руки

Специфическими случаями являются проникающие ранения грудной и брюшной полости, черепа.

При *проникающем ранении в грудную полость* возникает угроза остановки дыхания и летального исхода для пострадавшего вследствие асфиксии (удушья).

В результате проникающего ранения в грудную полость выравнивается внешнее атмосферное и внутрибрюшное давление. При попытке пострадавшего вдохнуть, воздух попадает в грудную полость и легкие не расправляются. В таких случаях необходимо срочно выдохнуть, зажать рану рукой и заклеить любым подручным материалом (скотчем, упаковкой для стерильного пакета, полиэтиленовым пакетом). Если пострадавший находится без сознания, необходимо резко нажать на грудную клетку для имитации выдоха и также заклеить рану. В случае необходимо выполнить искусственное дыхание.

При *проникающем ранении в брюшную полость* необходимо закрыть рану стерильной бинтовой повязкой. Если внутренние органы выпали наружу их нельзя заправлять в брюшную полость, а необходимо аккуратно прибинтовать к туловищу. Пострадавшим с проникающими ранениями грудной и особенно брюшной полости нельзя давать пить.

При *проникающем ранении черепа* следует удалить осколки торчащих костей или посторонних предметов, а рану плотно забинтовать. В качестве перевязочного материала лучше всего использовать стандартные перевязочные пакеты.

Для вскрытия пакета его берут в левую руку, правой захватывают надрезанный край оболочки и рывком обрывают склейку. Из складки бумаги достают булавку и закрепляют ее на своей одежде развернув бумажную оболочку, берут конец бинта, к которому пришта ватно-марлевая подушечка, в левую руку, а в правую - скатанный бинт и разводят руки, бинт натягивается, при этом будет видна вторая подушечка, которая может передвигаться по бинту. Эту подушечку используют в том случае, если рана сквозная, одна подушечка при этом закрывает входное отверстие, а вторая выходное, для чего подушечки раздвигают на нужное расстояние.

К подушечкам можно прикасаться руками только со стороны, помеченной цветной ниткой. Обратной стороной подушечки накладывают на рану. Круговыми ходами бинта их закрепляют, а конец бинта закалывают булавкой. В том случае, когда рана одна, подушечки располагают рядом, а при ранах небольших размеров - их накладывают друг на друга.

Существуют следующие *правила наложения* различных типов повязок.

Самая простая повязка - *круговая*. Она накладывается на запястье, нижнюю часть голени, лоб и т.д. При наложении ее бинт накладывается так, чтобы каждый последующий оборот его полностью закрывал предыдущий.

Спиральную повязку применяют при бинтовании конечностей. Спиральную повязку начинают так же, как и круговую, делая на одном месте два-три оборота бинта для того, чтобы закрепить его. При этом начинают бинтовать с наиболее тонкой части конечности. При бинтовании по спиралям для того, чтобы бинт прилегал плотно, не образуя карманов, после одного - двух оборотов его перевертывают. По окончании бинтования бинт закрепляют булавкой или конец его разрезают по длине и завязывают. При бинтовании области суставов стопы, кисти применяют *восьмиобразные* повязки, называемые так потому, что при их наложении бинт все время как бы образует цифру «8».

При бинтовании раны, расположенной на груди или на спине, применяют так называемую *крестообразную* повязку.

При ранении плечевого сустава применяют *колосовидную* повязку.

Косыночная повязка накладывается при ранении головы, локтевого сустава и ягодицы.

На подбородок, нос, затылок и лоб накладывают *плащевидную* повязку. Для приготовления ее берут кусок широкого бинта длиной около 1м и с каждого конца разрезают по длине, среднюю часть, оставляя целой, при небольших ранах вместо повязки можно применять наклейку.

При наложении повязки пострадавшего следует усадить или уложить, потому что даже при небольших повреждениях, под влиянием нервного возбуждения, боли может наступить кратковременная потеря сознания — *обморок*.

Особенности действия и основные признаки поражения различными группами отравляющих веществ.

Отравляющие вещества (ОВ) бывают следующих видов:

- Нервно - паралитического действия
- Кожно-нарывного действия
- Общеядовитого действия
- Удушающего действия
- Психотомиметического действия
- Слезоточивого и раздражающего действия.

ОВ нервно-паралитического действия. К этой группе ОВ относятся высокотоксичные фосфорорганические отравляющие вещества (ФОВ) — зарин, зоман, V-газы. ФОВ проникают в организм через органы дыхания, раны, кожу, слизистые оболочки, желудочно-кишечный тракт.

ОВ кожно-нарывного действия. Представителем этой группы ОВ является иприт, который оказывает поражающее действие, как в капельно-жидком, так и в парообразном состоянии. Пути его проникновения в организм те же, что у ФОВ. Для поражения ипритом характерно наличие скрытого периода. В момент воздействия ОВ, как правило, отсутствует боль или другие неприятные ощущения.

При воздействии парообразного иприта на глаза через 2-5 ч возникает ощущение наличия песка в глазах, легкого жжения.

ОВ общеядовитого действия. К ОВ общеядовитого действия относятся синильная кислота и хлорциан.

Синильная кислота вызывает отравление при проникновении в организм через органы дыхания, раны, слизистые оболочки и кожные покровы, а также через желудочно-кишечный тракт.

ОВ удушающего действия. К ОВ удушающего действия относятся фосген и дифосген. Основной путь их поступления в организм - через органы дыхания; через кожные покровы, слизистые оболочки и раны в парообразном состоянии они практически не проникают.

Первые признаки поражения ОВ удушающего действия: сладковатый привкус во рту, чувство жжения в горле, кашель, головокружение, стеснение в груди, общая слабость.

Поражения ОВ психотомиметического действия. К психо-томиметическим (психохимическим) ОВ относятся химические соединения, временно выводящие людей из строя, типа ВЗ и диэтиламида лизергиновой кислоты (ДЛК).

При отравлении веществом ВЗ у пораженного возникает состояние эйфории (ощущение опьянения). Затем нарушается координация движения (шаткая походка), появляется мышечная слабость.

ОВ слезоточивого и раздражающего действия. К слезоточивым ОВ относятся химические соединения, раздражающие преимущественно чувствительные нервные окончания глаз. Типичными представителями слезоточивых ОВ являются хлорпикрин и хлорацетофенон.

При воздействии ОВ слезоточивого действия ощущается жжение, резь в глазах, наблюдается сильное слезотечение, светобоязнь, спазм (сжатие) и отек век.

Первая медицинская помощь при поражениях ОВ

Первая медицинская помощь при поражении ОВ заключается в проведении следующих неотложных мероприятий. Независимо от вида примененного ОВ на пораженного, прежде всего, следует немедленно надеть противогаз или заменить поврежденный противогаз исправным. Это обеспечит прекращение дальнейшего поступления отравляющих веществ в организм через органы дыхания, а также защитит от ОВ глаза, кожу лица и частично кожу головы.

Если пораженный находится в зоне непосредственного применения ОВ, когда на лицо попадают мельчайшие капельки отравляющих веществ, необходимо вначале обработать кожу лица жидкостью индивидуального противохимического пакета (ИХП) и только после этого надеть противогаз.

При поражении ФОВ вслед за надеванием противогаза вводят внутримышечно или подкожно с помощью шприц-тубика тяжелопораженному 2 дозы антидота от ФОВ, пораженному средней тяжести - 1 дозу. легкопораженному дают под язык 2 таблетки.

Потом проводят частичную санитарную обработку открытых участков кожи жидкостью индивидуального противохимического пакета (ИНН). Если противогаз надет, следует вскрыть пакет, обильно смочить тампон и протереть открытые участки кожи шеи и рук, края воротника и манжет, прилегающие к коже, а также лицевую часть противогаза. Если противогаз не надет, необходимо плотно закрыть глаза, быстро протереть кожу лица и

шеи тампоном, смоченным дегазатором. Не открывая глаз, сухим тампоном протереть кожу вокруг них и надеть противогаз. Затем снова смочить тампон и протереть им кисти рук, края воротника и манжет, прилегающие к коже. При обработке жидкостью пакета кожи лица необходимо беречь глаза.

В случае необходимости при наличии условий проводят искусственное дыхание (как правило, искусственное дыхание в очаге химического поражения, в зараженной атмосфере не проводят). Затем всех пораженных эвакуируют из очага химического поражения в ОПМ или в лечебные учреждения.

При поражении ОВ кожно-нарывного действия вслед за надеванием противогаза проводят частичную санитарную обработку открытых участков кожи жидкостью Индивидуального Противохимического Пакета и эвакуируют всех пораженных в лечебное учреждение.

При поражении ОВ общедовитого действия после немедленного надевания противогаза пораженному дают вдыхать антидот (раздавливают ампулу с противоядием и закладывают ее под маску противогаза). При остановке дыхания производят искусственное дыхание. Срочно выносят и вывозят пораженных из зараженной зоны в лечебное учреждение.

При отравлении психотомиметическими ОВ первая медицинская помощь заключается в надевании противогаза, проведении частичной санитарной обработки открытых участков кожи и эвакуации пораженных в ОПМ, а затем в профилированные токсикологические, психоневрологические больницы больничной базы.

Задание

1. Заполните таблицу:

Виды кровотечений	Основные признаки кровотечения	Способы остановки кровотечения

2. Составьте правила наложения повязки на рану.

3. Заполните таблицу:

Виды повязок	На какие части тела накладываются	Особенности наложения повязки

4. Приведите примеры на каждый вид отравляющих веществ.

5. Составьте правила оказания первой медицинской помощи при поражении отравляющими веществами (ОВ)

Содержание отчета

1. Тема практической работы
2. Цель
3. Таблица «Виды кровотечений»
4. Правила наложения повязки на рану
5. Таблица «Виды повязок»
6. Примеры отравляющих веществ каждого вида
7. Правила оказания первой медицинской помощи при поражении ОВ
8. Ответы на контрольные вопросы

Контрольные вопросы

- 1 Механические нарушения целостности кожных покровов или слизистых оболочек, это
А) раны,
Б) переломы,
В) ожоги
2. Как называется рана, которая проникает в какую - нибудь полость: грудную, брюшную.
А) полостная
Б) проникающая
В) рваная
3. Кратковременная потеря сознания это:
А) агония
Б) предагония
В) обморок
4. Какой вид повязки используют при бинтовании раны, расположенной на груди или спине?
А) спиральную
Б) крестообразную
В) колосовидную
5. На какие части тела накладывается круговая повязка?
А) на запястье, нижнюю часть голени, лоб
Б) локтевые суставы и ягодицы
В) суставы стопы, кисти
6. Какому кровотечению присущи следующие признаки: темно - красный, вишневый цвет крови, которая вытекает из раны непрерывной струей, но без толчков?
А) капиллярное
Б) артериальное
В) венозное
7. Кровотечение, которое происходит при повреждении мелких сосудов:
А) капиллярное
Б) венозное
В) артериальное
8. К какой группе отравляющих веществ относится вещество зарин?
А) удушающего действия
Б) нервно - паралитического действия
В) слезоточивого и раздражающего действия
9. Какие из перечисленных веществ относятся к отравляющим веществам удушающего действия?
А) фосген
Б) синильная кислота
В) хлорпикрин
10. Иприт относится к отравляющим веществам:
А) кожно-нарывного действия
Б) общедовитого действия
В) нервно-паралитического действия

Список литературы:

1. Безопасность жизнедеятельности, учебное пособие СПО, А.Т. Смирнов, М. А. Шахраманьян и др., изд. Дрофа, 2010.
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего проф. образования/ сост. Э.А. Арустамов и др. - М.: Академия, 2009.- 174с.
3. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебник, CD- Book - М. КНОРУС, 2011.
4. Основы безопасности жизнедеятельности 10,11 кл., АТ Смирнов, Б.О. Хренников,

- изд. Просвещение, Москва 2009.
5. Основы безопасности и первой медицинской помощи: учебное пособие.- 2-е изд., доп./ ред. Р. И. Айзмана, С. Г. Кривошекова, И. В. Омельченко.- Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2004. - 288с.

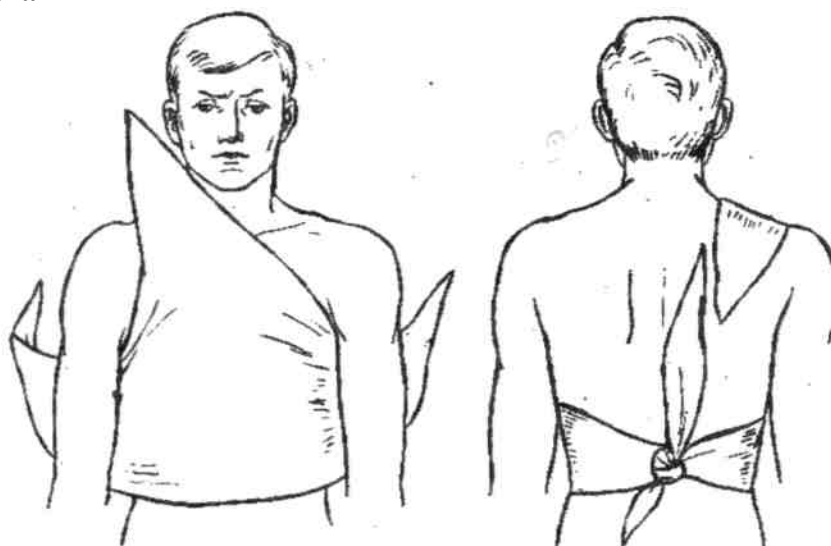
Виды повязок:



плащевидная повязка: а — на нос; б — на лоб; в — на подбородок.

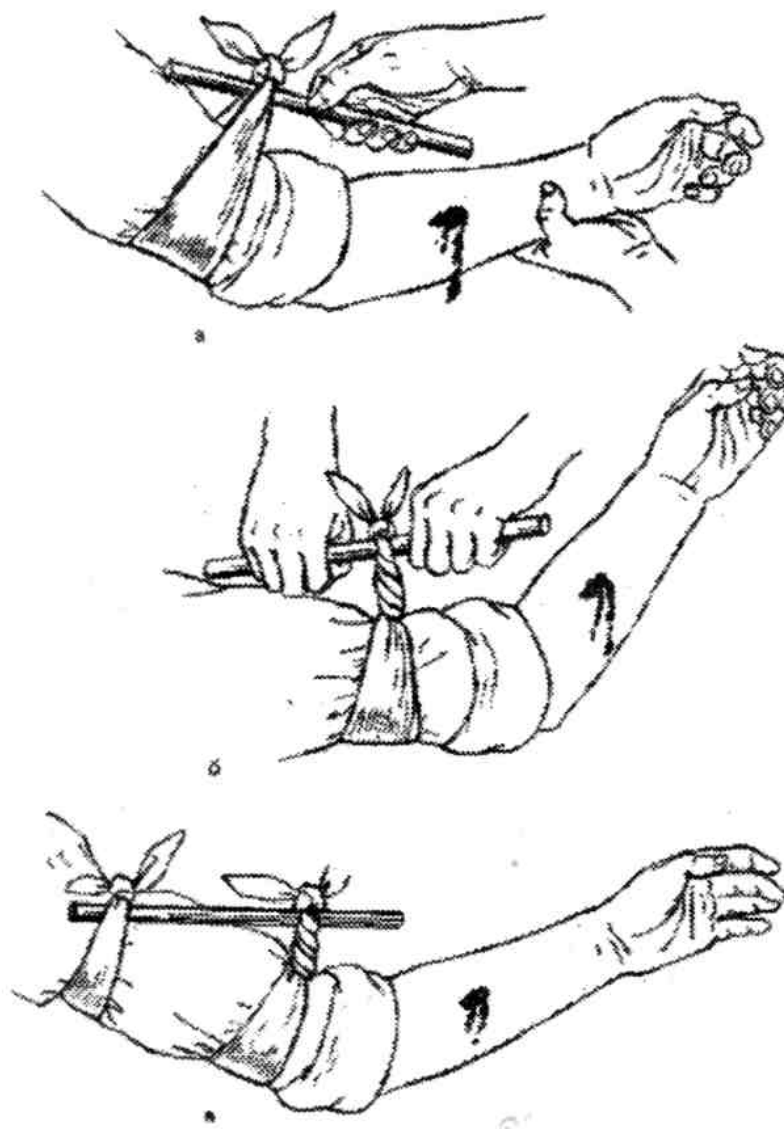


а — спиральная на палец; б — крестообразная на кисть; в — спиральная на локтевой сустав



косыночная повязка на грудь

остановка артериального кровотечения
закруткой;



а - в — последовательность операций

Практическое занятие №2

РАЗДЕЛ 3. «Государственная система обеспечения безопасности населения».

Тема 3.3. «Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны».

Тема ПЗ: «Организация хранения и использование средств индивидуальной защиты. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения»

Время -2часа

Цель: познакомиться с существующими средствами индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, а также с порядком их накопления, хранения и выдачи на объекте экономики. Получить практические навыки использования средств индивидуальной защиты и последующего выполнения санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

Необходимые средства обучения:

Средства защиты органов дыхания- противогазы, респираторы разных типов, ватно-марлевая повязка. Противогазы ГП-5 по числу обучаемых.

Средства защиты кожи - ОЗК, Л-1

Краткие теоретические сведения

Одним из основных способов защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий, а также при чрезвычайных ситуациях (ЧС) является использование средств индивидуальной защиты (СИЗ) населением.

Организация обеспечения граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства, находящихся на территории Российской Федерации средствами индивидуальной защиты, порядок накопления, хранения, освежения и использования средств индивидуальной защиты осуществляется на основании: **Приказа МЧС РФ от 21 декабря 2005 г. N 993 "Об утверждении Положения об организации обеспечения населения средствами индивидуальной защиты" (с изменениями от 19 апреля 2010 г.)**

Положение разработано в соответствии с федеральными законами:

- от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера" (Собрание законодательства Российской Федерации, 1994, N 35, ст. 3648),
- от 29 декабря 1994 г. N 79-ФЗ "О государственном материальном резерве" (Собрание законодательства Российской Федерации, 1995, N 1, ст. 3) ,
- от 12 февраля 1998 г. N 28-ФЗ "О гражданской обороне" (Собрание законодательства Российской Федерации, 1998, N 7, ст. 799);

постановлениями Правительства Российской Федерации:

- от 10 ноября 1996 г. N 1340 "О порядке создания и использования резервов материальных ресурсов для ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера" (Собрание законодательства Российской Федерации, 1996, N 47, ст. 5334) ,
- от 27 апреля 2000 г. N 379 "О накоплении, хранении и использовании в целях гражданской обороны запасов материально-технических, продовольственных, медицинских и иных средств" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2000, N 18, ст. 1991) .

Население, по обеспечению его СИЗ, делится на следующие категории: неработающее и работающее население; дети от грудного возраста до 17 лет; студенты; личный состав формирований ГО.

Обеспечение населения СИЗ осуществляется по двум направлениям:

1. Работающее население обеспечивается СИЗ (противогазы и респираторы из расчета на 100% от их общей численности и другие СИЗ в соответствии с табелями оснащения аварийно-спасательных формирований и спасательных служб, привлекаемых к выполнению задач по ГО и защите населения от чрезвычайных ситуаций) за счет организации (предприятия, учреждения), в которой они работают,

2. Остальное население обеспечивается СИЗ за счет средств государственного резерва.

Для детей - камеры защитные детские или противогазы из расчета на 100% от их общей численности.

Для неработающих пенсионеров и другого неработающего населения, проживающих на территориях в границах зон опасного радиоактивного загрязнения (заражения), - противогазы и респираторы из расчета на 100% от их общей численности, за пределами названных зон - противогазы из расчета на 100% от их общей численности.

При этом количество запасов противогазов увеличивается на 5% от потребности для обеспечения подгонки и замены неисправных противогазов.

Хранение СИЗ

Для работающего населения запасы СИЗ создаются заблаговременно и хранятся на складах длительного хранения (ДХ) организаций (предприятий, учреждений).

Для остального населения запасы СИЗ хранятся на центральных (региональных, территориальных) складах длительного хранения имущества

ГО второй группы накопления. Организации определяют номенклатуру, объемы СИЗ в запасах (резервах), создают и содержат запасы (резервы) СИЗ, осуществляют контроль за созданием, хранением и использованием своих запасов (резервов) СИЗ.

Организации ежегодно информируют о номенклатуре и количестве СИЗ, распределении и использовании СИЗ из запасов (резервов) органы по делам ГОЧС органов местного самоуправления и территориальные органы МЧС России.

СИЗ в запасах (резервах) организаций должны храниться на складах этих организаций и (или) организаций, находящихся в их ведении. При отсутствии своих складов допускается хранение запасов СИЗ на складах других организаций.

Требования к складским помещениям, а также порядок хранения СИЗ, определены приказом МЧС России от 27.05.2003 г. N 285 "Об утверждении и введении в действие Правил использования и содержания средств индивидуальной защиты, приборов радиационной, химической разведки и контроля" (зарегистрирован в Минюсте России 29.07.2003, регистрационный N 4934). При обеспечении соответствующих условий хранения разрешается хранить СИЗ на рабочих местах.

Населению территорий в пределах границ зон возможного опасного радиоактивного, химического и биологического загрязнения (заражения) по решению соответствующих руководителей организаций СИЗ могут выдаваться на ответственное хранение по месту жительства при условии обеспечения их сохранности.

СИЗ, находящиеся на хранении в запасах (резервах) или выдаваемые на ответственное хранение населению, должны соответствовать номенклатуре и отвечать техническим условиям и требованиям заводов-изготовителей.

Обучение населения правилам хранения и использования СИЗ проводится в соответствии с примерными программами обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций, разрабатываемыми МЧС России.

СИЗ, находящиеся в запасах (резервах), подлежат освежению по истечении назначенного им срока хранения, выявлению отклонений от нормативных показателей, установленных ГОСТами или техническими условиями, утрате ими защитных и эксплуатационных характеристик и невозможности их ремонта.

Если СИЗ по истечении назначенного им срока хранения признаны непригодными для эксплуатации по результатам лабораторных испытаний и не подлежат ремонту, то они подлежат списанию (разбронированию) из запасов (резервов) ввиду утраты ими защитных и эксплуатационных свойств. При этом результаты испытаний записываются в паспорта (формуляры) СИЗ.

Основанием для продления срока хранения или списания (разбронирования) СИЗ из запасов (резервов) является акт лабораторного испытания. В акте лабораторного испытания СИЗ должны указываться: формулярные данные испытанных партий средств индивидуальной защиты, даты испытаний и номера анализов, количество образцов (проб), подвергнутых испытаниям, результаты испытаний по всем показателям, выводы о качестве каждой в отдельности партии, заключение метрологических органов. Ответственность за проведение своевременного отбора образцов СИЗ и доставку их в метрологические органы возлагается на организации, в ведении которых они находятся.

По окончании гарантийного срока годности СИЗ, выданных на ответственное хранение населению, производится их освежение.

Контроль за накоплением СИЗ в запасах (резервах), их хранением и использованием по прямому назначению осуществляется органами по делам ГОЧС.

Выдача средств индивидуальной защиты.

Предоставление населению средств индивидуальной защиты (далее - СИЗ) осуществляется в соответствии с основными задачами в области гражданской обороны и в комплексе мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также для защиты населения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (далее - в военное и мирное время).

При переводе ГО с мирное на военное положение, а также в случае возникновения ЧС с выбросом РВ или АХОВ, одним из основных мероприятий ГО является развертывание пунктов выдачи СИЗ (ПВ СИЗ) и выдача СИЗ в пользование населению, персоналу структурных подразделений и приписанным (сторонним) организациям.

В организации, в зависимости от численности персонала, количества структурных подразделений и решаемых задач, могут разворачиваться один или несколько ПВ СИЗ.

Количество и места расположения ПВ выбираются с учетом возможности выдачи СИЗ в установленные сроки с момента получения распоряжения на выдачу и с учетом времени подвоза.

Как правило, продолжительность выдачи СИЗ в организации не должна превышать:

- формированиям повышенной готовности - 2-3 часа;
 - остальным формированиям - до 6 часов;
 - персоналу организаций - до 12 часов;
 - неработающему населению - до 24 часов.
- В организации имущество разгружается на склад ПВ СИЗ, учитывается в книгах учета согласно наряда, а начальник ПВ отправляет в орган управления ГОЧС района донесение о получении СИЗ со склада госрезерва. На каждом ПВ должно быть предусмотрено место временного складирования СИЗ, обеспечивающее надежную сохранность имущества после вывоза его со складов госрезерва до поступления распоряжения на выдачу. В этот период может проводится подготовительная работа - сортировка ящиков по типам и маркам СИЗ; вскрытие ящиков; проверка СИЗ на годность внешним осмотром; сортировка шлем-масок, респираторов и средств защиты кожи по размерам.

Рабочие места, подходы (подъезды) и другие элементы ПВ обозначаются указателями, в ночное время с подсветкой. В своей работе личный состав пункта руководствуется функциональными обязанностями и другими документами, разрабатываемыми и утверждаемыми соответствующими руководителями.

После окончания выдачи СИЗ руководитель ПВ представляет руководителю органа управления ГОЧС района сведения о количестве



Противогаз ГП-5

выданного имущества и ведомости выдачи. Оставшееся имущество сохраняется как резерв для дополнительного обеспечения персонала по мере необходимости и замены неисправных средств. Информация о местах дислокации ПВ доводится до сведения населения.

Гражданский противогаз ГП-5, ГП-7 (ПМК- военный вариант ГП-7)



Человек в защитном костюме и противогазе

Противогазы ГП-5, ГП-7 предназначен для защиты органов дыхания, зрения и лица человека от отравляющих веществ (ОВ), радиоактивной пыли (РП), биологических аэрозолей (БА) и других вредных примесей.

Гражданский противогаз ГП-7 — одна из последних и самых совершенных моделей. Он надежно защищает от отравляющих и многих аварийно химически опасных веществ, радиоактивной пыли и бактериальных средств.

Внешний вид

Лицевая часть гражданского противогаза ГП 7 выполнена в форме маски с круглыми обзорными стёклами для глаз. На голове человека противогаз удерживается специальным наголовником, что значительно снижает общее механическое воздействие противогаза на голову человека и, как следствие утомляемость. Маска противогаза ГП-7 не закрывает уши. Имеющееся переговорное устройство в противогазе

значительно облегчает общение во время работы. Применение незапотевающих пленок, а при отрицательных температурах утеплительных манжет, сохраняет прозрачность стекол в течение всего времени работ в противогазе при любой физической нагрузке.

Противогаз выпускается 2-х модификац. ГП-7 и ГП-7В.

Противогаз ГП-7 комплектуется лицевой частью МГП без приспособления для питья, противогаз ГП-7В - лицевой частью МГП-В с приспособлением для приема воды из штатной армейской фляги.

Независимый» obtюратор представляет собой полосу тонкой резины и служит для создания надежной герметизации лицевой части на голове. В свою очередь герметизация достигается, из-за способности obtюратора растягиваться независимо от корпуса маски.

Наголовник предназначен для закрепления лицевой части. Он имеет затылочную пластину и 5 лямок; лобную, две височные две щечные Лобная и височные присоединяются к корпусу маски с помощью трех пластмассовых, а щечные — с помощью металлических «самозатягивающихся» пряжек. На каждой лямке с интервалом в 1 см нанесены упоры ступенчатого типа, которые предназначены для надежного закрепления их в пряжках. У каждого упора имеется цифра, указывающая его порядковый номер. Это позволяет точно фиксировать нужное положение лямок при подгонке маски.

Нумерация цифр идет от свободного конца лямки к затылочной пластине.

Подбор лицевой части необходимого типоразмера ГП-7 осуществляется на основании результатов измерения мягкой сантиметровой лентой горизонтальной и вертикального обхвата головы. Горизонтальный обхват определяется измерением головы по замкнутой линии, проходящей спереди по надбровным дугам сбоку на 2-3 см выше края ушной раковины и сзади через наиболее выступающую точку головы. Вертикальный обхват определяется измерением головы по замкнутой линии, проходящей через макушку, щеки и подбородок. Измерения округляются с точностью до 5 мм. По сумме двух измерений устанавливаю нужный типоразмер — рост маски и положение (номер) упоров лямок наголовника, в котором они зафиксированы. Первой цифрой указывается номер лобной лямки, второй — височных, третьей — щечных.

Противогазы поставляются с завода изготовителя в деревянных ящиках габаритом 920x480x477 мм, массой около 45кг. В ящике укладываются лицевые части следующего ростовочного ассортимента:

1 рост - 8 шт.; 2 рост - 8 шт.; 3 рост - 4 шт.

Фильтрующе-поглощающая коробка служит для очистки вдыхаемого воздуха от отравляющих веществ, радиоактивной пыли и биологических аэрозолей. Она имеет цилиндрическую форму и снаряжена специальным поглотителем и противоаэрозольным фильтром. Имеет сверху навинтованную горловину, предназначенную для непосредственного присоединения к лицевой части, в дне - отверстие, через которое поступает вдыхаемый воздух. На фильтрующе-поглощающую коробку надевается трикотажный чехол, который предохраняет ее от грязи, снега, влаги, грунтовой пыли (грубодисперсионных частиц аэрозоля).

Принцип защитного действия противогаза ГП-7 такой же, как и в ГП-5 - основан на том, что используемый для дыхания воздух предварительно очищается в фильтрующе-поглощающей коробке. Вместе с тем ГП-7 по сравнению с ГП-5 имеет ряд существенных преимуществ. Уменьшено сопротивление фильтрующе-поглощающей коробки, что облегчает дыхание. «Независимый» обтюратор обеспечивает более надежную герметизацию и в то же время уменьшает давление лицевой части на голову. Снижение сопротивления дыханию и давления на голову позволяет увеличить время пребывания в противогазе. Благодаря этому им могут

пользоваться люди старше 60 лет, а также люди с легочными и сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Сумма горизонтального и вертикального обхватов головы, мм	Рост лицевой части	Положение упоров лямок					
		ГП-7, ГП-7В			ГП-7ВМ		
		лобовых	височных	щечных	лобовых	височных	щечных
До 1185	1	4	8	8	4	8	8
1190-1210	1	3	7	8	3	7	6
1215-1235	2	3	7	8	3	7	6
1240-1260	2	3	6	7	3	6	5
1265-1285	3	3	6	7	3	6	5
1290-1310	3	3	5	6	3	5	4
1315 и более	3	3	4	5	3	4	3

Сборка противогаза производится в следующем порядке:

- протрите лицевую часть снаружи и внутри чистой тряпочкой (ватой), слегка смоченной водой;
- просушите лицевую часть;
- продуйте узел вдоха;
- снимите резиновый экран, отвинтите наружную седловину и продуйте узел выдоха;
- снимите с горловины фильтрующе-поглощающей коробки колпачок с прокладкой и выньте пробку из отверстия в дне;

Примечание: Колпачок, прокладку и пробку храните в сумке противогаза в полиэтиленовом пакете от лицевой части.

- возьмите в левую руку лицевую часть и правой рукой присоедините фильтрующе-поглощающую коробку, закручивая её до отказа в узел вдоха;
- протрите мягкой сухой чистой ветошью стекла;
- вскройте коробку с незапотеваящими пленками;
- извлеките комплект из 2-х пленок;
- возьмите незапотеваящую пленку за края;
- вставьте любой стороной пленку к очковому стеклу в паз очкового узла;
- вставьте прижимное кольцо (резиновый стержень);
- вставьте 2-ю пленку в очковый узел в том же порядке и последовательности.

Собранный противогаз уложите в сумку в следующей последовательности:

- положите противогаз переговорным устройством на ладонь левой руки;
- уберите правой рукой наголовник внутрь маски;

- вложите противогаз в сумку переговорным устройством вниз, а фильтрующе-поглощающей коробкой от себя.

Для правильного надевания ГП-7 надо взять лицевую часть обеими руками за щечные лямки так, чтобы большие пальцы захватывали их изнутри. Затем фиксируют подбородок в нижнем углублении обтюлятора и движением рук вверх и назад натягивают наголовник на голову и подтягивают до упора щечные лямки.

Подгонка противогаза осуществляйте следующим образом:

установите по сумме горизонтального и вертикального обхвата головы рекомендуемое положение лямок наголовника;

лобную и височные лямки через прорези пряжек установите в пряжках так, чтобы рекомендуемая цифра полностью прошла через крайнюю прорезь, а уступ на лямке, соответствующий этой цифре, плотно прилег к перемычке пряжки;

щечные лямки распустите до ограничителей; фиксаторы установите на щечных лямках таким образом, чтобы к перемычке фиксатора прилег уступ на лямке, соответствующий цифре, рекомендуемой для щечных лямок.

Определение правильности подгонки герметичности противогаза простейшим способом: при надетом противогазе закройте отверстие в дне коробки пробкой или рукой, сделайте глубокий вдох;

если воздух не проходит под маску, то маска подогнана и противогаз собран правильно;

если воздух при вдохе попадает под маску, то устраните причину неисправности в соответствии с перечнем наиболее часто встречающихся или возможных неисправностей.

Состав комплекта противогаза

1. Фильтрующе-поглощающей коробки ГП-7к,
2. Лицевой части МГП, (МГП-В), изготавливается в трех ростах: 1,2,3;
3. Незапотевающих пленок (6 шт.);
4. Утеплительных манжет (2 шт.);
5. Защитного трикотажного чехла (Допускается комплектация противогаза без трикотажного чехла.) и сумки.

Дополнительно

Масса в комплекте без сумки около 900 г, фильтрующе-поглощающая коробка — 250 г, лицевая часть — 600 г.

Противогаз не защищает от угарного газа, а также низкокипящих органических веществ, таких как метан, этан, бутан, ацетилен и др.

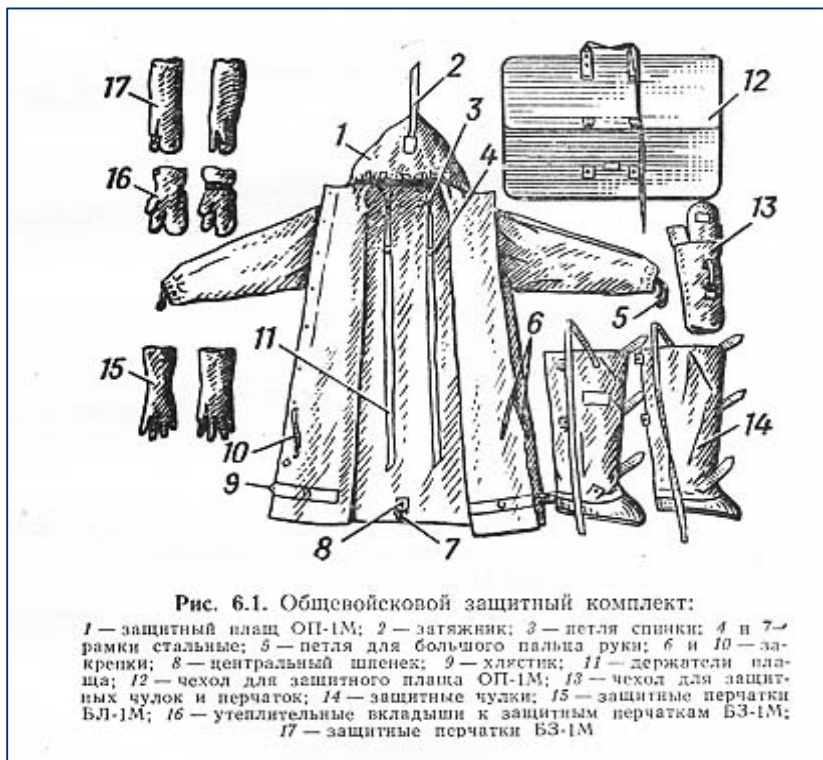
Гарантийный срок хранения противогаза ГП-7 составляет 12 лет. Упаковываются в деревянные ящики в количестве 20 шт.

ОБЩЕВОЙСКОЙ ЗАЩИТНЫЙ КОМПЛЕКТ (ОЗК)

Назначение.

Общевойсковой защитный комплект (ОЗК) предназначен

для защиты человека от отравляющих веществ, биологических средств и радиоактивной



пыли.

ОЗК состоит на вооружении ВС РФ, многих стран бывшего СССР и является средством

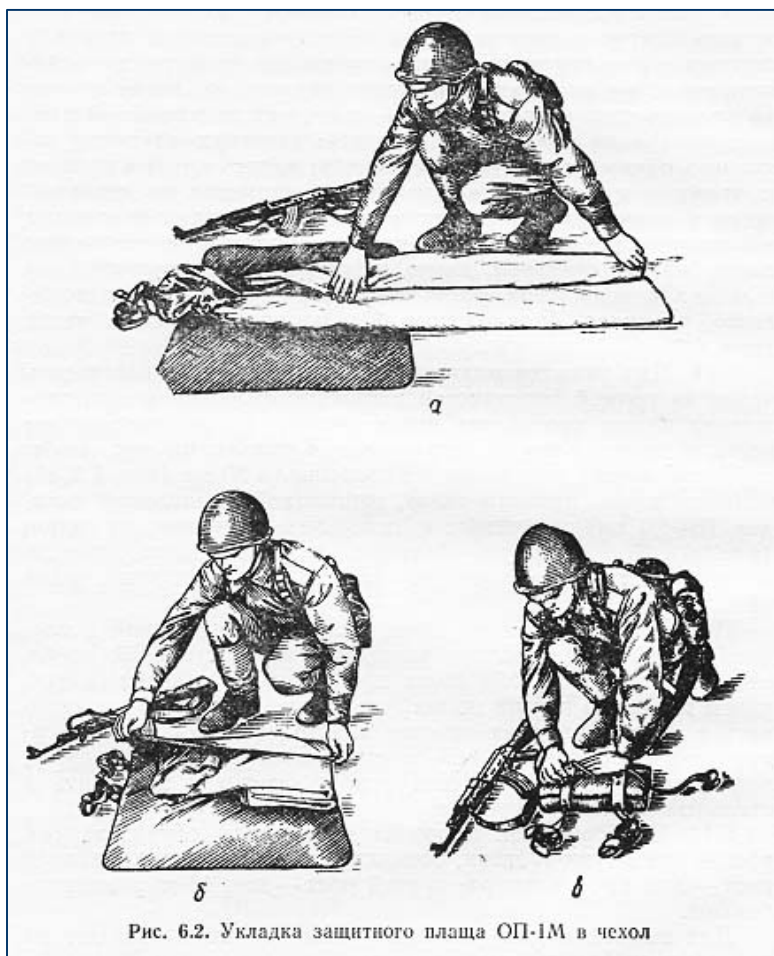


Рис. 6.2. Укладка защитного плаща ОП-1М в чехол

индивидуальной защиты военнослужащих всех родов войск. Используется совместно с респиратором или противогазом. При заблаговременном надевании ОЗК повышает уровень защищенности кожных покровов от огнесмесей и открытого пламени, а также ослабляет разрушающие действие термических факторов на расположенные под ним предметы экипировки. ОЗК является средством защиты периодического ношения. При заражении ОВ, БА, РП ОЗК подвергают специальной обработке и используют многократно.

Укладка:

Для укладки плаща в чехол необходимо: расстелить чехол на ровной поверхности наружной стороной вверх, держатели плаща пропустить через прорези в хлястиках чехла; полы и спинку сложить продольными складками

так, чтобы габариты плаща по ширине не превышали 30 см; уложить плащ, начиная снизу, гармошкой (с шириной складок 15-20 см) на чехол и отвернуть капюшон на плащ, завернуть боковые стороны чехла, скатать плащ вместе с чехлом и застегнуть хлястики чехла.



Рис. Укладка защитного плаща в чехол

ОЗК используют в положениях "походном" (на картинке), "наготове" и "боевом". В "походном" положении при действии личного состава в пешем порядке плащ переносят в чехле за спиной. защитные перчатки и чулки - в чехле на поясном ремне. Плащ за спиной в "походном" положении закрепляют поверх снаряжения с оказанием взаимопомощи. Для этого следует продеть каждый из держателей плаща через рамки чехла, не закрепляя в них держатели. В образовавшиеся лямки с помощью другого военнослужащего продеть руки так, чтобы рамки чехла оказались внизу, пропустить тесьму для раскрытия чехла поверх левого плеча и привязать её к левому держателю плаща или плечевой лямке снаряжения. Надеть сумку противогаза так, чтобы плечевая лямка сумки была расположена поверх держателей плаща. Плащ и чулки имеют маркировку, нанесенную на нижнюю часть плаща с изнанки и верхнюю часть голенищ чулок с лицевой стороны: первая строка – шифр предприятия, номер поступления (цифрами), марка материала; вторая строка - месяц и две последние цифры года изготовления, рост. Маркировку на перчатки наносят на краги:

первая строка - шифр предприятия-изготовителя;
вторая строка - условное обозначение (БЛ-1М или БЗ-1М) и размер перчаток; третья строка - месяц и две последние цифры года изготовления.

Подбор плащей проводят по росту воннослужащего: первый рост - для воннослужащего ростом до 166 см, второй - от 166 до 172 см, третий от 172 до 178 см, четвертый - от 178 до 184 см и выше.

Подбор чулок проводят по размеру обуви: первый рост - для обуви (сапоги, ботинки) до 40-го размера; второй рост - для 42-го размера; третий рост - для 43-го размера и больше. Для зимней обуви (валенки, унты) чулки подбирают на один размер больше, чем для летней. Каждый ОЗК персонально закрепляется за воннослужащим, о чем свидетельствует бирка, которая крепится к плащу.

Использование:

Норматив надевания ОЗК на оценку «отлично» составляет:

В виде комбинезона (ЗБ) — 4 мин 35 сек

В виде плаща (ЗА) — 3 мин. (Подаётся команда *"Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть! Газы!"*)

Действия по сигналу *«Химическая тревога»* — 35 сек

Порядок надевание ОЗК «в виде плаща».

Заблаговременное одевание ОЗК (плащ в рукава) проводят на незараженной местности по команде: *«Плащ в рукава, чулки перчатки надеть. Газы!»*. По этой команде необходимо:

1. Положить ОЗК на землю, оставляя на себе противогаз в походном положении.
2. Достать чулки и перчатки из капюшона плаща.
3. Надеть чулки, застегнуть хлястики, начиная с нижних и завязать обе тесьмы на пояском ремне.
4. Надеть плащ в рукава и противогаз, оставляя противогазовую сумку под плащом и застегнуть шпеньки плаща.
5. Надеть капюшон и перчатки, при этом петли на низках рукавов надеть на большие пальцы поверх перчаток.
6. Выполнив норматив подать установленный сигнал.

Порядок снятия ОЗК.

Снятие зараженного ОЗК проводят при отсутствии возможности его дегазации на человеке табельными средствами на незараженной территории. При снятии ОЗК нельзя касаться открытыми участками тела и одежды внешней (зараженной) стороны.

Для снятия зараженного ОЗК необходимо:

1. Повернуться лицом к ветру;
2. Расстегнуть полы плаща, нижние и средние хлястики чулок;
3. Снять петли с больших пальцев рук;
4. Откинуть капюшон с головы за спину;
5. Взять плащ за наружную часть бортов и, не касаясь одежды, сбросить его назад;
6. Поочередно, за спиной, освободить до половины руки из перчаток и стряхнуть
7. Перчатки совместно с рукавами плаща;
8. Сделать 3-5 шагов вперед и повернуться спиной к ветру;
9. Отстегнуть верхние хлястики чулок и развязать тесемки у пояса;



10. Поочередно, наступая носком одной ноги на пяточную часть другой ноги, вытащить ноги из чулок до половины и осторожным встряхиванием снять чулки;
11. Отойти от снятого ОЗК в наветренную сторону, пятась на 3-5 шагов и, просунув большой палец руки под шлем-маску противогаса в районе шеи и наклонившись к земле, снять противогаз и положить его на землю;
12. Повернуться лицом к ветру и отойти от противогаса.

Длительное ношение ОЗК невозможно из-за того, что круговорот воздуха внутри него замкнут, и пребывание в такой атмосфере может привести к различным опрелостям на коже военнослужащего, что может повлиять на общую боеспособность личного состава. Поэтому командир подразделения обязан рассчитывать длительность занятий и учений таким образом, чтобы не вызвать последствий для здоровья личного состава.

По нормативу длительность пребывания в ОЗК не должна превышать 4 часов.

Л-1 — ЛЕГКИЙ ЗАЩИТНЫЙ КОСТЮМ.

Легкий защитный костюм Л-1 является специальной защитной одеждой и используется на местности, зараженной отравляющими веществами и аварийными химически опасными веществами. Защитный костюм Л-1 **предназначен** для защиты кожи, одежды и обуви от длительного действия отравляющих и токсических веществ, токсичной пыли, для защиты от растворов кислот, воды, щелочей, морской соли, лаков, красок, масел, жиров, и нефтепродуктов, защиты от вредных биологических факторов, при выполнении дегазационных, дезактивационных и дезинфекционных работ.

Состоит костюм Л-1 из куртки с капюшоном, брюк с чулками и двух пар защитных перчаток. Костюм Л-1 изготавливается трех ростов из прорезиненной ткани Т-15 или УНКЛ-3. На рукавах куртки имеются манжеты, надежно облегающие запястье как в перчатках, так и без них.

Костюм Л-1 является средством защиты периодического ношения. При заражении ОВ, РП, БА костюм Л-1 подвергают специальной обработке и используют многократно. Костюм Л-1 имеет маркировку, нанесенную на куртку и брюки с изнаночной стороны; первая строка - шифр предприятия (цифрами), марка материала; вторая строка - месяц и две последние цифры - год изготовления, рост. Маркировку на перчатки наносят на краги - рост перчаток. Подбор костюмов Л-1 проводят по росту человека: первый размер - для человека ростом до 165 см, второй - от 166 до

172 см, третий - 173 см и выше. Костюм Л-1 используют в трех положениях: "походном", "наготове", "боевом". В "походном" положении костюм Л-1 в сложенном виде (в сумке) перевозят на машинах. Непосредственно перед использованием его переносят в сумке, надетой через левое плечо поверх снаряжения. В положении "наготове" костюм используют без противогаса (противогаз надевается по мере необходимости). Перевод костюма Л-1 в боевое положение проводят, как правило, на незараженной местности по команде "Защитную одежду надеть. Газы!" Допустимой продолжительностью работы в костюме Л-1



является наименьшее время, определенное при заданной температуре в зависимости от защитных характеристик костюма и от физических нагрузок.

Для увеличения сроков работы в костюме Л-1, определяемых физической нагрузкой и метеоусловиями, необходимо: хранить костюм Л-1 в тени, избегая его предвари- тельного нагревания; надевать непосредственно перед работой; при повышенной температуре использовать охлаждающие экраны, периодически смачиваемые водой;

работать без лишних движений; надевать при температуре 15 С и выше на нательное белье, от 0 до 10 С поверх ОКЗК (ОКЗК-М, ОКЗК-Д), от 0 до минус 10 С - поверх зимнего обмундирования, при температуре ниже минус 10 С - поверх ватника, надетого на обмундирование.

При снятии костюма Л-1 необходимо обращать особое внимание на то, чтобы открытыми участками тела не касаться его внешней (зараженной) стороны.

В изолирующих средствах человек перегревается и быстро устает. Для увеличения продолжительности работы при температуре выше +15°С применяют влажные экранирующие (охлаждающие) комбинезоны из хлопчатобумажной ткани, надеваемые поверх средств защиты кожи. Экранирующие комбинезоны периодически смачивают водой.

Средства индивидуальной защиты	Температура воздуха, С	Степень тяжести физической нагрузки		
		Легкая	Средняя	Тяжелая
Противогаз, легкий защитный костюм Л-1	10	6 – 8 ч	4 – 5 ч	3 – 5 ч
	20	2 ч	0,6 ч	0,4 ч
	30	1 ч	0,5 ч	0,4 ч
	40	0,7 ч	0,4 ч	0,3 ч

Для снятия костюма необходимо:

встать спиной к ветру;

положить инструмент;

снять сумку для переноски костюма и сумку для противогаза;

при использовании противогаза РШ-4 предварительно вынуть ФПК из сумки и оставить висеть на соединительной трубке;

снять снаряжение;

расстегнуть шейный и промежуточный хлястики и хлястики чулков;

снять куртку вместе с перчатками, сбросив с себя;

отстегнуть бретели брюк;

снять брюки, помогая руками с внутренней стороны;

отойти в наветренную сторону и снять подшлемник и противогаз.

Санитарная обработка людей.

Санитарную обработку проводят для предупреждения или максимально возможного ослабления поражения людей, в первую очередь в тех случаях, когда степень зараженности поверхности тела превышает допустимые уровни. Санитарная обработка сопровождается, как правило, дезактивацией, дегазацией или дезинфекцией одежды, обуви и средств индивидуальной защиты.

В зависимости от условий, характера заражения и наличия соответствующих средств санитарная обработка людей бывает частичная и полная

Частичная санитарная обработка.

Частичная санитарная обработка носит обычно характер предварительной меры перед более тщательной полной санитарной обработкой, и ее обязательно проводят после выхода (вывода) людей из зараженного района. При радиоактивном заражении частичная санитарная обработка заключается

в обмывании незагрязненной водой рук, лица, шеи и других открытых участков тела, а также в полоскании и промывании полости рта и носа.

Перед тем как приступить к частичной санитарной обработке, сначала производят частичную дезактивацию одежды, обуви и имеющихся средств индивидуальной защиты. Для этого осторожно снимают плащи, накидки, пальто или другую верхнюю одежду и очищают ее от радиоактивной пыли встряхиванием, выколачиванием и обметанием подручными средствами. Вслед за этим протирают или обмывают водой обувь. После завершения частичной дезактивации одежды, обуви и защитных средств снимают противогазы, респираторы или другие применявшиеся средства защиты органов дыхания. Лицевые части и коробки противогазов тщательно протирают и укладывают в предварительно очищенные противогазовые сумки.

Далее приступают к непосредственному проведению санитарной обработки открытых участков тела. В первую очередь как можно лучше моют чистой водой загрязненные в процессе дезактивации руки, а затем тщательно умываются, промывая лицо, шею, глаза и ушные раковины. Для удаления радиоактивной пыли, попавшей в полость рта и носоглотки, промывают нос водой и несколько раз прополаскивают рот незараженной водой.

В случае отсутствия или наличия опасной зараженности воды частичную санитарную обработку следует проводить с помощью других доступных средств. Так, загрязненные радиоактивными веществами руки, лицо и открытые участки тела осторожно, без особых усилий обмахивают и протирают носовым платком, чистой тканью, травой, листьями и другими подручными материалами. При заражении отравляющими веществами частичная санитарная обработка заключается в дегазации ОВ, которые попали на кожные покровы, одежду, обувь и средства защиты.

Общий порядок частичной санитарной обработки и частичной дегазации одежды почти не отличается от того порядка, который рекомендован на случай радиоактивного заражения. Частичную обработку в зараженном районе выполняют, не снимая противогаза и других средств защиты. После же выхода из очага поражения сначала дегазируют одежду, обувь и средства индивидуальной защиты, затем снимают противогаз и проводят частичную санитарную обработку. Лучшим средством для проведения частичной санитарной обработки следует считать индивидуальный противохимический пакет **ИПП-8, ИПП-9, ИПП-10**. Габариты и форма

пакета удобны для его практического применения и ношения в кармане сумки противогаза. Пакет предназначен для дегазации ОВ на открытых участках кожи (лице, шее, руках) и отдельных частях одежды (воротнике, манжетах). Кроме того, возможна в отдельных случаях дегазация лицевой части противогаза и мелких деталей и предметов, которые представляют опасность.

При пользовании индивидуальными противохимическими пакетами всегда следует помнить, что в первую очередь нужно обрабатывать зараженные участки кожных покровов и только после этого одежду и средства защиты.

Если нет индивидуальных противохимических пакетов, частичную санитарную обработку и удаление отравляющих веществ проводят всеми доступными мерами с использованием имеющихся подручных средств. Простейшие способы частичной санитарной обработки и дегазации состоят в том, что сначала открытые участки кожи и одежды промывают водой или протирают чистым песком, землей, снегом. Подобная обработка не обеспечивает полной дегазации, но способствует снижению степени поражения.

При заражении болезнетворными микробами и токсинами частичную санитарную обработку по возможности должны проводить сразу же после установления факта заражения или выхода из зараженного района. Одежду, обувь и средства защиты обметают вениками, травой, обмывают или протирают влажной ветошью, водой, снегом. Далее жидкостью из индивидуального противохимического пакета сначала обрабатывают лицевую часть и коробку противогаза, а потом протирают руки, лицо и шею. Если пакета нет, частичную санитарную обработку можно проводить незараженной водой, лучше с мылом и добавкой дезинфицирующих веществ.

Полная санитарная обработка.

Полная санитарная обработка, также как и частичная, заключается в удалении радиоактивных и отравляющих веществ или бактериальных средств, но в отличие от нее носит характер заключительной меры профилактики поражения людей и сохранения их работоспособности. Ее выполняют более тщательно, при этом обрабатывают не только отдельные зараженные участки кожи, но и всю поверхность тела водой с мылом и мочалкой. Полную санитарную обработку в обязательном порядке должны проходить все люди, которые находились на зараженной территории. Полная санитарная обработка людей проводится, как правило, в предварительно оборудованных стационарных обмывочных пунктах, банях, душевых павильонах, санитарных пропускниках или на специально развешиваемых для этой цели площадках с использованием передвижных средств.

При благоприятных летних условиях полную санитарную обработку проводят на открытых проточных водоемах или на реке. Люди, пришедшие в зараженной одежде и нуждающиеся в полной санитарной обработке, направляются в раздевалки, где снимают и передают свою одежду в специально оборудованное помещение для сбора загрязненной одежды и подготовки ее к обеззараживанию. Далее все прибывшие проходят в помещение, где медицинский персонал, осматривает пораженных, помогает им в обработке слизистых оболочек глаз, носа и рта, а также оказывает нуждающимся необходимую медицинскую помощь. При входе в душевое отделение люди получают мыло и мочалки из мягких материалов или ветошь. На каждого расходуется примерно 40 г мыла и 30-35 л воды, подогретой до 38-40°C.

Санитарная обработка длится не более 30 мин (раздевание 5 мин, мытье под душем 15 мин и одевание 10 мин). После обмывания люди переходят в помещение для одевания, где подвергаются повторному медицинскому

осмотру, а при радиоактивном заражении — дозиметрическому контролю. Если в этом случае остаточная зараженность людей окажется выше допустимой, то их возвращают обратно в душевую, где они проходят повторное обмывание.

В помещении для одевания люди, прошедшие санитарную обработку, получают свою обеззараженную одежду, обувь, одеваются и уходят из стационарного обмывочного пункта, не встречаясь с потоком людей, направляющихся на пункт санитарной обработки. В тех случаях, когда сложность и продолжительность режимов обеззараживания одежды исключают возможность ее своевременного возвращения людям, прошедшим санитарную обработку, выдают чистое белье, халаты, тапочки и другие предметы одежды из запаса стационарных обмывочных пунктов (обменный фонд). Санитарная обработка людей, зараженных радиоактивными и отравляющими веществами или бактериальными средствами и имеющих ранения, ожоги, контузии и другие повреждения, организуется медицинской службой гражданской обороны в ее формированиях.

Задание:

1. Познакомиться и изучить номенклатуру и характеристики средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, применяемых при возникновении чрезвычайной ситуации.
2. Познакомиться и изучить порядок определения необходимого запаса средств индивидуальной защиты на объекте экономики.
3. Изучить структуру пункта выдачи средств индивидуальной защиты на объекте экономики и организацию его работы.
4. Изучить на практике порядок применения средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Респиратора, противогаза ГП-5, костюма легкого защитного Л-1, общевойскового защитного комплекта ОЗК. На примере противогаза ГП-5 показать устройство, принцип действия, применение противогаза при возникновении ЧС и необходимости защиты органов дыхания.
5. Изучить способы санитарной обработки людей при выходе их из зараженной зоны.

Содержание отчета:

1. Тема практической работы
2. Цель
3. 1.Изучив материал по теме практического занятия:
4. Кратко описать организацию работы пункта выдачи средств индивидуальной защиты на объекте экономики.
5. Выписать основные понятия касающиеся определения необходимого запаса, номенклатуры, порядка хранения и выдачи СИЗ.
6. 2.Изучить одну из последних и самых совершенных моделей противогаза ГП-7.
7. Выписать : назначение, состав, порядок надевания ОЗК «в виде плаща», порядок снятия ОЗК
8. Выписать назначение, состав, характеристики Л-1.
9. 3. Изучить и кратко описать организацию работы пункта санитарной обработки людей при выходе их из зараженной зоны.

Контрольные вопросы:

- 1.Для чего предназначены СИЗ органов дыхания, кожи?
2. Как правильно выбрать средства индивидуальной защиты?
- 3.В каких помещениях должны храниться СИЗ?
- 4.В каких положениях могут быть использованы СИЗ?
- 5.Состав ,устройство и маркировка противогаза ГП7, ГП-5.
- 6.Общевойсковой защитный комплект ОЗК: назначение ,состав, маркировка.
- 7.Костюм легкий защитный Л-1, назначение , состав маркировка.
- 8.Расскажите о хранении СИЗ на объекте экономики?
- 9.Как организована выдача СИЗ?
- 10.Какие виды санитарной обработки вы знаете.
- 11 Расскажите о правилах частичной и полной санитарной обработки личного состава подразделений ГО и населения покинувших пределы зараженной зоны.

Список литературы.

1. Безопасность жизнедеятельности, учебное пособие СПО, А.Т. Смирнов, М. А. Шахраманьян и др., изд. Дрофа,2010.
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего проф. образования/ сост. Э.А. Арустамов и др. - М.: Академия, 2009.- 174с.
3. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности : электронный учебник, CD- Book - М. КНОРУС, 2011.
4. Основы безопасности жизнедеятельности 10,11 кл., АТ Смирнов, Б.О. Хренников, изд. Просвещение, Москва 2009.
5. Учебник сержанта войск РХБ защиты. - М.: Изд. центр МО РФ, 2006.

Практическое занятие №3

РАЗДЕЛ 4 «Основы обороны государства и воинская обязанность».

Тема 4.4. «Военная служба – особый вид федеральной государственной службы».

Тема ПЗ: «Размещение и быт военнослужащих проходящих военную службу по призыву. Распределение времени и повседневный порядок жизни в в/ч».

Цель:

- Познакомить обучаемых с особенностями прохождения военной службы.
- Изучить статьи Устава внутренней службы ВС РФ, касающиеся размещения и быта военнослужащих срочной службы. Ознакомление с типовым распорядком дня в воинской части
- Практический показ изученных положений на базе воинской части или с применением уроков мультимедийного учебника по изучаемому материалу

Основные теоретические положения

Размещение военнослужащих.

Военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, кроме, находящихся на кораблях, размещаются в казармах.

Каждый батальон (отдельное подразделение полка) по возможности располагается на отдельном этаже здания или в отдельно расположенном помещении.

Для размещения роты должны быть предусмотрены следующие помещения: спальное помещение (жилые комнаты); комната информирования и досуга (психологической разгрузки) военнослужащих; канцелярия роты; комната для хранения оружия; комната (место) для чистки оружия; комната (место) для спортивных занятий; комната бытового обслуживания; кладовая для хранения имущества роты и личных вещей военнослужащих; комната (место) для курения и чистки обуви; сушилка для обмундирования; комната для умывания; душевая; туалет.

Для проведения занятий в полку оборудуются необходимые классы.

В каждой воинской части оборудуется комната боевой славы (истории), ведется Книга почета воинской части (корабля), а также может оборудоваться центр (пункт) психологической помощи и реабилитации.

Размещение военнослужащих, проходящих военную службу по призыву (кроме находящихся на кораблях), в спальнях помещениях (жилых комнатах) производится из расчета не менее 12 куб. м объема воздуха на одного человека.

Кровати в спальнях помещениях (жилых комнатах) роты располагаются в последовательности, соответствующей штатно-должностному списку роты, и так, чтобы около каждой из них или около двух сдвинутых вместе оставалось

место для прикроватных тумбочек, а между рядами кроватей в спальнях помещениях было достаточно места для построения личного состава.

В прикроватной тумбочке хранятся туалетные и бритвенные принадлежности, принадлежности для чистки одежды и обуви, носовые платки, подворотнички, банные принадлежности и другие мелкие предметы

личного пользования, а также книги, уставы, фотоальбомы, тетради и другие письменные принадлежности.

Постели военнослужащих, размещенных в казарме, должны состоять из одеял, простынь, подушек с наволочками, матрацев и подстилок. Постели заправляются единообразно. Запрещается садиться и ложиться на постель в обмундировании (кроме дежурного по роте при отдыхе).

Стрелковое оружие и боеприпасы, в том числе учебные, в подразделениях хранятся в отдельной комнате с металлическими решетками на окнах, находящейся под постоянной охраной лиц суточного наряда и оборудованной техническими средствами

охраны, оснащенными основными и резервными источниками питания, с выводом информации (звуковой и световой) к дежурному по полку.

В роте оборудуются: душевая - из расчета 3-5 душевых сеток на этажную казарменную секцию (при оборудовании жилыми ячейками с блоком санитарно-бытовых помещений - душевая на 3-4 человека), комната для умывания - из расчета один умывальник на 5-7 человек (при оборудовании жилыми ячейками с блоком санитарно-бытовых помещений - умывальник на 3-4 человека), туалет - из расчета один унитаз и один писсуар на 10-12 человек (при оборудовании жилыми ячейками с блоком санитарно-бытовых помещений - туалет на 3-4 человека), ножная ванна с проточной водой (в комнате для умывания) - на 30—35 человек, а также мойка на этажную казарменную секцию для стирки обмундирования военнослужащими.

Комната бытового обслуживания оборудуется столами для глажения, плакатами с правилами ношения военной формы одежды и знаков различия, ремонта обмундирования, зеркалами и обеспечивается стульями (табуретами), необходимым количеством утюгов, а также инвентарем и инструментом для стрижки волос, производства текущего ремонта обмундирования, ремонтными материалами.

Комната (место) для спортивных занятий оборудуется спортивным инвентарем.

Ежедневная утренняя уборка спальных помещений в казарме и жилых комнат в общежитии производится очередными уборщиками под непосредственным руководством дежурного по роте. От занятий очередные уборщики не освобождаются. Ежедневная уборка помещений казармы и общежития и поддержание чистоты в них во время занятий возлагаются на суточный наряд роты. Проветривание помещений в казарме (общежитии) производится дневальными под наблюдением дежурного по роте: в спальных помещениях и в жилых комнатах - перед сном и после сна, в классах – перед занятиями и в перерывах между ними. Все военнослужащие обязаны знать и соблюдать требования пожарной безопасности на объектах полка и уметь обращаться со средствами пожаротушения.

Распределение времени и повседневный порядок.

Распределение времени в воинской части в течение суток, а по некоторым положениям и в течение недели осуществляется распорядком дня и регламентом служебного времени.

Продолжительность служебного времени военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, определяется распорядком дня воинской части.

Распорядок дня воинской части определяет по времени выполнение основных мероприятий повседневной деятельности, учебы и быта личного состава подразделений и штаба воинской части.

Регламентом служебного времени военнослужащих, проходящих военную службу по контракту, в дополнение к распорядку дня устанавливаются сроки и продолжительность выполнения этими военнослужащими мероприятий повседневной деятельности, вытекающих из обязанностей военной службы.

Распорядок дня и регламент служебного времени устанавливает командир воинской части или соединения с учетом вида и рода войск Вооруженных Сил, задач, стоящих перед воинской частью, времени года, местных и климатических условий.

В распорядке дня воинской части должно быть предусмотрено время проведения утренней физической зарядки, утреннего и вечернего туалета, утреннего осмотра, учебных занятий и подготовки к ним, смены специальной (рабочей) одежды, чистки обуви и мытья рук перед приемом пищи, приема пищи, ухода за вооружением и военной техникой, воспитательной, культурно-досуговой и спортивно-массовой работы, информирования личного состава, прослушивания радио и просмотра телепередач, приема больных в медицинском пункте, а также время для личных потребностей военнослужащих (не менее 2 ч), вечерней прогулки, вечерней поверки и не менее 8 ч для сна.

Промежутки между приемами пищи не должны превышать 7 ч. После обеда в течение не менее 30 мин не должны проводиться учебные занятия или работы (см. раздел «Дополнительные материалы»).

Каждую неделю, как правило в субботу, в полку проводится парко-хозяйственный день в целях обслуживания вооружения, военной техники и другого военного имущества, дооборудования и благоустройства парков и объектов учебно-материальной базы, приведения в порядок военных городков и производства других работ. В этот же день обычно производится общая уборка всех помещений, а также помывка личного состава в бане. Кроме того, в целях поддержания вооружения и военной техники в постоянной боевой готовности в

полку проводятся парковые недели и парковые дни с привлечением всего личного состава.

Воскресные и праздничные дни являются днями отдыха для всего личного состава, кроме лиц, несущих боевое дежурство (боевую службу) и службу в суточном и гарнизонном нарядах. В эти дни, а также в свободное от занятий время с личным составом проводятся культурно-досуговая работа, спортивные состязания и игры.

Накануне дней отдыха спектакли, кинофильмы и другие мероприятия для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, разрешается оканчивать на 1 ч позднее обычного.

В дни отдыха подъем разрешается производить позднее обычного, в час, установленный командиром воинской части, утренняя физическая зарядка не проводится.

Для организации досуга и отдыха военнослужащих действуют клубы воинских частей, деятельностью которых предусмотрены: демонстрации художественных фильмов в предвыходные и выходные (праздничные) дни; - работа библиотек воинских частей; занятия в клубных любительских объединениях, кружках по различным жанрам художественного-1 самодеятельного и прикладного творчества, кружках и школах эстетического воспитания; « литературно-художественные тематические вечера, литературные и музыкальные композиции, вечера вопросов и ответов, тематические кинопоказы, кинофестивали, киновечера, кинолекционные вечера, сюжетные массовые игры, вечера-портреты, читательские и зрительские конференции, лекции и консультации; встречи с ветеранами Великой Отечественной войны и Вооруженных Сил, деятелями науки, литературы и искусства; вечера чествования лучших специалистов, занятия в лекториях военных и правовых знаний, выставки технического творчества, вечера боевого содружества мероприятия, связанные с приемом молодого пополнения и увольнением военнослужащих из рядов Вооруженных Сил. В выходные и праздничные дни соответствующими планами воинских частей предусмотрено посещение военнослужащими театров, библиотек, музеев, концертных залов, стадионов и других культурно-зрелищных и спортивных учреждений.

Задания.

1.. Используя Устав внутренней службы ВС РФ, учебно-методические материалы подготовьте краткое сообщение о размещении и быте военнослужащих срочной службы. Составе суточного наряда, обязанностях дневального и дежурного по роте.

2. Используя Устав внутренней службы ВС РФ, учебно-методические материалы составьте примерный распорядок дня для военнослужащих срочной службы по одному из вариантов:

- день учебных занятий
- парко-хозяйственный день,
- паковый день,
- выходной (праздничный день)

Содержание отчета:

1. Тема практической работы
2. Цель
3. Подготовить краткий доклад по одной из тем:
 - о размещении и быте военнослужащих срочной службы;
 - составе суточного наряда, обязанностях дневального и дежурного по роте;
 - значение Устава внутренней службы для организации жизни и быта военнослужащих, соблюдение норм взаимоотношений между военнослужащими .

4. Составить типовой распорядок дня для военнослужащих срочной службы по одному из вариантов:
 - день занятий (учебно-боевая подготовка).
 - парко-хозяйственный день,
 - паковый день(регламентные работы),
 - выходной (праздничный день)
5. Подготовьте ответы на контрольные вопросы.

Контрольные вопросы.

1. Как размещаются военнослужащие, проходящие военную службу по призыву?
2. Чем оборудуется спортивная комната в воинской части?
3. Кто осуществляет ежедневную уборку помещений казармы?
4. Почему, на ваш взгляд, в помещениях, где живут военнослужащие по призыву, должна поддерживаться чистота? Обоснуйте свой ответ?
5. Как распределение времени в воинской части помогает поддерживать постоянную боевую готовность личного состава? Обоснуйте свой ответ?
6. Какой распорядок дня существует для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву?
7. Подумайте, как безопасность повседневной военной службы зависит от состояния внутреннего порядка в воинском коллективе. Обоснуйте свой ответ?
8. Для каких целей назначается суточный наряд и его состав.
9. Кто руководит суточным нарядом?
10. Кто включается в суточный наряд по роте?
11. Почему именно на суточный наряд возлагается своевременное принятие мер по предупреждению правонарушений?

Выводы

1. Военнослужащие, проходящие военную службу по призыву (кроме матросов) размещаются поротно в казармах, в которых имеются специальные спальные помещения.
2. Военнослужащие обязаны поддерживать в помещениях воинской части чистоту.
3. В помещениях ежедневно проводится уборка под руководством дежурного по роте.
3. Военнослужащие обязаны выполнять требования пожарной безопасности.
4. Распределение времени в воинской части осуществляется так, чтобы обеспечивалась ее постоянная боевая готовность.
5. Распределение времени в воинской части в течение суток осуществляется распорядком дня, который определяет выполнение основных мероприятий.
6. Каждую неделю в полку проводится парково-хозяйственный день для приведения в порядок военных городков и военной техники.
7. Устав внутренней службы ВС РФ определяет общие права и обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними, обязанности должностных лиц, правила внутреннего распорядка, и другие вопросы повседневной жизни.
8. Общие положения устава регулируют повседневную жизнь и деятельность военнослужащих в воинской части.

Список литературы.

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего проф. образования/ сост. Э.А. Арустамов и др. - М.: Академия, 2009.- 174с.
2. Общевоинские уставы ВС РФ МО РФ. - М.: Воениздат, 2008. – 608с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности 10,11 кл., АТ Смирнов, Б.О. Хренников, изд. Просвещение, Москва 2009.
4. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: Учебник.- М.: КНОРУС, 2010. - 288с.
5. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебник, CD- Book - М. КНОРУС, 2011.

«Утверждаю»

Командир войсковой части №_

Полковник _____

« » _____ 20010 г.

Примерный распорядок дня войсковой части №

№ п/п	Мероприятие	День учебных занятий	
		Время	Продолжительность, мин
1	Подъем зам. ком. взводов	6.50	
2	Общий подъем	7.00	
3	Утренняя физическая зарядка	7.10-7.40	30
4	Утренний туалет	7.40-8.05	25
5	Утренний осмотр	8.10-8.20	10
6	Проверка готовности к занятиям	8.30-8.50	20
7	Завтрак	9.00-9.20	20
8	Информирование личного состава	9.25-9.55	30
9	Учебные занятия: 1-й час	10.00-10.50	50
10	Учебные занятия: 2-й час	11.00-11.50	50
11	Учебные занятия: 3-й час	12.00-12.50	50
12	Учебные занятия: 4-й час	14.15-15.05	50
13	Обед	13.15-13.45	30
14	Время для личных потребностей военнослужащих	13.45-14.15	30
15	Подготовка караулов и суточного наряда	15.05-16.55	110
16	Практические занятия	17.00-17.50	50
17	Воспитательная и спортивно- массовая работа	18.00-18.50	50
18	Уход за вооружением	19.00-19.50	50
19	Время для личных потребностей военнослужащих	21.00-21.20	20
20	Ужин	21.20-21.40	20
21	Просмотр телепрограмм	21.40-22.00	20
22	Вечерняя прогулка	22.00-22.15	15
23	Вечерняя поверка	22.15-22.30	15
24	Вечерний туалет	22.30-23.00	30
25	Отбой	23.00	

РАЗДЕЛ 4 «Основы обороны государства и воинская обязанность».

Тема 4.5 «Военнослужащий – защитник своего отечества».

Тема ПЗ: «Назначение и боевые свойства АКМ (АКМС) 7,62 мм. Практические навыки обращения с огнестрельным оружием и боеприпасами. Приемы и правила стрельбы из автомата. Меры безопасности».

Время: 2 часа

Цель:

- Познакомить обучаемых с материальной частью АКМ(АКМС) правилами и приемами стрельбы
- Дать практические навыки обращения с автоматом Калашникова.
- Изучить основные меры безопасности при обращении с оружием.

Перечень необходимых средств

- Макет АКМ

Основные теоретические положения

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.

Основным видом автоматического стрелкового оружия в Вооруженных Силах Российской Федерации является 7,62-мм модернизированный автомат Калашникова 7,62-мм АКМ АКМС (С- складывающимся прикладом)

7,62-мм модернизированный автомат Калашникова является индивидуальным оружием и предназначен для уничтожения живой силы противника. Для поражения противника в рукопашном бою к автомату присоединяется штык-нож.

Из автомата ведется автоматический огонь или одиночный огонь (стрельба одиночными выстрелами). Автоматический огонь является основным видом огня из автомата, он ведется короткими (до 5 выстрелов) и длинными (до 10 выстрелов) очередями и непрерывно. Подача патронов при стрельбе производится из коробчатого магазина емкостью на 30 патронов.

Наиболее действенный огонь из автомата - на расстоянии до 400 м. Прицельная дальность стрельбы - 1000 м.

Дальность прямого выстрела по грудной фигуре - 350 м, по бегущей фигуре - 525 м.

Сосредоточенный огонь из автоматов по наземным целям ведется на дальность до 800 м, а по самолетам и парашютистам - до 500 м.

Темп стрельбы - около 600 выстрелов в минуту.

Боевая скорострельность: при стрельбе очередями - до 100 выстрелов в минуту, при стрельбе одиночными выстрелами - до 40 выстрелов в минуту.

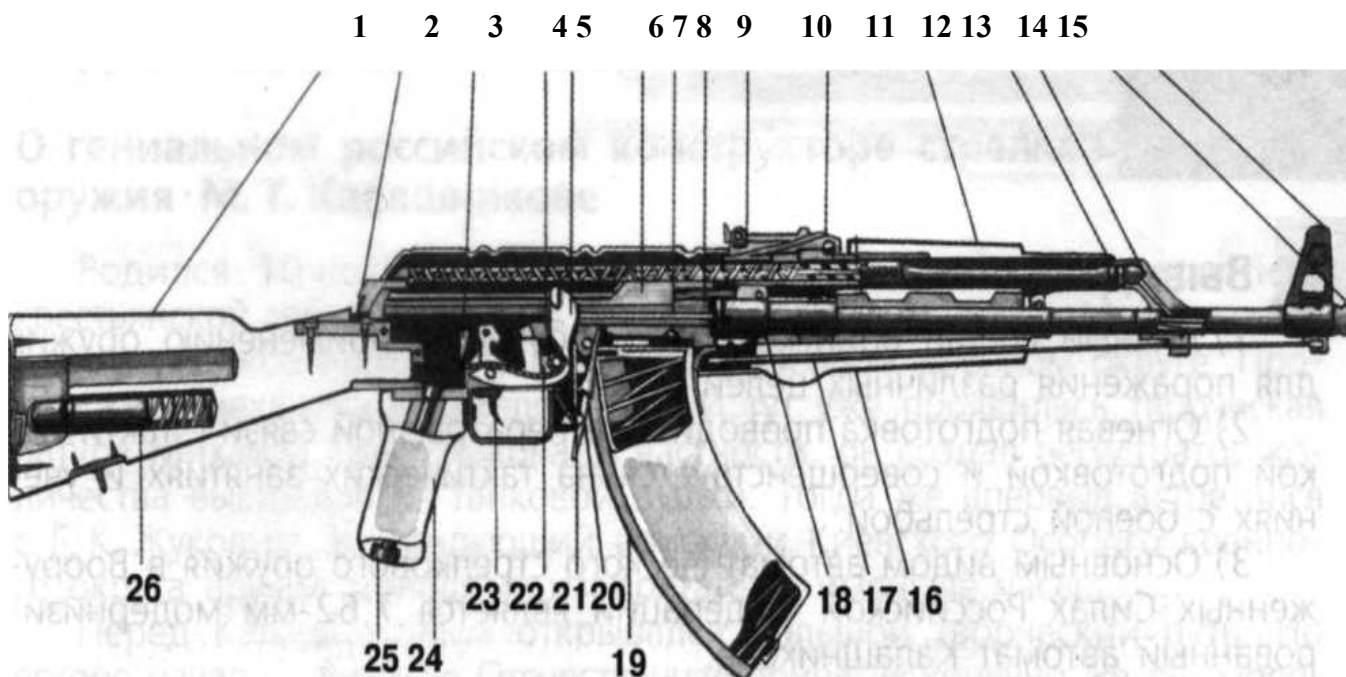
Вес автомата без штык-ножа со снаряженным магазином из легкого сплава: АКМ - 3,6 кг, АКМС - 3,8 кг.

Вес штык-ножа с ножнами - 450 г.

Автомат состоит из следующих основных частей и механизмов (см. рис.):

- ствола со ствольной коробкой, с прицельным приспособлением и прикладом;
- крышки ствольной коробки;
- затворной рамы с газовым поршнем;
- затвора;
- возвратного механизма;
- газовой трубки со ствольной накладкой;
- ударно-спускового механизма;
- цевья;
- магазина;
- штык- ножа.

Рис. 7,62-мм АКМ:



- 1 - приклад; 2 - выступ направляющего стержня возвратного механизма;
 3 - переводчик; 4 - крышка ствольной коробки; 5 - курок; 6 - затворная рама; 7 - ударник; 8 - затвор; 9 - прицельная планка; 10 - колодка прицела;
 11 - ствольная накладка; 12 - газовый поршень; 13 - газовая трубка;
 14 - муфта ствола; 15 - основание мушки; 16 - цевье; 17 - шомпол; 18 - ствол; 19 - магазин; 20 - защелка магазина; 21 - боевая пружина; 22 - рычаг автоспуска; 23 - спусковой крючок; 24 - пистолетная рукоятка; 25 - соединительный винт; 26 - принадлежность

В комплект автомата входят: принадлежность, ремень в сумке и сумка для магазинов (в комплект автомата АКМС, кроме того, входит чехол для автомата с карманом для магазина). Автоматическое действие автомата основано на использовании энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола к газовому поршню затворной рамы.

Если переводчик установлен на автоматический огонь, то стрельба будет продолжаться до тех пор, пока нажат спусковой крючок и в магазине есть патроны.

Если переводчик установлен на одиночный огонь, то при нажатии на спусковой крючок произойдет только один выстрел; для производства следующего выстрела необходимо отпустить спусковой крючок и снова нажать на него.

Порядок неполной разборки(сборки) автомата Калашникова

Разборка автомата Калашникова может быть неполной и полной.

Неполная разборка автомата Калашникова проводится для чистки, смазки и осмотра автомата.

Полная разборка автомата Калашникова проводится для чистки при сильном загрязнении автомата, после нахождения его под дождем или в снегу, при переходе на новую смазку и при ремонте.

Излишне частая разборка автомата вредна, так как ускоряет изнашивание частей и механизмов.

Разборку и сборку автомата производят на столе или чистой подстилке; части и механизмы кладут в порядке разборки, обращаются с ними осторожно, не складывают одну часть на другую и не применяют излишних усилий и резких ударов.

Внимание! При сборке автомата надо сличить номера на его частях: у каждого автомата номеру на ствольной коробке должны соответствовать номера на газовой трубке, затворной раме, затворе, крышке ствольной коробки и других частях автомата.

Порядок неполной разборки автомата:



Рис1. Отделение магазина

1) Отделить магазин (рис. 1). Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин, нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его.

2) Проверить, нет ли патрона в патроннике. Для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого взвода.



3) Вынуть пенал с принадлежностью. Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда, раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ершик, отвертку, выколотку, шпильку. (У автомата со складывающимся прикладом АКМС- пенал носится в кармане сумки для магазинов).



4) Отделить шомпол (рис. 2). Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основание мушки, и вынуть шомпол вверх. При отделении шомпола разрешается пользоваться выколоткой.

Рис2. Отделение шомпола.



5) Отделить крышку ствольной коробки (рис. 3).левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и отделить крышку.

Рис3. Отделение крышки ствольной коробки

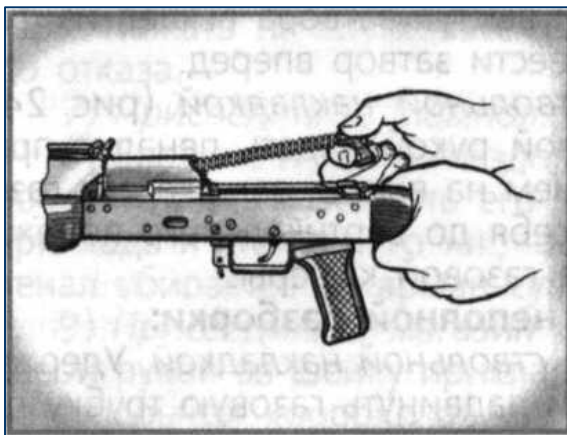


Рис. 4 Отделение возвратного механизма.

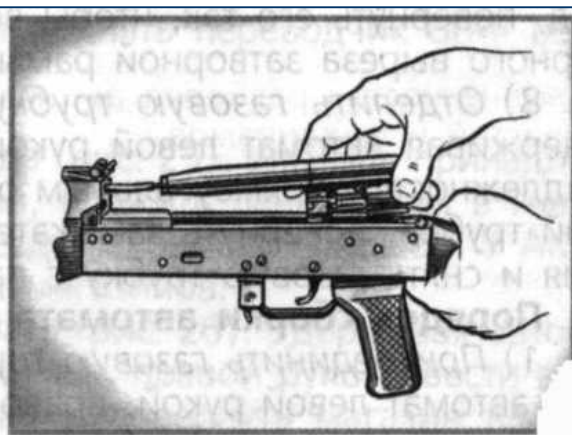


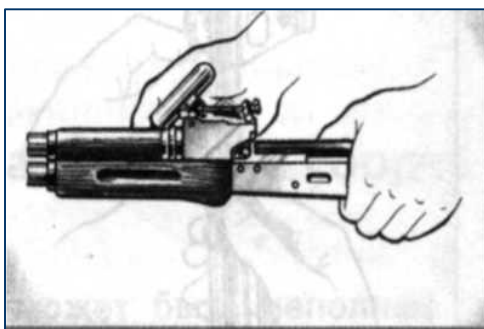
Рис. 5 Отделение затворной рамы с затвором

- 6) Отделить возвратный механизм (рис.4). Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки, приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.
- 7) Отделить затворную раму с затвором (рис. 5). Продолжая удерживать автомат левой рукой, правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.



- 8) Отделить затвор от затворной рамы (рис. 6). Взять затворную раму в левую руку затвором кверху, правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперед.

Рис.6 Отделение затвора от затворной рамы



- 9) Отделить газовую трубку со ствольной накладкой (рис. 7). Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надеть пенал с принадлежностью прямоугольным отверстием на выступ замыкателя газовой трубки, повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубком газовой камеры.

Рис.7 Отделение газовой трубки со ствольной накладкой.

Порядок сборки автомата после неполной разборки:

- 1) Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой камеры и прижать задний конец ствольной накладки к стволу; повернуть с помощью пенала принадлежности замыкатель на себя до входа его фиксатора в

выем на колодке прицела.

2) Присоединить затвор к затворной раме. Взять затворную раму в левую руку, а затвор в правую руку и вставить затвор цилиндрической частью в канал рамы;

повернуть затвор так, чтобы его ведущий выступ вошел в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперед.

3) Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке. Взять затворную раму в правую руку так, чтобы затвор удерживался большим пальцем в переднем положении.левой рукой обхватить шейку приклада, правой рукой ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы. Небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.

4) Присоединить возвратный механизм. Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперед и, опустив несколько книзу, ввести его пятку в продольный паз ствольной коробки.

5) Присоединить крышку ствольной коробки. Вставить крышку ствольной коробки передним концом в полукруглый вырез на колодке прицела; нажать задний конец крышки ладонью правой руки впереди книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошел в отверстие крышки ствольной коробки



6) Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель. Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик огня вверх до отказа.

7) Присоединить шомпол. (Рис 8) Вставить шомпол в специальные гнезда на канале ствола, потянуть его вниз к казенной части оружия так, чтобы его головка вошла под упор основания мушки автомата.

Рис 8. Присоединить шомпол.



8) Вложить пенал в гнездо приклада. (Рис. 9). Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал, вложить пенал дном в гнездо так, чтобы гнездо закрылось крышкой. У АКМС пенал убирается в карман сумки для магазинов.

Рис.9 Вкладывание пенала в гнездо приклада



9) Присоединить магазин к автомату (Рис.10). Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина и повернуть магазин на себя так, чтобы защелка заскочила за опорный выступ магазина.

Рис 10. Присоединение магазина к автомату

Уход за автоматом, его хранение и сбережение.

Автомат должен содержаться в чистоте и полной исправности, быть готовым к действию. Это достигается своевременной и умелой чисткой, смазкой и правильным хранением.

Обращаться с автоматом нужно бережно. При проверке работы ударно-спускового механизма автомата не производят излишних спусков курка.

При казарменном и лагерном расположении автомат хранится в пирамиде ; в особом отделении той же пирамиды хранятся магазины, сумка для магазинов, штык-нож в ножнах и масленка, а для автомата со складывающимся прикладом, кроме того, пенал с принадлежностью и чехол для автомата.

Сумка для магазинов и ремень должны храниться чистыми и сухими.

При временном расположении в каком-либо здании автомат хранится в сухом месте в удалении от дверей, печей и нагревательных приборов. В боевой обстановке военнослужащий должен автомат держать при себе, в руках.

Меры безопасности при обращении с оружием

Соблюдая меры безопасности при обращении с оружием, следует иметь в виду три главных требования:

1. Не направляй оружие в сторону человека.
2. Не досылай без надобности патрон в патронник.
3. Нигде не оставляй своего оружия.

Эти требования можно объединить в одно непреложное правило, которое необходимо помнить всегда: *не направляй, не досылай, не оставляй!*

Нарушение правил обращения с оружием, влечет уголовную ответственность.

Получив (взяв) оружие, лично убедись в том, что оно поставлено на предохранитель и не заряжено.

Для того, чтобы убедиться, нет ли патрона в патроннике, не снимая оружия с предохранителя, необходимо направить ствол в безопасное место, отсоединить магазин (если он был присоединен), оружие снять с предохранителя, отвести рукоятку затворной рамы (затвор) назад, осмотреть патронник, спустить курок с боевого взвода и поставить оружие на предохранитель. Осмотреть магазины.

Запрещается направлять оружие на людей, даже если оно не заряжено.

Не бери и не води огонь из чужого оружия и из оружия, правил обращения с которым ты не знаешь, и не давай своего без разрешения (приказа) командира (начальника). Получив оружие от другого лица, лично проверь, поставлено ли оно на предохранитель.

Запрещается оставлять оружие где бы то ни было без разрешения (приказа) командира (начальника).

Получив оружие, убедись, что в канале ствола отсутствуют посторонние предметы.

Соблюдай особую осторожность при обращении с оружием во время передвижения, на лыжах, при следовании в автомобиле, поезде, самолете.

Оружие при посадке (высадке) в автомобиль, поезд, самолет берется как удобнее.

При передвижении бегом прижимать автомат к поясу, а при следовании в автомобиле, поезде, самолете – держать между колен стволом вверх.

При обнаружении неисправности оружия доложи командиру (начальнику).

Приёмы и правила стрельбы из автомата

Приемы стрельбы из автомата

Автомат в боевых условиях переносится с присоединенным к нему снаряженным магазином. Стрельба из автомата может вестись из различных положений и с любого места, откуда видна цель или участок местности, на котором ожидается появление противника. При ведении огня с места в пешем порядке автоматчик принимает положение для стрельбы стоя, с колена и лежа (в зависимости от условий местности и огня противника). В движении автоматчик может вести огонь на ходу и с короткой остановки. При передвижении на автомобиле автоматчик для ведения огня принимает удобное для него положение, соблюдая меры безопасности. В боевых условиях место для стрельбы автоматчик занимает и оборудует по командам командира отделения или самостоятельно. В команде на занятие места для стрельбы командир может также определить время на оборудование, положение для стрельбы, сектор

обстрела или направление стрельбы. Для стрельбы из автомата необходимо выбирать такое место, которое обеспечивает наилучший обзор и обстрел, укрывает автоматчика от наблюдения и огня противника и позволяет удобно выполнять приемы стрельбы. В зависимости от обстановки место для стрельбы выбирается в траншее, окопе, воронке от снаряда, канаве, за камнем, пнем и т. д. В населенном пункте место для стрельбы может быть выбрано в окне здания, на чердаке, в фундаменте строения и т. п. Не следует выбирать место для стрельбы вблизи выделяющихся отдельных местных предметов, а также на гребнях возвышенностей.

При заблаговременной подготовке места для стрельбы необходимо проверить возможность ведения огня в заданном секторе или направлении, для чего автомат последовательно наводится в различные местные предметы. Для удобства и повышения эффективности огня из автомата необходимо подготовить упор под цевье.

Для занятия места для стрельбы подается команда, примерно: **«Такому-то (автоматчику такому-то), место для стрельбы там-то – к бою»**. По этой команде автоматчик, применяясь к местности, быстро занимает место для стрельбы и изготавливается к стрельбе. Для смены места для стрельбы подается команда, примерно: **«Такому-то (автоматчику такому-то), перебежать туда-то – вперед»**. По этой команде автоматчик намечает путь выдвижения на новое место, укрытые места для остановок и способ передвижения, если он не указан в команде.

В зависимости от обстановки и характера местности автоматчик в бою передвигается бегом, ускоренным шагом и перебежками или пере ползанием.

Перед началом передвижения автомат ставится на предохранитель.

При движении бегом, ускоренным шагом и при перебежках автомат удерживается одной или двумя руками, как удобнее.

При переползании автомат удерживается правой рукой за ремень у верхней антабки или за цевье.

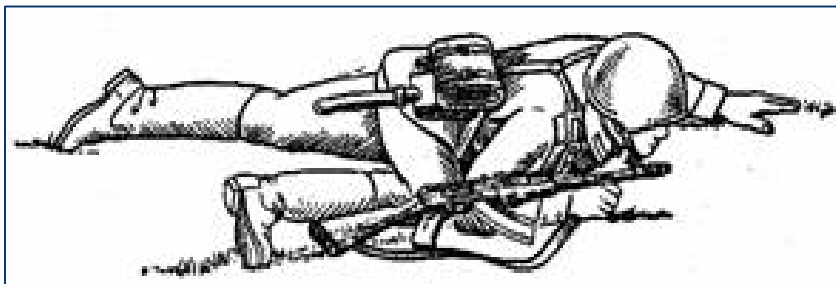


Рис 11. Удержание, автомата при пере ползании по-пластунски

Для успешного выполнения огневых задач автоматчик должен в совершенстве владеть приемами стрельбы из автомата.

Каждый автоматчик, руководствуясь общими правилами выполнения приемов стрельбы и учитывая свои индивидуальные особенности, должен выработать и применять наиболее выгодное и устойчивое положение для стрельбы, добиваясь однообразного положения головы, корпуса, рук и ног.

В зависимости от физических особенностей автоматчика разрешается производить стрельбу с левого плеча, прицеливаться с открытыми обоими глазами и т. п.

ИЗГОТОВКА К СТРЕЛЬБЕ

Автоматчик изготавливается к стрельбе по команде или самостоятельно. На учебных занятиях команда для изготавки к стрельбе может подаваться отдельно, например: **«На рубеж открытия огня, шагом - марш»**, и затем **«Заряжай»**. Если нужно, перед командой **«Заряжай»** указывается положение для стрельбы. Изготавка к стрельбе включает принятие положения для стрельбы и заряжания автомата.

Принятия положения для стрельбы лежа

Если автомат находится в положении «на ремень», подать правую руку по ремню несколько вверх и, снимая автомат с плеча, подхватить его левой рукой за спусковую скобу и ствольную коробку, затем взять автомат правой рукой за ствольную накладку и цевье

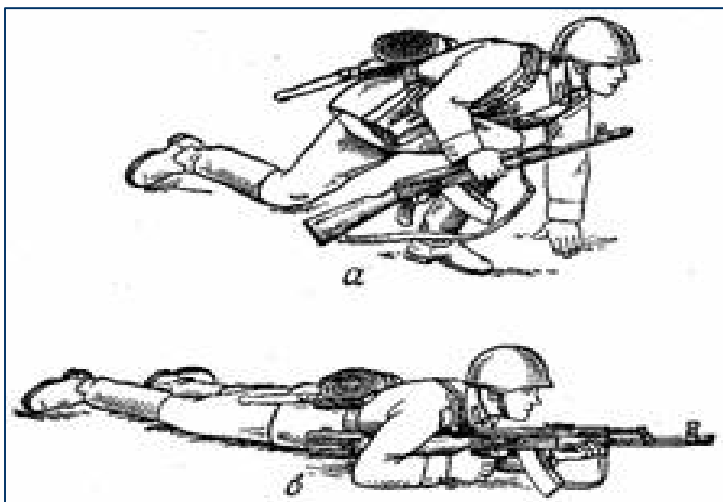


Рис.12 Порядок принятия положения для стрельбы лежа из автомата: а – автоматчик опирается на левое колено и левую руку б – автомат удерживается левой рукой за цевье

дульной частью вперед. Одновременно с этим сделать полный шаг правой ногой вперед и немного вправо. Наклоняясь вперед, опуститься на левое колено и поставить левую руку на землю впереди себя, пальцами вправо. Затем, опираясь последовательно на бедро левой ноги и предплечье левой руки, лечь на левый бок и быстро повернуться на живот, раскинув ноги слегка в стороны носками наружу; автомат при этом положить цевьем на ладонь левой руки.

Если автомат находится в положении «на грудь», предварительно необходимо перекинуть ремень через голову и взять автомат правой рукой за ствольную накладку и цевье дульной частью вперед.

В дальнейшем положение для стрельбы лежа принимается так же, как и из положения с автоматом «на ремень».

Принятия положения для стрельбы с колена

Если автомат находится в положении «на ремень», взять автомат в правую руку за ствольную накладку и цевье дульной частью вперед и одновременно с этим, отставив правую ногу назад, опуститься на правое колено и присесть на каблук.



Рис. 13 Положение для стрельбы с колена

Прицеливаться с колена нужно недолго, делая более продолжительные паузы между очередями. Это вызвано тем, что смотреть на прицел и мушку приходится исподлобья, что быстро утомляет зрение.

Принятия положения для стрельбы стоя

Если автомат находится в положении «на ремень», повернуться вполоборота направо по отношению к направлению на цель и, не приставляя левой ноги, отставить ее влево примерно на ширину плеч, как удобнее автоматчику, распределив при этом тяжесть тела равномерно на обе ноги. Одновременно, подавая правую руку по ремню несколько вверх, снять автомат с плеча и, подхватив его левой рукой снизу за цевье и ствольную накладку, энергично подать, дульной частью вперед, в сторону цели.



Рис.14 Положение для стрельбы с колена с использованием ремня автомата

При принятии положения для стрельбы с автоматом в положении «на грудь» разрешается ремень с шеи не снимать, а использовать его для более прочного удержания автомата при стрельбе.



Рис.15 Положение для стрельбы стоя



Рис.16 Положение для стрельбы стоя с использованием ремня автомата

Для заряжания автомата надо:



- удерживая автомат левой рукой за цевье, правой рукой присоединить к автомату снаряженный магазин, если он не был к нему ранее присоединен;
- «поставить переводчик на автоматический огонь, если автомат находится на предохранителе;
- правой рукой за рукоятку отвести затворную раму назад до отказа и отпустить ее;

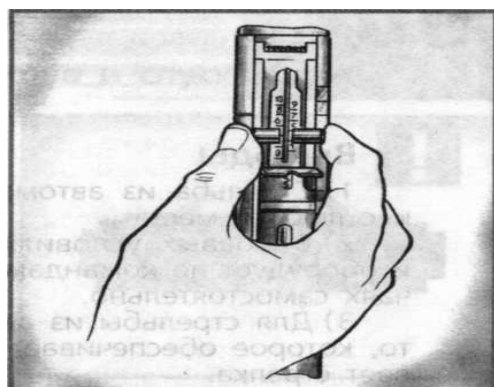
Рис.17. Снаряжение магазина патронами.

■ поставить автомат на предохранитель, если не предстоит немедленное открытие огня или не последовало команды «Огонь!», и перенести правую руку на пистолетную рукоятку. Если перед заряжанием автомата магазин не был снаряжен патронами или патроны были израсходованы при стрельбе, то необходимо снарядить магазин.

Для снаряжения магазина надо взять его в левую руку горловиной вверх и выпуклой стороной влево, а в правую руку патроны пулями к мизинцу так, чтобы дно гильзы немного возвышалось над большим и указательным пальцами. Удерживая магазин с небольшим наклоном влево, нажимом большого пальца (рис. 17) вкладывать патроны по одному под загибы боковых стенок дном гильзы к задней стенке магазина.

Производство стрельбы

Производство стрельбы (выстрела) включает установку прицела, переводчика на требуемый вид огня, прикладку, прицеливание, спуск курка и удержание автомата при стрельбе.



Для установки прицела надо, приблизив автомат к себе, большим и указательным пальцами правой руки сжать защелку хомутика (рис.18) и передвинуть хомутик до совмещения его переднего среза с риску (делением) под соответствующей цифрой на прицельной планке.

Рис. 18. Установка прицела.



Для установки переводчика на требуемый вид огня (рис. 19) надо, нажимая большим пальцем правой руки на выступ переводчика, повернуть переводчик вниз: до первого щелчка - для ведения автоматического огня, до второго щелчка - для ведения одиночного огня.

Для прикладки автомата надо, удерживая автомат левой рукой за цевье или магазин, а правой рукой за пистолетную рукоятку и не теряя цели из виду, упереть приклад в плечо так, чтобы ощущать плотное прилегание к плечу всего затыльника (плечевого упора), указательный палец правой руки (первым суставом) наложить на спусковой крючок автомата. Наклонив голову немного вперед и не напрягая шеи, правую щеку приложить к прикладу.

Локти при этом должны быть поставлены на землю в наиболее удобное положение, примерно на ширину плеч при стрельбе из положения лежа, стоя и с колена из окопа. Локоть левой руки поставлен на мякоть левой ноги у колена, а локоть правой руки приподнят примерно на высоту плеча при стрельбе из положения с колена вне окопа. Локоть левой руки прижат к боку около сумки для гранат, если автомат удерживается за магазин, а локоть правой руки приподнят примерно на высоту плеча при стрельбе из положения стоя вне окопа.

Прицеливание из автомата Калашникова и спуск курка.

Для прицеливания надо зажмурить левый глаз, а правым смотреть через прорезь прицела на

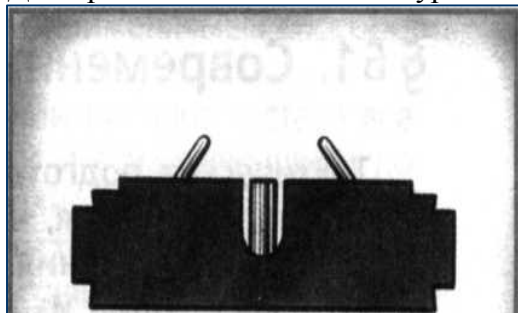


Рис.20. Ровная мушка

мушку так, чтобы мушка пришлась посредине прорези, а вершина ее была наравне с верхними краями гривки прицельн. планки, т. е. взять ровную мушку (рис. 20).

Задерживая дыхание на выдохе, перемещением локтей, а если нужно, корпуса и ног подвести ровную мушку к точке прицеливания, одновременно с этим нажимая на спусковой крючок первым суставом указательного пальца правой руки.

При прицеливании нужно следить за тем, чтобы гривка прицельной планки занимала горизонтальное

положение.

Для спуска курка надо, прочно удерживая автомат левой рукой за цевье или магазин, а правой прижимая за пистолетную рукоятку к плечу, затаив дыхание, продолжать плавно нажимать на спусковой крючок до тех пор, пока курок незаметно для автоматчика не спустится с боевого взвода, т. е. пока не произойдет выстрел.

При ведении огня очередями надо прочно удерживать приклад в плече, не меняя положения локтей, сохраняя ровно взятую в прорези прицела мушку под выбранной точкой прицеливания. После каждой очереди быстро восстанавливать правильность прицеливания. При стрельбе из положения лежа разрешается автомат упирать магазином в грунт.

Задание.

- Ознакомиться с частями и механизмами АКМ.

- Разобраться и понять принцип работы частей и механизмов при производстве выстрела.
- Выполнить неполную разборку (сборку) АКМ.
- Изучить меры безопасности при обращении с оружием.
- Отработать приемы стрельбы и прицеливание из АКМ

Содержание отчета.

1. Дать определение назначения АКМ.
2. Выписать тактико-технические характеристики АКМ, (АКМС) 7, 62 мм.
3. Выписать основные части АКМ в порядке неполной разборки (сборки).
4. Выписать основные правила хранения и ухода за АКМ.
5. Выписать основные правила безопасности при обращении с оружием.
6. Подготовиться к ответу на контрольные вопросы.

Контрольные вопросы:

- Огневая подготовка военнослужащих- цели и задачи?
- Предназначение и боевые свойства автомата Калашникова?
- Какие основные характеристики стрельбы из автомата Калашникова вы можете назвать?
- На чем основано автоматическое действие автомата Калашникова?
- Какие основные части и механизмы автомата Калашникова вы знаете?
- Принцип работы частей и механизмов АКМ при производстве выстрела.
- С какой целью проводится неполная разборка и сборка автомата Калашникова?
- На каких частях автомата Калашникова проставлен его серийный номер?
- Почему не рекомендуется и даже вредна частая разборка автомата Калашникова?
- В каких случаях проводится полная разборка автомата Калашникова?
- Какие существуют приемы стрельбы из автомата Калашникова? Охарактеризуйте их.
- Из каких этапов складывается стрельба из автомата Калашникова? Охарактеризуйте их.
- Как удерживать автомат при движении бегом и ускоренным шагом?
- Как удерживать автомат Калашникова при переползании по-пластунски?

Выводы

- 1) Огневая подготовка это обучение личного состава воинской части применению штатного оружия для поражения различных целей в бою.
- 2) Огневая подготовка проводится в неразрывной связи с тактической подготовкой и совершенствуется на тактических занятиях и учениях с боевой стрельбой.
- 3) Основным видом автоматического стрелкового оружия в Вооруженных Силах Российской Федерации является 7,62-мм модернизированный автомат Калашникова 7,62-мм АКМ АКМС (С- складывающимся прикладом)
- 4) Разборка и сборка автомата производится на столе или на чистой подстилке.
- 5) Обращаться с частями и механизмами автомата Калашникова следует осторожно, не класть одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов.
- 6) При сборке автомата сличаются номера на его частях с номером на ствольной коробке.
- 7) Полная разборка автомата Калашникова проводится только при его сильном загрязнении.
- 7) Стрельба из автомата может вестись из различных положений и с любого места.

Список литературы:

1. Безопасность жизнедеятельности, учебное пособие СПО, А.Т. Смирнов, М. А. Шахраманьян и др., изд. Дрофа, 2010г
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего проф. образования/ сост. Э.А. Арустамов и др. - М.: Академия, 2009.- 174с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности 10,11 кл., АТ Смирнов, Б.О. Хренников, изд. Просвещение, Москва 2009г.
4. Учебник сержанта войск РХБ защиты. - М.: Изд. центр МО РФ, 2006.

Основные источники:

1. Бондин, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие. - М.: ИНФРА-М: Академцентр, 2014. - 349 с.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для сред. проф. образования./ сост. А. Т. Смирнов, М. А., Шахрамьян, Н. А. Крючек и др.- М.:Дрофа,2010.- 251 с.
3. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учеб. / В.Ю. Микрюков.- 4-е изд., перераб. — М.: КНОРУС, 2012. — 288 с.

Дополнительные источники:

4. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс: учеб. для общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. - М.: Просвещение, 2009. - 303 с.
5. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс: учеб. для сред. общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. - М.: Просвещение, 2009. - 304 с.
6. Безопасность жизнедеятельности: учеб. для сред. проф. образования/ сост. Э. А. Арустамов и др.- М.: Академия, 2009.- 174 с.
7. В. В. Денисов, И. А. Денисова, В. В. Гутенев и др. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий при чрезвычайных ситуациях : учеб. пособие для сред. проф.образования - М. : МарТ, 2003 - 608 с.
8. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы : учебник - М. : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2014 - 384 с.
9. Смирнов, А. Т. Основы военной службы : учеб. пособие для сред. проф. образования , 2-е изд., стер. - М. : Академия : Мастерство : Высшая школа, 2001 - 239 с.
10. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник-М. ФОРУМ: ИНФРА-М, 2014- 384с.
11. Р. И. Айзман, С. Г. Кривошеков, И. В. Омельченко. Основы безопасности и первой медицинской помощи, учебное пособие.- 2-е изд., доп.- Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2004 - 288с.
12. Учебник сержанта войск РХБ защиты. - М.: Изд. центр МО РФ, 2006.
13. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
14. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», « О воинской обязанности и военной службе», «Уголовный кодекс Российской Федерации», «О противодействии терроризму», «Семейный кодекс Российской Федерации» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание.- М., 1993-2007.
15. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. —2004. — № 2. — Ст. 121.
16. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750,
17. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. - 2002. -№ 30. - Ст. 3030,
18. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020: Указ Президента РФ от 12. 05. 2009 // Российская газета//,
19. Военная доктрина Российской Федерации: Указ Президента РФ от 5. 02. 2010 // Российская газета//(с поправками 2014г),
20. Общевоинские уставы ВС РФ МО РФ. - М.: Воениздат, 2008. — 608с,
21. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. -1994. -№ 35. - Ст. 3648,
22. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н«Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012,

23. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012,
24. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013,
25. Назарова Е. Н., Жиллов Ю. Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.

Справочники, энциклопедии:

1. Изотова М.А., Царева Т.Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 200
2. Ионина Н.А. 100 великих наград. — М., 2009
3. Каменев А.И. Энциклопедия русского офицера. — М., 2008,
4. Каторин Ю.Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2011,
5. Лубченков Ю.Н. Русские полководцы. — М., 2009

Периодические издания:

1. Журнал: « Основы безопасности жизнедеятельности»: ежемесячный научно-методический и информационный журнал.

Электронные ресурсы:

1. «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 класс (Мультимедийное издание), 1 электронный опт. диск (CD-ROM); ФЦ науки и высоких технологий ВНИИ ГО МЧС РФ и Минобрнауки РФ/ ред. С.К.Шойгу, авт.-сост.Ю. Л. Воробьева, М. И. Фалеева. – М.:ИД Равновесие, 2007г.
2. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебник, CD- Book - М. КНОРУС, 2011 г.

Интернет-ресурсы:

1. www.scienceport.ru
2. www.antiterror.ru
3. www.smi-antiterror.ru
4. www.schoolsave.ru
5. [www. mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ)
6. [www. mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ)
7. [www. mil. ru](http://www.mil. ru) (сайт Минобороны)
8. [www. fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ)
9. [www. dic. academic. ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии)
10. [www. booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека)
11. [www.globalteka. ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов)
12. [www.window. edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам)
13. [www. iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks)
14. [www.school. edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность)
15. [www. ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система)
16. www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»)
17. [www. monino. ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил)
18. www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность)
19. www.militera.lib.ru (Военная литература)

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

Номер изме- нения	Номер листа				Всего листов в документе	ФИО и подпись ответственного за внесение изменения	Дата внесения изменения	Дата введения изменения
	измененного	замененного	нового	изъятого				