

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специальности:

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

Квалификация выпускника: бухгалтер, специалист по налогообложению
(углублённая подготовка)

38.02.07 Банковское дело

Квалификация выпускника: специалист банковского дела
(углублённая подготовка)

43.02.10 Туризм

Квалификация выпускника: специалист по туризму
(углублённая подготовка)

43.02.11 Гостиничный сервис

Квалификация выпускника: менеджер
(базовая подготовка)

44.02.01 Дошкольное образование

Квалификация выпускника: воспитатель детей дошкольного возраста
(углублённая подготовка)

40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Квалификация выпускника: юрист
(углублённая подготовка)

Разработчик:

Гамазин Е.А., преподаватель колледжа

Методические рекомендации по практическим занятиям приняты на заседании предметной (цикловой) комиссии профессионального цикла Гуманитарно-экономического колледжа,

Протокол № 1 от 06.09.15г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии  Соколова С.Н.

Содержание

Пояснительная записка	4
Тематический план и содержание учебной дисциплины	6
Практическое занятие №1	13
Практическое занятие №2	14
Практическое занятие №3	15
Практическое занятие №4	16
Практическое занятие №5	17
Практическое занятие №6	18
Информационное обеспечение обучения	20
Лист регистрации изменений	21

Пояснительная записка

Методические рекомендации по практическим занятиям, являющиеся частью учебно-методического комплекса по дисциплине ОУД.06 «Основы безопасности жизнедеятельности» составлены в соответствии с:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 43.02.10 Туризм, 43.02.11 Гостиничный сервис, 44.0.201 Дошкольное образование, 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), 40.02.01 Право и организация социального обеспечения, 38.02.07 Банковское дело;

2. Рабочей программой учебной дисциплины;

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

Цикл практических работ призван закрепить у студентов имеющиеся теоретические знания по курсу и сформировать умения устойчивой безопасности жизнедеятельности на производстве, идентификации опасностей природного, технического и антропогенного происхождения; понимания основных задач и функций Вооружённых Сил Российской Федерации, основ обороны государства и военной службы, сформировать навыки оказания первой помощи.

В результате выполнения практических заданий обучающиеся должны **знать/понимать:**

- 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 Вооружённых 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.

В результате выполнения практических заданий обучающиеся должны **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.

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- для ведения здорового образа жизни;

- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

В соответствии с учебным планом на практические занятия отводится 24 часа.

Практические занятия способствуют более глубокому изучению вопросов курса ОБЖ и формируют необходимые умения для выработки и принятия оптимальных решений и осуществление необходимых мер безопасности в экстремальных условиях и чрезвычайных ситуациях.

Критерии оценки выполнения нормативов:

«отлично» - если учащийся выполнил норматив правильно, в полном объеме, с соблюдением требований и условий, действовал уверенно и уложился во время, предусмотренное для оценки «отлично»;

«хорошо» - то же, что и на «отлично», однако учащийся допустил ошибки, указанные в условии выполнения норматива, или уложился во время, предусмотренное для оценки «хорошо»;

«удовлетворительно» - если учащийся выполнил норматив, но нарушил последовательность действий или допустил ошибки, указанные в условии выполнения, и уложился во время, указанное для оценки «удовлетворительно».

«неудовлетворительно» - если учащийся не выполнял норматив или выполнил норматив, но нарушил последовательность действий или допустил ошибки, указанные в условии выполнения, и не уложился во время, указанное для положительной оценки.

Критерии оценки письменной работы:

«отлично» -

- ❖ информация отражена в полном объеме, сделаны выводы,
- ❖ работа сдана в указанные сроки,
- ❖ оформлена эстетично;

«хорошо» -

- ❖ изготовлена с небольшими неточностями, без подробностей, сделаны выводы,
- ❖ работа сдана в указанные сроки либо с задержкой не более 1 недели,
- ❖ оформлена эстетично;

«удовлетворительно» -

- ❖ выполнено с неточностями, нет выводов,
- ❖ информация взята из одного источника,
- ❖ работа сдана с задержкой более 1 недели,
- ❖ оформлена неэстетично;

«неудовлетворительно» - задание не выполнено.

Критерий оценки устного ответа:

«отлично» - ответ составлен лексически грамотно, полностью раскрыта тема;

«хорошо» - ответ составлен лексически грамотно, полностью раскрыта тема, но при ответе были допущены незначительные ошибки;

«удовлетворительно» - при составлении ответа допущены смысловые ошибки, которые исправляются по ходу замечаний, тема раскрыта не полностью;

«неудовлетворительно» - допущены грубые ошибки, которые свидетельствуют о непонимании сути материала.

Тематический план и содержание учебной дисциплины

Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала , практические занятия, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		11	
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.	2	1,2
	Содержание учебного материала 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.	2	
Тема 1.2. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Содержание учебного материала Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца.	1 2	1,2,3
	Самостоятельная работа №1. Сохранение здоровья человека.	4	
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения.		45	
Тема 2.1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной	2	1,2

	ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).		
Тема 2.2. Экологическая и производственная безопасность технических систем и техногенных процессов.	Содержание учебного материала Понятие промышленной экологии. Влияние хозяйственной деятельности человека на атмосферу, гидросферу и биосферу. Общие требования к экологической и производственной безопасности технических систем и технологических процессов. Предельно допустимые, временно согласованные вопросы. Предельно допустимые уровни энергетических загрязнений. Меры по оптимизации хозяйственной деятельности в отрасли и на конкретном предприятии.	3	1,2,3
	Практическое занятие №1: Обеспечение производственной и экологической безопасности на предприятии (экскурсия)	2	
	Самостоятельная работа №2 Уровень экологического загрязнения в современной РФ	4	
Тема 2.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала РСЧС, история ее создания предназначения, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.	2	1,2,3
	Самостоятельная работа №3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайной ситуации (РСЧС).	4	
	Контрольная работа по теме «Экологическая и производственная безопасность технических систем и техногенных процессов».	1	
Тема 2.4 Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	Содержание учебного материала Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	1	1,2
	Практическое занятие №2 Основные средства пожаротушения в условиях мероприятий по защите населения (экскурсия).	6	

	Самостоятельная работа №4 Гражданская оборона, её предназначение и задачи по защите населения.	4	
Тема 2.5. Гражданская оборона на промышленном (сельскохозяйственном) объекте.	Содержание учебного материала Организация гражданской обороны на промышленном (сельскохозяйственном) объекте. Цели и задачи гражданской обороны по обеспечению устойчивости функционирования объекта экономики. Организационная структура гражданской обороны по обеспечению устойчивости функционирования объектов экономики.	1	1,2,3
Тема 2.6. Защитные сооружения гражданской обороны.	Содержание учебного материала Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	2	1,2,3
	Практическое занятие № 3: Индивидуальные средства защиты и их использование.	6	
	Самостоятельная работа №5 Средства поражения, применявшиеся в нашей стране в период военного времени.	4	
Тема 2.7 Государственные службы по охране здоровья и безопасности	Содержание учебного материала МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	1

граждан.	Милиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области безопасности.		
	Контрольная работа по теме «Гражданская оборона»	1	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность		29	
Тема 3.1 История создания Вооружённых Сил России.			
3.1.1. История создания Вооружённых Сил России (до XIX).	Содержание учебного материала Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.	2	1,2
3.1.2. Современная армия РФ.	Содержание учебного материала Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.	2	1,2
	Самостоятельная работа №6 Как стать офицером Российской Армии.	2	2,3
Тема 3.2 Организационная структура Вооружённых Сил.	Содержание учебного материала Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. 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. Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.	2	1,2,3

	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил. Самостоятельная работа №7 Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации.	2	
Тема 3.3 Воинская обязанность			
3.3.1. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.	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 учет. 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 в образовательных учреждениях высшего профессионального образования. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.	2	1,2
3.3.2. Альтернативная гражданская служба. Права и обязанности военнослужащих.	Содержание учебного материала Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности,	2	1,2

	установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Соблюдение норм международного гуманитарного права.		
Тема 3.4 Военнослужащий – защитник своего Отечества	Содержание учебного материала Основные качества личности военнослужащего: 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). Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. 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	1,2
Тема 3.5 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 Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	1
Тема 3.6. Боевые традиции Вооружённых Сил России			
3.6.1.Основные качества защитника Отечества.	Содержание учебного материала Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника	2	1,2

	Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.		
3.6.2. Символы воинской чести. Ритуалы ВС РФ	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. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. 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.	2	1,2
	Практическое занятие №4 Патриотизм и верность военному долгу – качества защитника Отечества.	2	1,2
	Самостоятельная работа №8 Символы воинской чести	4	3
	Контрольная работа по теме «Воинская обязанность»	1	
Раздел 4 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (для девушек)		21	
Тема 4.1 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.			
4.1.1. Социальная роль женщины в современном обществе.	Содержание учебного материала Роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и злоупотребления наркотическими веществами. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Психологическая уравновешенность	2	1,2

	и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.		
4.1.2. Семья. Права и обязанности родителей.	Содержание учебного материала Правовые аспекты взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.	2	1,2,3
	Самостоятельная работа №9 Медико-социальные последствия курения табака и борьба с ним. Медико-социальные последствия употребления алкоголя, методы борьбы с алкоголизмом	4	
Тема 4.2 Производственный травматизм, меры профилактики, оказание первой медицинской помощи при травмах.	Содержание учебного материала Общие требования к технике безопасности при работе с электрическими приборами, режущими инструментами, во время работы на станках, аппаратах, при вождении автомобиля, при выполнении сельскохозяйственных работ. Травмы, наиболее часто встречающиеся в процессе профессиональной деятельности. Первая помощь при производственных травмах.	2	1,2,3
	Самостоятельная работа №10 Критерий безопасности и технологичности техносферы.	4	
Тема 4.3 Первая медицинская помощь при массовых поражениях	Содержание учебного материала Первая медицинская помощь при массовых поражениях. Характеристика ситуаций, при которых возможно массовое поражение людей. Особенности оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении в сочетании с травматическими поражениями. Первая медицинская помощь при отравлении сильнодействующими ядовитыми веществами (СДЯВ). Правила оказания само- и взаимопомощи в различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера (землетрясения, наводнения, пожары, промышленные катастрофы).	2	1,2
	Практическое занятие №5 Правила наложения повязок. Правила наложения повязок на голову.	2	
	Практическое занятие №6 Правила наложения повязок на предплечье.	2	

	Правила наложения повязок на локтевой и голеностопный сустав.		
	Контрольная работа по теме «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»	1	
	Итого:	106	

СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Тема 2.2. Экологическая и производственная безопасность технических систем и техногенных процессов

Практическое занятие №1

Обеспечение производственной и экологической безопасности на предприятии (экскурсия)

Объем времени: 2 ч.

Цель: сформировать у студентов четкое представление о возможных опасностях, их источниках и о реально существующих системах безопасности на конкретном предприятии.

После выполнения задания студенты должны

Знать:

- основные причины возникновения экологического загрязнения окружающей среды,
- реально существующие системы безопасности
- мероприятия по сохранению здоровья человека.

Уметь:

- определять существование экологической проблемы,
- предотвращать возможные экологические проблемы
- заботиться о своем здоровье, используя полученные знания.

Необходимое оборудование и материалы:

1. Материально-техническая база Поисково-спасательной службы области.

Требования к теоретической готовности студентов:

Понятие промышленной экологии. Общие требования к экологической и производственной безопасности технических систем и технологических процессов. Меры по оптимизации хозяйственной деятельности в отрасли и на конкретном предприятии. Понятие опасности. Вредный и травмирующий фактор. Классификация опасностей. Системы безопасности. Понятие «мониторинг». Аксиомы науки безопасности жизнедеятельности.

Инструкция по выполнению заданий:

1. Познакомиться с содержанием темы.
2. Пройти инструктаж по технике безопасности.
3. Познакомиться с системами безопасности предприятия (инструменты, СИЗ, пропускная система, система оповещения)
4. Изучить нормативную базу предприятия, касающуюся безопасности и инструкции по охране труда.
5. Письменно в тетради сделать вывод о системе организации охраны труда на предприятии.

Требования к результатам работы: письменная работа.

Форма контроля: устный опрос, проверка письменной работы.

Список рекомендуемой литературы:

1. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. – М.: ФОРУМ, 2008. - 464 с.
2. Публицистические материалы по теме «Состояние окружающей природной среды Новгородской области». Администрация Новгородской области. В. Новгород 2005г.

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Тема 2.4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны

Практическое занятие №2

Основные средства пожаротушения в условиях мероприятий по защите населения (экскурсия)

Объем времени: 6 ч.

Цель: сформировать у студентов знания об основных средствах пожаротушения и умения правильно оценивать ситуацию и действовать сообразно с ней.

После выполнения задания студенты должны

Знать:

- основные понятия, определения и задачи гражданской обороны
- мероприятия по защите населения
- способы информирования и оповещения населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени.

Уметь: оценивать сложность ЧС и правильно действовать в конкретных случаях.

Необходимое оборудование и материалы:

1. Материально-техническая база дежурной части №7.
2. Первичные средства пожаротушения.

Требования по теоретической готовности студентов:

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Инструкция по выполнению заданий:

1. Познакомиться с содержанием темы.
2. Пройти инструктаж по технике безопасности.
3. Познакомиться с системами пожаротушения дежурной части №7.
4. Разработать алгоритм поведения при возникновении пожароопасной ситуации:
 - задымление в помещении
 - пожар в первичной стадии
 - пожар в активной форме.
5. Систематизируйте алгоритмы в таблицу.
6. Сделайте вывод о возможных последствиях в случае некорректных действий при возникновении пожароопасной ситуации.

Требования к результатам работы: письменная работа.

Форма контроля: тестирование, проверка письменной работы.

Список рекомендуемой литературы:

1. Микрюков В. Ю. Безопасность жизнедеятельности. М: ФОРУМ, 2008.
2. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для 10 классов общеобразовательного учреждения. – М: Просвещение, 2002.
3. Библиотека журнала «Военные знания». Защита населения в чрезвычайных ситуациях. Москва, 2000.

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Тема 2.6. Защитные сооружения гражданской обороны

Практическое занятие №3

Индивидуальные средства защиты и их использование

Объем времени: 6 ч.

Цель: обучить студентов быстро и правильно использовать средства индивидуальной защиты. Воспитывать четкость действий при выполнении команд.

После выполнения задания студенты должны

Знать:

виды защитных сооружений гражданской обороны

правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.

меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Уметь: оценивать ситуацию и правильно вести себя при :

- возникновении угрозы теракта,
- попадании в зону военных действий.

Необходимое оборудование и материалы:

1. Противогазы ГП-5Г и респираторы Р-2 на каждого обучаемого,
2. Дезинфицирующий раствор и вата,
3. Секундомер.
4. Легкий защитный костюм- 3 ком.
5. Общевоинской защитный комплект-3 ком.
6. Комплект плакатов по средствам защиты кожи.

Требования по теоретической готовности студентов:

Защитные сооружения гражданской обороны. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Инструкция по выполнению заданий:

1. Узучить содержание темы.
2. Распределиться по группам по 4 человека.
3. Изучить последовательность выполнения норматива по надеванию противогаза и надеть ОЗК. Записать время одевания.
4. Изучить последовательность выполнения норматива по надеванию противогаза и одеть Л-1. Записать время одевания.
5. Обсудить со старшим по группе допущенные ошибки.
6. Сверить свои результаты с нормативами.

НАДЕВАНИЕ ОБЩЕВОЙСКОГО ПРОТИВОГАЗА (ГП-5)

Задержать дыхание, закрыть глаза, снять головной убор, отстегнуть клапан сумки для противогаза. Вынуть шлем-маску из сумки, взять его обеими руками за утолщение края у нижней части так, чтобы большие пальцы были снаружи, а остальные внутри шлема-маски; приложить нижнюю часть под подбородок и резким движением рук вверх и назад натянуть шлем-маску на голову так, чтобы не было складок, а очки пришлись против глаз ;

Проверить правильность надевания шлема-маски, устранить перекося и складки, сделав полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание .

Требования к результатам работы: сформированные умения по одеванию ОЗК и Л-1.

Форма контроля: тестирование, наблюдение.

Список рекомендуемой литературы:

1. Микрюков В. Ю. Безопасность жизнедеятельности. М: ФОРУМ, 2008.
2. Семенов С.Н.. Методическое пособие «Проведение занятий по ГО» Москва 1990г.
3. Библиотека журнала «Военные знания». Защита населения в чрезвычайных ситуациях. Москва, 2000.

Интернет-ресурсы:

<http://gochs.info/p746.htm>

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность**Тема 3.6. Боевые традиции Вооруженных Сил России****Практическое занятие №4****Патриотизм и верность военному долгу – качества защитника отечества**

Объем времени: 2 ч.

Цель: развивать воспитание чувства патриотизма и формировать понимание важности воинских ритуалов при прохождении военной службы.

После выполнения задания студенты должны

Знать:

- основные ритуалы, проводимые в РА
- основные награды в РФ.

Уметь: классифицировать награды.

Необходимое оборудование и материалы:

1. Стенды.
2. Награды и знаки отличия в/с.

Требования по теоретической готовности студентов:

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды в РФ. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации

Инструкция по выполнению заданий:

1. Изучить содержание темы.
2. Изучить награды и знаки отличия.
3. Сделать анализ наград и знаков отличия о принадлежности в/с к роду войск, виду ВС РФ и уровне компетентности (классности) в/с.

Требования к результатам работы: письменная работа с анализом.

Форма контроля: проверка письменной работы.

Список рекомендуемой литературы:

1. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для 10 классов общеобразовательного учреждения. – М: Просвещение, 2002.
2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (для девушек)

Тема 4.1. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества

Практическое занятие №5

Правила наложения повязок. Правила наложения повязок на голову

Объем времени: 2 ч.

Цель: научить студентов правильно накладывать повязки при травмах головы, соблюдая при этом правила антисептики. Воспитывать уверенность в правильности действий в экстремальных условиях.

После выполнения задания студенты должны

Знать:

- процедуру наложения повязок на голову
- правила антисептики
- правила поведения в экстремальных ситуациях, связанных с травматизмом.

Уметь: накладывать повязки при травмах головы.

Необходимое оборудование и материалы:

1. Перевязочный материал.
2. Йод, зеленка.
3. Ножницы медицинские
4. Секундомер
5. Стенд, плакаты

Требования по теоретической готовности студентов:

Травма. Виды травм. Оказание первой медицинской помощи при травме головы.

Инструкция по выполнению заданий:

1. Узучить содержание темы.
2. Распределиться по группам по 4 человека.
3. Изучить указания по выполнению норматива «Наложение повязки на голову».
4. Наложить повязку на голову «пострадавшего». Записать время одевания.
5. Обсудить со старшим по группе допущенные ошибки.
6. Сверить свои результаты с нормативами.

Указания:

УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВОВ: Перевязочный материал (бинты нестерильные, завернутые в бумагу, считаются относительно стерильными) лежит на столе рядом со статистом, которому накладывается повязка.

Допускается наложение повязки поверх одежды. Статист располагается в удобном для наложения повязки положении. По заданию и команде преподавателя учащиеся накладывают указанную каждую повязку. Выполнение норматива завершается закреплением конца бинта.

ВОЗМОЖНЫЕ ОШИБКИ, СНИЖАЮЩИЕ ОЦЕНКУ НА ОДИН БАЛЛ.

Неправильное положение бинта в руках; нарушение стерильности; наложение повязки не на область (сторону), незакрепление повязки.

ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВА.

Повязка «чепцом» на голову: отлично-2 мин 30 сек, хорошо-2 мин 50 сек, удовлетворительно-3 мин 10 сек; повязка на предплечье, локтевой, коленный и голеностопный суставы: отлично-1 мин 50 сек, хорошо-2 мин, удовлетворительно- 2 мин 10

Требования к результатам работы: сформированные умения по наложению повязок на голову.

Форма контроля: наблюдение, тестирование.

Список рекомендуемой литературы:

1. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. – М.: ФОРУМ, 2008. - 464 с.
2. Щаковец В.В, Виноградов А.В. Пособие «Первая медицинская помощь в ЧС». «В.З» Москва-1999 стр.7-11.
3. Пособие «Основы медицинских знаний учащихся» под.ред. М.И. Гоголева. Москва Просвещение.1991 стр.19-27с.

Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (для девушек)

Тема 4.1. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества

Практическое занятие №6

Правила наложения повязок на предплечье, правила наложения повязок на локтевой и голеностопный сустав.

Объем времени: 2 ч.

Цель: научить студентов способам остановки кровотечений и правилам наложения жгута (закрутки). Использовать подручный материал (ремень, галстук, и др.) в ЧС.

После выполнения задания студенты должны

Знать:

- процедуру остановки кровотечений
- правила наложения жгута
- правила поведения в экстремальных ситуациях, связанных с травматизмом.

Уметь: накладывать жгут, останавливать кровотечение.

Необходимое оборудование и материалы:

1. Медицинский жгут.
2. Материал для закрутки.
3. Бумага, карандаш.
4. Секундомер.
5. Стенд, плакаты.

Требования по теоретической готовности студентов:

Травма. Виды травм. Оказание первой медицинской помощи при травме конечностей.

Инструкция по выполнению заданий:

1. Усучить содержание темы.
 2. Распределиться по группам по 4 человека.
 3. Изучить указания по остановке крови и по выполнению норматива «Наложение повязок на конечности».
 4. Наложить повязку на:
 - предплечье,
 - локтевой сустав,
 - голеностопный сустав
 - бедро.
- Записать время, потребовавшееся на выполнение каждого задания.
5. Обсудить со старшим по группе допущенные ошибки.
 6. Сверить свои результаты с нормативами.

Указания по остановке крови:

Жгут или закрутку накладывают на бедро, плечо, голень и предплечье выше раны(на одежду или мягкую подкладку).

Жгут нельзя оставлять более 2 ч. Это грозит омертвением конечности. Если прошло 2 ч, а пострадавший еще не доставлен в больницу, один из сопровождающих прижимает пальцами артерию у основания конечности, а другой распускает жгут на 5-10 мин и снова накладывает его, но чуть выше.

Чтобы наложить закрутку, следует:

- приготовить закрутку из подручного материала, обернуть ее конечности, завязать узел;
- подвести палочку и закрутить с такой силой, чтобы только остановить кровотечение (но не более!!);
- закрепить палочку при помощи подручного материала.

Указания по выполнению нормативов:

Статист, которому накладывают жгут (закрутку), лежит в удобном положении. Учащийся держит развернутый жгут в руках. Материал для наложения закрутки находится на столе рядом. Жгут (закрутка) накладывают на одежду. На столе рядом лежат блокнот и карандаш. По заданию и команде преподавателя учащийся накладывает жгут (закрутку) на указанную область, указывает время его наложения (часы, минуты) и записку подкладывает под последний ход жгута(закрутки), контролирует отсутствие пульса на периферическом сосуде. Этим заканчивается выполнение норматива.

Возможные ошибки, снижающие оценку на один балл.

Наложение жгута (закрутки) не на ту область (сторону); чрезмерное перетягивание конечности или наличие пульса на периферическом сосуде; не записано время наложения жгута (закрутки); наложение жгута (закрутки) на голое тело.

Время выполнения норматива.

Наложение кровоостанавливающего жгута на плечо, бедро: отлично-25с, хорошо-30 с., удовлетворительно-35;

наложение закрутки на плечо, бедро: отлично-45с., хорошо-50с, удовлетворительно-55с.

Жгут или закрутку накладывают на бедро, плечо, голень и предплечье выше раны (на одежду или мягкую прокладку).

Жгут нельзя оставлять более 2 часов – это грозит омертвением конечности. Если прошло 2 часа, а пострадавший еще не доставлен в больницу, один из сопровождающих прижимает пальцами артерию у основания конечности, а другой распускает жгут на 5 – 10 минут и снова накладывает его, но 2-3 см выше.

Чтобы наложить закрутку, следует:

- приготовить закрутку из подручного материала, обернуть ее вокруг конечности, завязать узел;
- подвести палочку и закрутить с такой силой, чтобы только остановить кровотечение (но не более!!);
- закрепить палочку при помощи подручного материала.

Требования к результатам работы: сформированные умения по наложению повязок на конечности.

Форма контроля: наблюдение, тестирование.

Список рекомендуемой литературы:

1. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. – М.: ФОРУМ, 2008. - 464 с.
2. Шаковец В.В, Виноградов А.В. Пособие «Первая медицинская помощь в ЧС». «В.З» Москва-1999 стр.7-11.
3. Пособие «Основы медицинских знаний учащихся» под.ред. М.И. Гоголева. Москва Просвещение.1991 стр.19-27с.

Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Косолапова Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности. -М.: Академия,- 2012.- 320с.
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений высших уч. заведений [Электронный ресурс] / Л. А. Михайлов, В. Н. Губанов, В. Н. Соломин; Под ред. Л. А. Михайлова. – 3-е изд., перед.- М.: Академия, 2011. – 272 с. – Режим доступа: <http://www.novsu.ru/dept/1114/bibliotech>

Нормативно-правовые документы:

1. Конституция РФ.
2. Федеральный закон РФ «Об образовании».
3. Федеральный закон РФ «О гражданской обороне».

Дополнительные источники:

- 1.Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности. – М.: Академия, 2006.- 216 с
2. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. – М.: ФОРУМ, 2008. - 464 с.
- 3.Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для учащихся 10 класса общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2002
- 4.Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений. Под общей ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2002.
- 5.Смирнов А.Т. Маслов М.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Тестовый контроль качества старшеклассников. 10-11 классы. Пособие для преподавателей – организаторов курса «Основы безопасности жизнедеятельности» общеобразовательных учреждений. Под общей ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2002.
- 6.Тупикин Е.А. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Тестовый контроль качества знаний старшеклассников 5-11 классы. Пособие для преподавателей – организаторов курса ОБЖ общеобразовательных учреждений. Под общей ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2002

Перечень методических рекомендаций, разработанных преподавателем:

- 1 Методические рекомендации по практическим занятиям
- 2 Методические рекомендации по оценке качества подготовки обучающихся
- 3 Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы

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				