

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»

**ГУМАНИТАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ПО ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ**

**ОП.06 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность:

**44.02.01 Дошкольное образование**

Квалификация выпускника:

воспитатель детей дошкольного возраста с дополнительно подготовкой  
в области инклюзивного образования дошкольников  
(углубленная подготовка)

ПРИНЯТО:

Предметной (цикловой) комиссией  
общеобразовательных,  
общегуманитарных, социально-  
экономических, математических и  
естественно-научных дисциплин  
колледжа

Протокол № 1  
от «31» августа 2021 г.

Председатель предметной (цикловой)  
комиссии

  
(подпись)

Н.Х. Федорова  
(ФИО)

Разработчик:

Преподаватель ГЭК НовГУ

  
(подпись) Гамазин Е.А.  
(ФИО)

« 31 » августа 2021 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....                                                           | 4  |
| ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ».....                               | 6  |
| СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ.....                                                  | 11 |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №1 .....                                                         | 11 |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №2 .....                                                         | 4  |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №3 .....                                                         | 6  |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 4 .....                                                        | 7  |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №5 .....                                                         | 9  |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №6 .....                                                         | 10 |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №7 .....                                                         | 13 |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №8 .....                                                         | 5  |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №9 .....                                                         | 17 |
| ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ №10 .....                                                        | 19 |
| ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №11.....                                                         | 31 |
| ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ .....                                             | 26 |
| ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ В МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО<br>ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ ..... | 35 |

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

- 1 Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 44.02.01 Дошкольное образование;
- 2 Рабочей программой учебной дисциплины;
- 3 Локальными актами НовГУ.

Методические рекомендации включают 11 практических занятий, предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины в объёме 48 часов.

В результате выполнения практических заданий обучающийся **должен уметь:**

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате выполнения практических заданий обучающийся **должен знать:**

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения полученных профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

### **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».

### **Критерии оценки письменной работы:**

*«отлично» -*

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

*«хорошо» -*

- ❖ информация отражена в полном объеме, допущена одна незначительная ошибка, сделаны выводы,
- ❖ работа сдана в указанные сроки либо с задержкой не более 1 недели,
- ❖ оформлена эстетично;

*«удовлетворительно» -*

- ❖ освещены не все пункты заданий, допущена одна-две ошибки, нет выводов,
- ❖ освещены не все пункты заданий;
- ❖ работа сдана с задержкой более 1 недели,
- ❖ оформлена неэстетично;

*«неудовлетворительно» - задание не выполнено.*

### **Критерии оценки тестирования:**

|                   |                             |
|-------------------|-----------------------------|
| Отлично           | 95–100 % правильных ответов |
| Хорошо            | 80 –94% правильных ответов  |
| Удовлетворительно | 60–79% правильных ответов   |

**Тематический план и содержание учебной дисциплины**

*ОП.06 «Безопасность жизнедеятельности»*

| Наименование разделов и тем                                                                                                                 | Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Объем часов | Уровень освоения |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------|
| 1                                                                                                                                           | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 3           | 4                |
| <b>Раздел 1</b><br><b>Гражданская оборона</b>                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>57</b>   |                  |
| Тема 1.1<br>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций<br>Организация гражданской обороны             | <b>Содержание учебного материала</b><br>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.<br>Ядерное оружие, химическое и биологическое оружие. Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Приборы радиационной и химической разведки и контроля. Правила поведения и действие людей в зоне радиационного, химического заражения и в очаге биологического поражения. | 1           | 2,3              |
|                                                                                                                                             | <b>Практическое занятие № 1.</b> Определение границ и структуры очагов поражения; расчет доз облучения при проведении работ и определение допустимого времени пребывания в зоне радиоактивного заражения                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4           |                  |
|                                                                                                                                             | <b>Практическое занятие № 2.</b> Расчет параметров движения зараженного облака при авариях на ХОО. Расчет времени пребывания в зонах химического заражения в различных средствах защиты.                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4           |                  |
|                                                                                                                                             | <b>Практическое занятия № 3.</b> Работа с приборами радиационной и химической разведки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 4           |                  |
|                                                                                                                                             | <b>Самостоятельная работа студентов №1.</b> Изучение понятий чрезвычайных ситуаций; классификация, характеристики, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; оружие массового поражения и его поражающие факторы.                                                                                                                                                                                                                                                                    | 4           |                  |
| Тема 1.2<br>Защита населения и территорий при стихийных бедствиях.<br>Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте | <b>Содержание учебного материала</b><br>Защита при землетрясениях, извержении вулканов, ураганах, бурях, смерчах, грозах. Защита при снежных заносах, сходе лавин, метели, вьюге, селях, оползнях. Защита при наводнениях, лесных, степных и торфяных пожарах. Защита при автомобильных и железнодорожных авариях (катастрофах). Защита при авариях (катастрофах) на воздушном и водном транспорте.                                                                                 | 1           | 2                |

|                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |           |       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------|
| Тема 1.3 Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах.<br>Производственный травматизм, профилактические мероприятия по предупреждению травматизма на производстве | <b>Содержание учебного материала:</b><br>Защита при авариях (катастрофах) на пожароопасных и взрывоопасных объектах. Защита при авариях (катастрофах) на гидродинамически, химически и радиационно-опасных объектах.<br>Основные понятия и определения. Несчастные случаи на производстве, подлежащие расследованию и учету. Обязанности работодателя, порядок расследования, оформление документов и информирование о последствиях несчастных случаев на производстве. Обязанности государственного инспектора по охране труда. Организационные и технические мероприятия по предупреждению производственного травматизма. | 10        | 2,3   |
|                                                                                                                                                                                                           | <b>Практическое занятие № 4.</b> Изучение и использование средств коллективной и индивидуальной защиты в системе ГО.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 4         |       |
|                                                                                                                                                                                                           | <b>Самостоятельная работа студентов № 2.</b> Изучение общих санитарно-технических требований к производственным помещениям и рабочим местам.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 8         |       |
| Тема 1.4 Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.<br>Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке                                                     | <b>Содержание учебного материала</b><br>Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.<br>Обеспечение безопасности при эпидемии. Обеспечение безопасности при нахождении на территории ведения боевых действий и во время общественных беспорядков. Обеспечение безопасности в случае захвата заложников. Обеспечение безопасности при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения и совершенном теракте.                                                                                                                                                                               | 1         | 1,2,3 |
|                                                                                                                                                                                                           | <b>Практические занятия № 5.</b> Планирование, подготовка документов и организация эвакуационных мероприятий;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4         |       |
|                                                                                                                                                                                                           | <b>Практическое занятие № 6.</b> Организация эвакуации людей при пожаре и обнаружении заложенного взрывного устройства. Использование первичных средств пожаротушения.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 4         |       |
|                                                                                                                                                                                                           | <b>Самостоятельная работа студентов № 3.</b> Изучение единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 8         |       |
| <b>Раздел 2. Основы военной службы</b>                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>41</b> |       |
| Тема 2.1 Вооруженные силы России на современном этапе                                                                                                                                                     | <b>Содержание учебного материала</b><br>Состав и организационная структура Вооруженных сил Российской Федерации. Система руководства и управления Вооруженными Силами<br>Виды Вооруженных сил и рода войск. Военская обязанность и комплектование Вооруженных Сил личным составом. Порядок прохождения военной службы.                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2         | 1,2,3 |

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |     |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----|
|                                        | <b>Практическое занятие № 7.</b> Военная доктрина Российской Федерации. Правовые основы военной службы. Призыв граждан на военную службу.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 4 |     |
|                                        | <b>Самостоятельная работа студентов № 4.</b> Виды и рода Вооруженных сил Российской Федерации, задачи гражданской обороны.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 8 |     |
| Тема 2.2 Уставы Вооруженных Сил России | <b>Содержание учебного материала</b><br>Военная присяга. Боевое знамя воинской части. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Воинская дисциплина. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд по роте. Караульная служба. Обязанности и действия часового.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1 | 2   |
| Тема 2.3 Строевая подготовка           | <b>Содержание учебного материала</b><br>Строевая подготовка. Классификация строевой подготовки. Строевые приёмы.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 1 | 1,2 |
|                                        | <b>Практические занятия № 8.</b> Организация строевой подготовки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 6 |     |
| Тема 2.4 Огневая подготовка            | <b>Содержание учебного материала</b><br>Материальная часть автомата Калашникова. Подготовка автомата к стрельбе и ведение огня. Меры безопасности во время стрельбы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1 | 2   |
|                                        | <b>Практическое занятие № 9.</b> Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата. Организация огневой подготовки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 6 |     |
| Тема 2.5 Медико-санитарная подготовка. | <b>Содержание учебного материала</b><br>Общие сведения о ранах, способы остановки кровотечения и обработки ран. Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей. Первая помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания.<br>Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током. Первая (доврачебная) помощь утопающим. Первая (доврачебная) помощь при перегреве, переохлаждении, при обморожении и общем замерзании. Первая (доврачебная) помощь при отравлении. Первая (доврачебная) помощь при ожогах. Доврачебная помощь при клинической смерти. | 2 | 1,2 |
|                                        | <b>Практическое занятие № 10.</b> Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при кровотечениях, ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания, поражении электрическим током, ожогах и обморожениях, тепловом и солнечном ударах.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 4 |     |
|                                        | <b>Практические занятия № 11.</b> Первая (доврачебная) помощь при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания. Проведение реанимационных мероприятий. Отработка на тренажёре прекардиального удара и искусственного дыхания.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4 |     |



|  |                                                                                                    |           |  |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
|  | <b>Самостоятельная работа студентов № 5. ВИЧ-инфекции и СПИД. Причины, клиника и профилактика.</b> | <b>2</b>  |  |
|  | <b>Всего:</b>                                                                                      | <b>98</b> |  |

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

### Раздел I Гражданская оборона

Тема 1.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №1

**Определение границ и структурных очагов поражения. Расчет доз облучения при проведении работ и определение допустимого времени пребывания в очаге радиоактивного заражения**

**Объем времени: 4 часа**

**Цель:** формирование умений у студентов:

- анализировать сложившуюся ситуацию,
- определять границы очагов поражения,
- рассчитывать дозы облучения при проведении работ в очаге поражения,
- пользоваться линейкой ГО.

**ЗНАТЬ:**

- основные меры гражданской обороны по защите населения и территорий от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- порядок расчета границы очагов поражения;
- допустимые дозы облучения, порядок расчета доз облучения;
- порядок расчета допустимого времени пребывания в очаге радиоактивного заражения;
- правила и порядок использования приборов радиационной разведки
- виды медицинской помощи при попадании в зону радиоактивного заражения

**УМЕТЬ:**

- проводить анализ возможной зоны радиоактивного заражения, направление распространения радиоактивного облака;
- проводить анализ травмоопасных и вредных факторов в повседневных условиях и в чрезвычайных ситуациях;
- разрабатывать мероприятия, обеспечивающие безопасные условия пребывания в зоне радиоактивного заражения;
- владеть навыками безопасного поведения в опасных зонах;
- определять границы очагов поражения;
- рассчитывать дозы облучения при проведении работ в очаге поражения,
- пользоваться линейкой ГО;
- оказывать медицинскую помощь пострадавшим.

**Средства обучения:** дозиметрические приборы ДП-5, ДП-22 (ДКП-50а), специальная линейка ГО, схема зон радиационного заражения.

**Требования к теоретической готовности студентов:**

Понятие радиоактивные излучения и методы их измерения. Принципы действия дозиметрических приборов и порядок использования. Допустимые дозы облучения, порядок расчета доз облучения. Меры безопасности. Правила поведения в зоне заражения и оказания первой помощи.

**Содержание заданий:**

- 1.Познакомиться с содержанием темы, изучить нормативную базу по защите населения при ЧС, касающуюся безопасности и инструкции по охране труда
- 2.Пройти инструктаж по правилам пользования приборами.
- 3.Письменно в тетради выполнить задания и сделать выводы.

**Инструкция по выполнению заданий:**

1. Зарисовать схему, отражающую образование радиоактивного следа от наземного ядерного взрыва.
2. Описать процесс определение границ и структуры очагов поражения дозиметрическими приборами ДП-5, ДП-22, ДКП-50а.
3. Выписать определение степени лучевой болезни при воздействии ионизирующих излучений.
4. Записать в форме таблицы зависимость времени пребывания в зоне радиоактивного заражения и здоровья человека.

**Требования к результатам работы:** конспект с рисунком, таблицей и выводом .

**Формы контроля:** проверка письменной работы

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

## Раздел I Гражданская оборона

Тема 1.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны

### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №2

**Расчет параметров движения зараженного облака при авариях на ХОО. Расчет времени пребывания в зонах химического заражения в различных средствах защиты**

**Объем времени: 4 часа**

**Цель:** сформировать у студентов умения делать расчеты параметров зараженного облака при инверсии, изометрии, конвенции, проводить расчеты времени пребывания в очаге заражений в различных средствах защиты.

**ЗНАТЬ:**

- опасные ситуации техногенного и военного характера, возникающие в процессе производства и возможных боевых действий, правила поведения в них;
- основные меры гражданской обороны по защите населения и территорий от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные законы и другие правовые нормы по охране труда на производстве;
- основные химически опасные объекты на территории города и области;
- порядок расчета параметров движения зараженного облака и используемые для этого инструменты;
- правила поведения в зоне химического заражения;
- виды первой помощи в системе ГО при отравлении АХОВ

**УМЕТЬ:**

- проводить анализ обстановки в опасной зоне;
- проводить анализ вредных факторов в чрезвычайных ситуациях;
- выполнять расчеты параметров движения зараженного облака при авариях на ХОО
- выполнять расчет времени пребывания в зонах химического заражения;
- использовать различные средства защиты органов дыхания и кожи;
- разрабатывать мероприятия, обеспечивающие безопасные условия для населения находящегося в опасной зоне;
- владеть навыками безопасного поведения в различных опасных ситуациях;
- оказывать медицинскую помощь пострадавшим;

**Средства обучения:** Войсковой прибор химической разведки (ВПХР) , таблица – ПДК в воздухе наиболее распространенных АХОВ(аварийно химические опасные вещества), специальная линейка ГО, плакаты ГО со схемой зон возможного распространения АХОВ, средства защиты кожи и органов дыхания

**Требования к теоретической готовности студентов:**

Термины и определения связанные с АХОВ, расчет параметров движения зараженного облака при авариях на химически опасных объектах;  
расчет времени пребывания в зонах химического заражения в различных средствах индивидуальной защиты. Меры безопасности. Правила поведения в зоне заражения и оказания первой помощи.

**Содержание заданий:**

1. Познакомиться с содержанием темы.
2. Изучить таблицу – ПДК в воздухе наиболее распространенных АХОВ (аварийно химические опасные вещества)
3. Пройти инструктаж по правилам пользования прибором ВПХР и средствами индивидуальной защиты .
4. Познакомиться с системами безопасности (инструменты, СИЗ, система оповещения)
5. Письменно в тетради выполнить задания .

**Инструкция по выполнению заданий:**

1. Составить конспект по таблице о предельно допустимой концентрации в воздухе наиболее распространенных АХОВ
2. Выполнить расчет параметров движения зараженного облака при авариях на химически опасных объектах;
3. Выполнить расчет времени пребывания в зонах химического заражения в различных с учётом систем безопасности (инструменты, СИЗ, система оповещения)
4. Составить алгоритм использования прибора ВПХР и средств индивидуальной защиты кожи и органов дыхания.

**Требования к результатам работы:** конспект с расчётами и алгоритмом

**Формы контроля:** проверка письменной работы

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

Раздел I Гражданская оборона  
Тема 1.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Организация гражданской обороны

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №3

**Работа с приборами радиационной и химической разведки .**

**Объем времени: 4 часа**

**Цель:** сформировать умения работать с приборами ДП-5Б, ВПХР ДП-22 в соответствии с нормативным временем.

**ЗНАТЬ:**

- опасные ситуации природного, технического и социального характера, возникающие в процессе производства, правила поведения в них;
- основные меры гражданской обороны по защите населения и территорий от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные законы и другие правовые нормы по охране труда на производстве;
- основные приборы радиационной и химической разведки;
- нормативы по подготовке к работе приборов и порядок их использования
- виды медицинской помощи в системе ГО

**УМЕТЬ:**

- проводить анализ травмоопасных и вредных факторов в повседневных условиях и в чрезвычайных ситуациях;
- разрабатывать мероприятия, обеспечивающие безопасные условия труда и отдыха;
- владеть навыками работы с приборами радиационной и химической разведки;
- владеть навыками безопасного поведения в зоне радиоактивного заражения и химически опасной среде;
- оказывать медицинскую помощь пострадавшим при поражении радиоактивными и отравляющими веществами;

**Средства обучения:** Приборы ДП-5Б - 3 шт., ДП-22 – 2 шт.,  
приборы ВПХР - 3 шт., плакаты, специальная линейка ГО, схема зон радиационного заражения, средства защиты кожи и органов дыхания

**Требования к теоретической готовности студентов :**

Предназначение, порядок проверки и практическая работа с приборами радиационной и химической разведки.

**Содержание заданий:**

1. Познакомиться с содержанием темы,
2. Пройти инструктаж по правилам пользования приборами
3. Изучить меры безопасности при обращении с ионизирующими источниками, и химическими веществами.
4. Выполнить задание.

**Инструкция по выполнению заданий:**

1. В группах по 3-4 человека изучить порядок проверки и работы с приборами ДП-5, ДП-22, ВПХР,
2. Отобразить в конспекте особенности контрольных фильтров для определения степени заражения от различных отравляющих веществ (ОВ)

**Требования к результатам работы:** умение работать с приборами, конспект

**Формы контроля:** собеседование и проверка письменной работы

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

## Раздел I Гражданская оборона

Тема 1.3 Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах. Производственный травматизм, профилактические мероприятия по предупреждению травматизма на производстве

### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 4

**Изучение и использование средств коллективной и индивидуальной защиты в системе ГО.**

**Объем времени: 4 часа**

**Цель:** ознакомить студентов с защитными сооружениями ГО, требованиям к оборудованию и планировке (убежище, ПРУ). Режимам вентилиации. Правилами подбора, выдачи и использования СИЗ (противогазы, респираторы).

**ЗНАТЬ:**

- опасные ситуации природного, технического и социального характера, возникающие в процессе производства, правила поведения в них;
- основные меры гражданской обороны по защите населения и территорий от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные законы и другие правовые нормы по охране труда на производстве;
- основные защитных сооружений ГО и средства индивидуальной защиты;
- места расположения и маршруты продвижения к защитным сооружениям ГО;
- правила поведения и порядок использования коллективных и индивидуальных средств защиты
- порядок подбора, выдачи и использования СИЗ;
- виды медицинской помощи в системе ГО

**УМЕТЬ:**

- проводить анализ ситуации возникающей при авариях и стихийных бедствиях
- проводить анализ факторов угрожающих жизни и здоровью населению в чрезвычайных ситуациях;
- разрабатывать мероприятия, обеспечивающие безопасные условия труда и отдыха;
- владеть навыками безопасного поведения в различных опасных ситуациях;
- оказывать медицинскую помощь пострадавшим;

**Средства обучения:** стенд «коллективные защитные сооружения ГО», средства индивидуальной защиты ГП-5, ГП-7, ИП-4, Р-2, ПТМ-1, ОЗК, Л-1,

**Требования к теоретической готовности студентов:**

Характеристики защитных сооружений ГО и правила поведения в них.

Порядок подбора, выдачи и использования СИЗ.

**Содержание заданий:**

1. Познакомиться с содержанием темы, изучить нормативную базу по защите населения при ЧС.
2. Повторить правила поведения в защитных сооружениях ГО
3. Пройти инструктаж по использованию средств индивидуальной защиты.
4. Письменно в тетради выполнить задания, отобразить условия и порядок применения СИЗ

**Инструкция по выполнению заданий:**

1. Зарисовать типовую схему убежища ГО
2. Оформить тезисный конспект о порядке использования инженерных сооружений для защиты населения в чрезвычайных ситуациях;
3. Заполнить таблицу о порядке подбора, выдачи и практического использования индивидуальных средств защиты;

|                      |  |  |  |  |  |
|----------------------|--|--|--|--|--|
| Результаты измерения |  |  |  |  |  |
|----------------------|--|--|--|--|--|

|        |  |  |  |  |  |
|--------|--|--|--|--|--|
| Размер |  |  |  |  |  |
|--------|--|--|--|--|--|

**Требования к результатам работы:** конспект со схемой убежища ГО, правилами поведения в защитных сооружениях ГО, таблицей определения размеров противогАЗа.

**Формы контроля:** проверка письменной работы

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

## Раздел 1. Гражданская оборона.

Тема 1.4 Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.

Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке

### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №5

#### Планирование, подготовка документов и организация эвакуационных мероприятий

**Объем времени: 4 часа**

**Цель:** сформировать умения по планированию, подготовке и организации эвакуационных мероприятий на примере плана эвакуационных мероприятий ГЭК. Сформировать и отработать умения при отработке мероприятий при проведении спасательных и других неотложных работ в Ч.С. природного и техногенного характера.

**ЗНАТЬ:**

- опасные ситуации природного, технического и социального характера, возникающие в процессе производства, правила поведения в них;
- основные меры гражданской обороны по защите населения и территорий от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные законы и другие правовые нормы по охране труда на производстве;
- основные положения планов и организацию эвакуационных мероприятий;
- виды медицинской помощи в системе ГО

**УМЕТЬ:**

- проводить анализ возможных аварий и стихийных бедствий;
- проводить планирование эвакуационных мероприятий;
- владеть навыками эвакуации из зоны угрожающей жизни и здоровью;
- владеть навыками проведения спасательных и других неотложных работ в Ч.С. природного и техногенного характера.
- проводить анализ травмоопасных и вредных факторов в повседневных условиях и в чрезвычайных ситуациях;
- разрабатывать мероприятия, обеспечивающие комфортные и безопасные условия труда и отдыха;
- владеть навыками безопасного поведения в различных опасных ситуациях;
- оказывать медицинскую помощь пострадавшим;

**Средства обучения:** схема вариантов эвакуационных мероприятий ГО, аварийно-спасательный инструмент , оборудование и снаряжение ПСО МЧС по НО, средства защиты кожи и органов дыхания

**Требования к теоретической готовности студентов:** Планирование, подготовка и организация эвакуационных мероприятий. Отработка навыков в планировании аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСДНР) при ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

**Содержание заданий:**

1. Познакомиться с содержанием темы.
2. Изучить инструкцию по правилам эвакуации из ГЭК, действиям при пожаре и инструкции по охране труда.
3. Ознакомить с правилами выполнения АСДНР, меры безопасного поведения в зоне возможного обрушения
4. Пройти инструктаж по правилам пользования средствами индивидуальной защиты.
5. Составить алгоритм поведения и правила оказания первой помощи при обрушении зданий и сооружений. Письменно в тетради выполнить задания.

**Инструкция по выполнению заданий:**

1. Разработать план эвакуации работников и учащихся из учебного заведения при возникновении ЧС
2. Составить план организации и проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСДНР) при ликвидации чрезвычайных ситуаций природного (техногенного) характера.

**Требования к результатам работы:** письменная работа с планами

**Формы контроля:** проверка письменной работы

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

Раздел 1. Гражданская оборона.

Тема 1.4 Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.

Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №6

**Организация эвакуации людей при пожаре и обнаружении заложенного взрывного устройства. Использование первичных средств пожаротушения.**

**Объем времени: 4 часа**

**Цель:**

Практическая отработка эвакуации студентов из учебного заведения при пожаре или обнаружении заложенного взрывного устройства, порядок проверки исправности, использования огнетушителей. Признаки заложенного взрывного устройства и правила поведения, будучи захваченным в заложники.

**ЗНАТЬ:**

- опасные ситуации природного и техногенного и социального характера, возникающие в процессе производства, правила поведения в них;
- основные меры гражданской обороны по защите населения и территорий от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные законы и другие правовые нормы по охране труда на производстве;
- основные противопожарные требования в учебных заведениях, на предприятиях и



организациях;

- правила поведения при возникновении пожара;
- порядок подготовки к работе и использования первичные средства пожаротушения;
- правила поведения в случае совершения террористического акта или при захвате заложников;
- виды медицинской помощи в при термическом поражении и ранениях.

**УМЕТЬ:** -владеть навыками безопасного поведения при захвате в заложники, -оказывать медицинскую помощь пострадавшим при ожогах, или ранениях;

- проводить анализ травмоопасных и вредных факторов в зоне пожара;
- составлять инструкции по технике безопасности
- разрабатывать мероприятия, обеспечивающие безопасные условия труда и отдыха;
- владеть навыками проверки исправности и использования огнетушителей первичных средств пожаротушения;
- владеть навыками безопасного поведения при захвате в заложники и других опасных ситуациях;
- оказывать медицинскую помощь пострадавшим при ожогах или ранениях;

**Средства обучения:** схема «Порядок оценки опасности объекта», схема эвакуации при пожаре, огнетушители ОП-2,ОП-3, ОУ-2 - 3 шт, первичные средства пожаротушения, средства защиты кожи и органов дыхания, учебные взрывные устройства

**Требования к теоретической готовности студентов:**

Порядок проверки исправности, сроков испытания, использование первичных средств пожаротушения.

Правила эвакуации людей при пожарах.

Правила обнаружения заложенного взрывного устройства и поведение, будучи заложником.

**Содержание заданий:**

- 1.Познакомиться с содержанием темы, изучить нормативную базу по защите населения при ЧС, касающуюся безопасности и инструкции по охране труда.
- 2.Ознакомиться со схемой эвакуации студентов и работников при пожаре и различных ЧС, системами безопасности
4. Пройти инструктаж по правилам пользования средствами пожаротушения.
5. Ознакомиться с возможными взрывными устройствами и правилами поведения при захвате заложников
6. Письменно в тетради выполнить задания.

**Инструкция по выполнению заданий:**

1. Зарисовать схему порядка оценки опасности объекта
2. Описать порядок проверки исправности, сроков испытаний, использования первичных средств пожаротушения;
3. Составить план действий при эвакуации людей во время пожара, В группах по 3-4 человека изучить порядок проверки и работы с огнетушителями ОП-2,ОП-3, ОУ-2 ,
4. Описать признаки возможного взрывного устройства и алгоритм поведения при захвате заложников.

**Требования к результатам работы:** конспект со схемой и расчетами.

**Формы контроля:** проверка письменной работы

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

Раздел 2. Основы военной службы.  
Тема 2.1 Вооруженные силы России на современном этапе.

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №7**

**Военная доктрина Российской Федерации. Правовые основы военной службы.  
Призыв граждан на военную службу.**

**Объем времени: 4 часа**

**Цель:** развивать чувство гордости за Российские вооружённые силы через изучение:

- истории создания родов войск в Вооруженных Силах России,
- предназначения видов и родов войск в Вооруженных Силах России,
- реформ, проходящих в Вооруженных Силах РФ на современном этапе,
- основных положений «Военной доктрины»,
- функций и основных задач Вооруженных Сил РФ.

**ЗНАТЬ:**

- основные положения Конституции РФ и федерального закона “О обороне”,
- организационную структуру Вооруженных Сил Российской Федерации и реформы в Вооруженных Силах;
- основные задачи современных Вооруженных Сил, их роль в обеспечении безопасности страны, систему руководства и управления Вооруженными Силами России.
- основные требования к юношам при постановке на военный учет и организацию военного учёта;
- основные законы и другие правовые нормы распространяющиеся на призывников ;
- опасные ситуации возникающие в процессе несения воинской службы, правила поведения в них;

**УМЕТЬ:**

- проводить анализ военно-политической обстановки в регионах возникновения межнациональных конфликтов и локальных войн;
- проводить анализ возможности своих сил и средств и противостоящей стороны;
- владеть навыками безопасного поведения в различных конфликтных и опасных ситуациях;
- разрабатывать мероприятия способствующие успешному решению поставленных задач.

**Средства обучения:** Конституция РФ, стенды, схемы и плакаты по ВС РФ, видеофильмы о структуре, главных решаемых задачах и стратегических направлениях развития ВС РФ,

**Требования к теоретической готовности студентов :**

**Военная Доктрина Российской Федерации.:** Виды и рода Вооруженных сил Российской Федерации, их предназначение и особенности прохождения военной службы.  
Функции и основные задачи современных Вооруженных сил, их роль в обеспечении безопасности страны, подготовка юношей к службе в Вооруженных силах РФ с учетом особенностей службы в видах и родах войск ВС РФ.

**Содержание заданий**

1. Познакомиться с содержанием темы,
2. Изучить нормативную базу строительства ВС РФ,
3. Познакомиться с требованиями к ВС РФ на современном этапе.
4. Познакомиться с правилами приема юношей на курсы вождения при ДОСААФ в интересах ВС РФ.
5. Пройти инструктаж по правилам безопасного поведения в различных конфликтных и опасных ситуациях;

**Инструкция по выполнению заданий:**

1. Ознакомить с основными положениями «Военной доктрины»,
2. Зарисовать схему, отражающую структуру ВС РФ,
3. Выписать главные задачи ВС РФ, предназначение и решаемые задачи видов и родов ВС РФ.
4. Записать в конспекты основные направления реформ проводимых в ВС РФ на современном этапе.

**Требования к результатам работы:** письменная работа (конспект со схемами).

**Формы контроля:** тестирование

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

**Раздел 2. Основы военной службы.****Тема 2.3. Строевая подготовка.****ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №8****Организация строевой подготовки**

**Объем времени: 6 часов**

**Цель:**

- формирование понятия у студентов о строевой подготовке, одиночных строевых приемах и в составе группы;
- привить аккуратность, дисциплинированность и внимательность в коллективе;
- воспитание чувства ответственности студентов за слаженность группы при действиях на месте и в движении;
- формирование знаний о требованиях Строевого Устава Вооруженных Сил Российской Федерации.

**ЗНАТЬ:**

- основные понятия о размещении военнослужащих и подразделений для их совместных действий в пешем порядке;
- обязанности солдат перед построением и в строю;
- как определить свое место в строю и быстро занять его;
- основные команды командира и последовательность их выполнения;
- строевые приемы на месте и в движении;
- основные требования к дисциплине строя и правилам поведения в строю.
- процедуру принятия и текст военной присяги;
- какие ритуалы существуют в ВС РФ

**УМЕТЬ:**

- владеть навыками начальной военной подготовки;
- правильно выполнять и быть внимательным к приказам командира;
- правильно выполнять строевые приемы на месте;
- уметь сохранять равнение и строевые приемы, интервал и дистанцию в движении;
- разрабатывать и проводить мероприятия по патриотическому воспитанию молодежи;
- владеть навыками безопасного поведения в различных опасных ситуациях;
- владеть навыками организатора и участника военно-спортивных мероприятий;

**Средства обучения:**

Общевойсковые уставы ВС РФ, строевой устав ВС РФ, стенды, схемы и плакаты по строевой подготовке, видеофильмы о воинских парадах и строевой подготовке.

**Требования к теоретической готовности студентов :**

Определение правовой основы военной службы в Конституции РФ, Федеральных законах «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе». Воспитывать чувство гордости за Вооруженные Силы РФ. Иметь представление о строе, знать его элементы, порядок выполнения команд, обязанности перед построением и в строю.

Ритуал принятия военной присяги.

**Содержание заданий:**

1. Познакомиться с понятием строи и управление ими.
2. Изучить обязанности солдата перед построением и в строю.
3. Отработать строевые приемы одиночно и в строю, на месте и в движении.
4. Прививать аккуратность, дисциплинированность и внимательность.
5. Познакомиться с правами и ответственностью военнослужащих.
6. Изучить символы воинской части. Познакомиться с требованиями к боевому знамени воинской части и ритуалом принятия военной присяги.
7. Выполнить задание.

**Инструкция по выполнению заданий:**

1. Вспомнить требования к призывникам по физической подготовке и выносливости.
2. Приобрести навыки строевой подготовки одиночно и в строю.

**Требования к результатам работы:** выполнение строевых приемов

**Формы контроля:** проверка практического выполнения команд по строевой подготовке.

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

Раздел 2. Основы военной службы.

Тема 2.4. Огневая подготовка.

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №9**

**Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата. Организация огневой подготовки.**

**Объем времени: 6 часов**

**Цель:**

сформировать знания:

- по мерам безопасности при использовании стрелкового оружия;
- о материальной части автомата Калашникова и другого стрелкового оружия;
- о взаимоотношении частей и механизмов АКМ
- об устройстве АКМ, правил его разработки-сборки
- о приемах и правилах стрельбы из огнестрельного и пневматического оружия;
- о правилах прицеливания и ошибках при прицеливании;
- о чистке, смазке и хранении стрелкового оружия
- отработать приема стрельбы из пневматической винтовки и порядка выполнения упражнения из АКМ.

### **ЗНАТЬ:**

- меры безопасности при обращении со стрелковым вооружением;
- назначение, устройство частей и механизмов АКМ, правила разработки-сборки;
- порядок осмотра и подготовка автомата к применению
- основы теории стрельбы
- правила хранения стрелкового оружия и боеприпасов;
- виды медицинской помощи при огнестрельных ранениях

### **УМЕТЬ:**

- проводить неполную разборку и сборку автомата;
- владеть навыками безопасного обращения со стрелковым вооружением;
- владеть навыками стрельбы из пневматической винтовки;
- проводить анализ задач на военно-спортивных мероприятиях;
- владеть навыками безопасного поведения в различных опасных ситуациях;
- оказывать медицинскую помощь при огнестрельных ранениях;

**Средства обучения:** Стенды, схемы и плакаты по устройству АКМ .

Автомат Калашникова (учебный) — 1 шт., пневматическая винтовка ТОЗ-38 (3 шт.), пневматический переносной тир, падающие мишени, правилам изготовления и стрельбы, порядка разборки и сборки.

### **Требования к теоретической готовности студентов:**

Подготовка юношей к выполнению начального упражнения из АКМ.

Материальная часть АКМ. Приемы и правила стрельбы из пневматической винтовки.

Правильное прицеливание и ошибки прицеливания.

### **Содержание заданий:**

- 1.Познакомиться с содержанием темы.
- 2.Основы методики обучения и тренировки начинающих стрелков, принятие положения для стрельбы, подготовка к стрельбе и прицеливание, учет и исправление ошибок прицеливания.
- 3.Познакомиться с мерами безопасности при обращении со стрелковым вооружением;
4. Рассмотреть плакат «Об устройстве АКМ» .Подготовиться к ответам на вопросы, используя плакат «Общее устройство АКМ».

При ответе на вопрос «Порядок разборки-сборки АКМ» использовать макет АКМ и плакат.

Время на разборку-сборку АКМ:

«5» - 48 сек.,

«4» - 55 сек.,

«3» - 65 сек.

### **Инструкция по выполнению заданий:**

1. Изучить инструкцию по правилам и мерам безопасности применения стрелкового оружия.
2. Записать в форме таблиц последовательность принятия положения для стрельбы, подготовки к стрельбе и прицеливания.
3. Составить алгоритм разборки-сборки АКМ.

**Требования к результатам работы:** письменная работа, практические умения.

**Формы контроля:** письменная работа + практическая работа по разборке-сборке АКМ

### **Критерии оценки:**

практической работы по разборке-сборке АКМ

**Оценка «5»-** работа выполнена в установленное время, соблюдена последовательность разборки-сборки АКМ

**Оценка «4»-** работа выполнена в установленное время, нарушена последовательность при разборке;

**Оценка «3»-** работа выполнена в установленное время, нарушена последовательность при разборке; не проверено отсутствие патрона в казенной части ствола; после окончания сборки не спускается курок, автомат не становится на предохранитель.

**Оценка «2»-** работа выполнена с нарушением установленного времени;

нарушена последовательность при разборке; не проверено отсутствие патрона в казенной части ствола; после окончания сборки не спускается курок, автомат не становится на предохранитель.

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

Раздел 2. Основы военной службы.  
Тема 2.5. Медико – санитарная подготовка.

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ №10**

**Отработка навыков оказания первой медицинской при кровотечениях, ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания, поражении электрическим током, ожогах и обморожениях, тепловом и солнечном ударах.**

**Объем времени: 4 часа**

**Цель:** сформировать знания и умения студентов способам остановки кровотечений и правилам наложения жгута, (закрутка), правилам наложения стерильной повязки на рану и шины на место перелома. Использовать подручный материал (ремень, галстук, фанеру и др.) Способы транспортировки пострадавших.

**ЗНАТЬ:**

- опасные ситуации природного, технического и социального характера, возникающие в процессе производства и в быту, правила поведения в них;
- основные законы и другие правовые нормы по охране труда на производстве;
- основные причины возникновения травм и ранений;
- виды кровотечения и их характеристика, правила остановки кровотечения;
- виды повязок, правила наложения.
- виды медицинской помощи и способы транспортировки в системе ГО.

**УМЕТЬ:**

- проводить анализ травмоопасных и вредных факторов в повседневных условиях и в чрезвычайных ситуациях;
- разрабатывать мероприятия, обеспечивающие комфортные и безопасные условия труда и отдыха;
- владеть навыками безопасного поведения в различных опасных ситуациях;
- применять подручный материал в соответствии с травмой.
- оказывать первую (доврачебную) помощь пострадавшим;

**Средства обучения:**

1. Медицинские жгуты, шины, бинты, полоски фанеры и доски (длиной 30-50 см, 70-150 см), бактерицидный пластырь
2. Косыночная повязка
3. Материальная закрутка, ремень, подручный материал
4. Бумага, карандаши.
5. Секундомер.
6. Стенды, плакаты, видеофильм «П.М.П.»

**Требования к теоретической готовности студентов :**

Виды кровотечений и их характеристика. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Понятие о ранах, классификация ран и их осложнения. Первая (доврачебная) помощь при ранениях.

Понятие о переломах и травматическом шоке. Первая (доврачебная) помощь при переломах.

Первая (доврачебная) помощь при ожогах.

Первая (доврачебная) помощь при отравлении АХОВ (аммиак, хлор и др.)

Первая (доврачебная) помощь при поражении различными группами ОВ.

**Содержание заданий:**

- 1.Познакомиться с возможными травмоопасными ситуациями и последствиями несвоевременной помощи пострадавшим;
- 2.Изучить правила оказания самопомощи и взаимопомощи в различных ЧС.
- 3.Ознакомиться с памятками по остановке кровотечения и помощи пострадавшим.
- 4.Ознакомиться с мерами безопасности при обращении с химически опасными веществами.
- 5.Выполнить задание.

**Инструкция по выполнению заданий:**

1. Создать таблицу, характеризующую виды кровотечений
2. Составить алгоритм оказания первой (доврачебной) помощи при ожогах.
3. Составить алгоритм оказания первой (доврачебной) помощи при отравлении АХОВ (аммиак, хлор и др.)
4. Составить алгоритм оказания первой (доврачебной) помощи при поражении различными группами ОВ

**Требования к результатам работы:** конспект (таблица и 3 алгоритма)

**Формы контроля:** проверка письменной работы

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

Раздел 2. Основы военной службы.  
Тема 2.5 Медико-санитарная подготовка.

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №11**

**Первая (доврачебная) помощь при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания. Проведение реанимационных мероприятий. Отработка на тренажере прекардиального удара и искусственного дыхания.**

**Объем времени: 4 часа**

**Цель:** Сформировать навыки, необходимые при проведении экстренной реанимации, в восстановлении жизненно важных функций организма, прежде всего дыхания и кровообращения. Воспитывать четкость и уверенность в своих действиях.

**ЗНАТЬ:**

- основные опасные ситуации природного, технического и социального характера, возникающие в процессе производства, правила поведения в них;
- основные мероприятия необходимые при проведении экстренной реанимации;

- последовательность первой (доврачебной) помощи при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания;
- возможные последствия после восстановления работоспособности жизненно важных функций организма;
- виды транспортировки пострадавшего после восстановления дыхания и сердечной деятельности.

#### **УМЕТЬ:**

- проводить анализ травмоопасных и вредных факторов в повседневных условиях и в чрезвычайных ситуациях;
- своевременно избегать паники и чувства страха во время оказания первой медицинской помощи пострадавшему;
- владеть навыками проведения экстренной реанимации при восстановлении жизненно важных функций организма, прежде всего дыхания и кровообращения;
- владеть навыками безопасного поведения в различных опасных ситуациях;
- оказывать помощь специалистам при проведении реанимационных мероприятий;
- владеть навыками транспортировки пострадавшего;

#### **Средства обучения:**

1. Тренажер – муляж торса человека, статист доброволец
2. Фонарик ручной, ручное зеркало, секундомер
3. Матерчатый валик.
4. Носилки медицинские.
5. Носовой платок, бинты, салфетка .
6. Коврик туристический.
7. Стенды, плакаты, видеофильм «П.М.П.»

#### **Требования к теоретической готовности студентов:**

Оценка состояния пострадавшего, признаки жизни.

Понятие терминальное состояние – агония и клиническая смерть.

Азбука оживления, искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца.

Первая (доврачебная) помощь при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания. Проведение реанимационных мероприятий.

#### **Содержание заданий:**

1. Познакомиться с возможными травмоопасными ситуациями и последствиями несвоевременной помощи пострадавшим;
2. Изучить правила оказания реанимационных мероприятий.
3. Ознакомиться с памятками по остановке кровотечения и помощи пострадавшим.
4. Изучить меры безопасности при обращении с химически опасными веществами.
5. Отработать практически порядок реанимационных мероприятий.

#### **Инструкция по выполнению заданий:**

1. Выписать признаки изменения жизненно важных функций организма (отсутствие дыхания, сердцебиения, нет реакции зрачков на свет).
2. Записать в конспект признаки терминального состояния (агония и клиническая смерть)
3. Составить алгоритм искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца
4. Описать порядок после реанимационных мероприятий и порядок транспортировки пострадавшего.

#### **Условия выполнения реанимационных мероприятий:**

Статиста уложить на спину так, чтобы его дыхательные пути были свободны. Для этого его голову максимально запрокинуть назад. Под шею положить валик, имитировать очистку ротовой полости и приступить к искусственной вентиляции легких (ИВЛ), применяя способ «изо рта в рот». На открытый рот статиста положить салфетку или бинт в один ряд.

Воздух вдвухается ритмично, 16-18 раз в минуту, контролируя по подъему грудной клетки.

Продолжать до восстановления естественного дыхания.



Отсутствие пульса на сонной артерии свидетельствует об остановке сердца.

а) Для восстановления работы сердца проводят перикардальный удар. Для чего ладонь одной руки размещают на нижней трети грудины и наносят по ней короткий и резкий удар кулаком другой руки, после удара контролируют пульс на сонной артерии.

б) При отсутствии пульса на сонной артерии приступают к искусственной вентиляции легких и непрямому массажу сердца. Оказывающий помощь помещает свои ладони на нижнюю часть грудной клетки и энергичными толчками надавливают на грудную стенку, используя при этом и массу своего тела. Частота надавливания 60 раз в минуту. Через каждые 15 надавливаний дважды вдвывают воздух в рот пострадавшего.

*Возможные ошибки снижающие оценку на 1 балл:*

- не контролируется пульс на сонной артерии;
- непроверенна реакция зрачков на свет;
- не зажат нос пострадавшего при вдохе;
- неритмично и без усилия делаются толчки;

*Время выполнения* одним обучаемым не более 5 минут.

**Требования к результатам работы:** письменная работа, практические умения.

**Формы контроля:** проверка письменной работы, собеседование, наблюдение

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

[online.ru/bcode/437964](https://urait.ru/bcode/437964)

## **КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ**

Оценка за выполнение норматива учащемуся (отделению, взводу) определяются:

«отлично»- если учащийся (отделения, взвода) 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 условиях выполнения норматива, или уложился во время, предусмотренное для оценки «хорошо»;

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

## ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ

### *Основная литература:*

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469524> (дата обращения: 29.08.2021).

### *Дополнительная литература:*

1. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 354 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-03180-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/470907> (дата обращения: 29.08.2021).

2. Беляков, Г. И. Пожарная безопасность : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 143 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12955-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469909> (дата обращения: 29.08.2021).

3. Беляков, Г. И. Охрана труда и техника безопасности : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 404 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00376-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/469913> (дата обращения: 29.08.2021).

4. Военская дисциплина и правовые средства ее укрепления : учебное пособие для вузов / под редакцией Ю. Н. Туганова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 186 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13371-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476706> (дата обращения: 29.08.2021).

5. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда : учебник для среднего профессионального образования / О. М. Родионова, Д. А. Семенов. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 441 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-01569-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471144> (дата обращения: 29.08.2021).

**Лист внесения изменений к методическим рекомендациям по практическим занятиям**

| № | Номер и дата<br>распорядительного<br>документа о<br>внесении изменений | Дата<br>внесения<br>изменений | Ф.И.О. лица,<br>ответственного<br>за изменение | Подпись | Номер и дата<br>распорядительного<br>документа о<br>принятии изменений |
|---|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                        |                               |                                                |         |                                                                        |
|   |                                                                        |                               |                                                |         |                                                                        |
|   |                                                                        |                               |                                                |         |                                                                        |
|   |                                                                        |                               |                                                |         |                                                                        |