

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ЧЕРЕМХОВСКИЙ ГОРНОТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
ИМ. М.И. ЩАДОВА»**

Рассмотрено на заседании ЦК  
«05» 05 2021 г.  
Протокол № 9  
Председатель  
Жук Н.А. Жук

УТВЕРЖДАЮ  
Зам.директора по УР  
Ш Н.А. Шаманова  
«16» 06 2021 г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

для выполнения  
практических работ студентов  
по учебной дисциплине

**ОП. 09 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

программы подготовки специалистов среднего звена

**08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений**

Разработал преподаватель:  
Шадрина А.П.

2021 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

	<b>СТР.</b>
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ	6
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ	8
4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ	32
5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЁННЫХ В МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ	33

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические указания по выполнению практических (лабораторных) работ по учебной дисциплине «**Безопасность жизнедеятельности**» предназначены для студентов специальности **08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений**, составлены в соответствии с рабочей программой дисциплины «**Безопасность жизнедеятельности**» и направлены на достижение следующих целей:

- организация самостоятельной деятельности обучающихся при проведении практических работ.
- отработка основных теоретических знаний учебной дисциплины и приобретение практического опыта.

Методические указания являются частью учебно-методического комплекса по дисциплине «**Безопасность жизнедеятельности**» и содержат задания, указания, теоретический минимум, формулы и пояснения к выполнению практических работ.

Перед выполнением практической работы каждый студент обязан показать свою готовность к выполнению работы: пройти тестирование, инструктаж, ответить на вопросы. По окончании работы студент оформляет отчет.

В результате выполнения полного объема практических работ студент должен уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе
- владеть основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

При проведении практических работ применяются следующие технологии и методы обучения:

1. Объяснительно-иллюстративный метод;
2. Репродуктивный метод;
3. Проблемное изложение;
4. Частично-поисковый метод;
5. Исследовательский метод.

### **Правила выполнения практических работ:**

Каждый учащийся должен вести рабочую тетрадь, в которую записываются:

- название работы;
- цель работы;
- ход работы (порядок выполнения полученного задания);
- выводы по работе.

Материал по каждому занятию излагается в следующей последовательности: вначале кратко формулируются тема и цель занятия, затем определяется конкретное задание и порядок выполнения, а также методические указания по проведению практической работы.

Преподаватель принимает выполненную учащимся практическую работу в индивидуальном порядке. Хорошо выполненные работы следует рекомендовать для ознакомления всем учащимся. Для зачета, по окончании лабораторно-практических занятий, учащийся представляет надлежащим образом оформленную тетрадь.

### **Требования к рабочему месту:**

Для проведения практических работ необходимо следующее оснащение рабочего места:

1. Общевоинской защитный комплект (ОЗК)
2. Общевоинской противогаз или противогаз ГП-5
3. Изолирующий противогаз в комплекте с регенеративным патроном
4. Респиратор Р-2
5. Ватно-марлевая повязка
6. Медицинская сумка в комплекте
7. Носилки санитарные
8. Аптечка индивидуальная (АИ-2)
9. Бинты марлевые
10. Бинты эластичные
11. Жгуты кровоостанавливающие резиновые
12. Индивидуальные перевязочные пакеты
13. Ножницы для перевязочного материала прямые
14. Шприц-тюбики одноразового пользования (без наполнителя)
15. Шинный материал (металлические, Дитерихса)
16. Огнетушители порошковые (учебные)
17. Огнетушители пенные (учебные)
18. Огнетушители углекислотные (учебные)
19. Учебные автоматы АК-74
20. Винтовки пневматические
21. Комплект плакатов по Гражданской обороне
22. Комплект плакатов по Основам военной службы

Технические средства обучения:

1. Аудио-, видео-, проекционная аппаратура
2. Войсковой прибор химической разведки (ВПХР)
3. Рентгенметр ДП-5В
4. Робот-тренажер (Гоша 2)

### **Критерии оценки:**

Практические занятия оцениваются преподавателем, исходя из следующих критериев успешности работ:

- 1) соответствие содержания работы заданной теме и оформление в соответствии с существующими требованиями;
- 2) логика изложения, взаимосвязь структурных элементов работы;
- 3) объем, характер и качество использованных источников;
- 4) обоснованность выводов, их глубина, оригинальность;
- 5) теоретическая и методическая достаточность, стиль и качество оформления компьютерной презентации

Оценивая итоговое задание, преподаватель ставит отметку.

«5» – работа соответствует всем критериям, студенты демонстрируют творческий подход, самостоятельно находят дополнительный материал;

«4» – работа не соответствует одному из критериев (1, 2, 4);

«3» – работа не соответствует критериям 1, 2, 4, 5;

«2» – работа не соответствует ни одному из критериев.

В соответствии с учебным планом программы подготовки специалистов среднего звена по специальности **08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений** и рабочей программой на практические (лабораторные) работы по дисциплине «**Безопасность жизнедеятельности**» отводится **34** часа

## 2. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ (выписка из рабочей программы)

№ п/п	Название практической работы (указать раздел программы, если это необходимо)	Количество часов
1.	Выполнение алгоритма действий при использовании средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.	2
2.	Выработка модели поведения при землетрясениях, извержениях вулканов, ураганах, бурях, смерчах, грозах, лесных, степных и торфяных пожарах, снежных заносах, сходе лавин, метели, вьюге, селях, оползнях, при наводнениях.	2
3.	Выработка алгоритма поведения при автомобильных и железнодорожных авариях (катастрофах), при авариях (катастрофах) на воздушном и водном транспорте.	2
4.	Выполнение алгоритма действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения.	2
5.	Выполнение алгоритма действий при возникновении аварии с выбросом аварийно-химически опасных веществ.	2
6.	Выработка алгоритма действий при нахождении на территории ведения боевых действий и во время общественных беспорядков, в случае захвата заложником, при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения или совершенном теракте.	2
7.	Отработка порядка приема военной присяги.	2
8.	Выполнение строевых приемов «Принятие строевой стойки» и «Повороты на месте». Выполнение движений строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.	2
9.	Выполнение поворотов в движении. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	2
10.	Выполнение строевых приемов «Выход из строя и постановка в строй», «Подход к начальнику и отход от него». Выполнение построений и перестроений в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя.	2
11.	Выполнение построений и отработка движения походным строем.	2
12.	Выполнение неполной разборки и сборки автомата. Выполнение приемов: принятие положения для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание.	2
13.	Выполнение нормативов по неполной разборке и сборке автомата.	2
14.	Выполнение алгоритма действий при остановке кровотечений и обработке ран, наложении кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий.	2
15.	Выполнение алгоритма действий при наложении повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности. Выполнение алгоритма действий при оказании первой (доврачебной)	2

	помощи при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания	
<b>16.</b>	Выполнение алгоритма действий при наложении шины на место перелома, транспортировке пораженного. Выполнение алгоритма действий при оказании первой (доврачебной) помощи при поражении электрическим током.	2
<b>17.</b>	Выполнение алгоритма действий при оказании первой (доврачебной) помощи при утоплении. Выполнение на тренажере прекардиального удара, непрямого массажа сердца.	2

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

#### Практическая работа № 1

**Тема:** Выполнение алгоритма действий при использовании средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.

**Цель:** Формирование умений и навыков использования средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения различного вида. Формирование умений и навыков надевания противогаза и ОЗК.

**Задание 1.** Подготовить противогаз ГП 7 к использованию

Порядок выполнения:

- произвести проверку комплектности элементов противогаза ГП 7, его целостность;
- произвести регулировку противогаза на основании результатов измерения мягкой сантиметровой лентой горизонтальной и вертикального обхвата головы;

**Задание 2.** Демонстрация приемов использования противогаза ГП 7

Порядок выполнения:

- надеть противогазную сумку на плечо;
- надеть противогаз: взять лицевую часть обеими руками за щечные лямки так, чтобы большие пальцы захватывали их изнутри. Затем фиксируют подбородок в нижнем углублении обтюратора и движением рук вверх и назад натягивают наголовник на голову и подтягивают до упора щечные лямки;
- снять противогаз по команде;
- убрать противогаз в противогазную сумку.

*«Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК»*

**Задание 3.** Подготовить противогаз ГП 7 к использованию

Порядок выполнения:

- произвести проверку комплектности элементов противогаза ГП 7, его целостность;
- произвести регулировку противогаза на основании результатов измерения мягкой сантиметровой лентой горизонтальной и вертикального обхвата головы;

**Задание 4.** Демонстрация приемов использования противогаза ГП 7 по нормативам времени

Порядок выполнения:

- надеть противогазную сумку на плечо;
- по команде «Газы» закрыть глаза и задержать дыхание;

- надеть противогаз: взять лицевую часть обеими руками за щечные лямки так, чтобы большие пальцы захватывали их изнутри. Затем фиксируют подбородок в нижнем углублении обтюратора и движением рук вверх и назад натягивают наголовник на голову и подтягивают до упора щечные лямки;
- произвести выдох с надетым противогазом;
- снять противогаз по команде;
- убрать противогаз в противогазную сумку.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

**Время на выполнение практической работы** 2 часа.

## **Практическая работа №2**

**Тема:** Выработка модели поведения при землетрясениях, извержениях вулканов, ураганах, бурях, смерчах, грозах, лесных, степных и торфяных пожарах, снежных заносах, сходе лавин, метели, вьюге, селях, оползнях, при наводнениях.

**Цель:** Изучить классификацию природных чрезвычайных ситуаций. Выявить механизмы возникновения ЧС природного происхождения. Научиться правильно использовать методы и способы (активные и пассивные) обеспечения безопасности человека при ЧС природного характера.

**Задание №1: Изучить теоретический материал и ответить на контрольные вопросы:**

1. Что такое ЧС природного характера?
2. Как классифицируются ЧС природного характера?
3. Каковы механизмы возникновения различных природных ЧС?
4. Каковы последствия природных ЧС для природы, здоровья человека и народного хозяйства?
5. Назовите типичные природные ЧС на территории Российской Федерации и Челябинской области.
6. Что Вам известно о защите населения и объектов народного хозяйства от природных ЧС?

**Задание №2: Решение ситуационных задач.**

### **Задача 1**

Внезапно началась гроза, сопровождающаяся сильными ударами молнии. Что вы предпримете в данном случае:

- 1) спрячетесь под ближайшим большим деревом;
- 2) укроетесь под навесом скалы;
- 3) будете продолжать движение по открытой местности, не обращая внимания на грозу;

4) найдете не выделяющееся на местности укрытие и спрячетесь в нем, пережидая грозу.

### **Задача 2**

Во время похода в горах вы попали в снежный обвал. Ваши действия:

- 1) попытаетесь скользить на спине вместе сдвигающимся снегом;
- 2) постараетесь зарыться в снег и двигаться вместе с лавиной;
- 3) постараетесь «плыть» на поверхности снега, совершая сильные движения руками.

### **Задача 3**

Какую погоду следует ожидать (А – переменную или Б – устойчивую погоду) при наличии следующих признаков:

- 1) на горизонте видны перисто-кучевые облака в виде мелкой ряби;
- 2) облака вытянутой формы, похожие на огромные зерна чечевицы;
- 3) вечером или утром образуются облака в виде зубцов или башенок;
- 4) летом ощущается жара – парит;
- 5) давление воздуха сначала мало изменяется, а затем внезапно начинает понижаться.

### **Задача 4**

По каким признакам можно определить, что скоро следует ожидать облачную погоду с обложным дождем или снегопадом и ветром:

- 1) на горизонте появляются тонкие перистые облака, вытянутые в форме нитей с загнутыми краями;
- 2) вечером или утром заря приобретает красную или багровую окраску, солнце садится в тучу;
- 3) ветер резко меняет направление и к вечеру усиливается; давление воздуха падает;
- 4) роса или иней не появляются;
- 5) вечером теплее, чем днем;
- 6) давление воздуха возрастает;
- 7) появляются роса или иней на траве и других предметах.

### **Задача 5**

Вы с друзьями совершаете прогулку по лесу. После прогулки выйдя на дорогу, ведущую домой, вы:

- 1) будете стремиться быстрее попасть домой;
- 2) проверите друг друга, нет ли присосавшихся к телу клещей;
- 3) будете гулять, не обращая ни на что внимания.

### **Задача 6**

После прогулки по лесу вы обнаружили, что к телу вашего друга присосался клещ. Ваши действия:

- 1) срочно отправитесь с другом в поликлинику или больницу;
- 2) попытаетесь самостоятельно удалить впившегося клеща;
- 3) помажете клеща маслом и будете ждать, когда он отвалится;
- 4) не будете предпринимать никаких действий.

### **Задача 7**

При поездке на автомобиле вы попали в снежную бурю. Ваши действия:

- 1) развернете автомобиль против ветра, укроете двигатель, повесите на антенну кусок яркой ткани, плотно закроете двери и, периодически прогревая двигатель, будете ждать окончания бури или помощи спасателей;
- 2) остановите машину и, не выключая двигатель, будете ждать окончания бури;
- 3) оставите на дороге машину и пешком отправитесь в ближайший населенный пункт;
- 4) развернете автомобиль по ветру, остановитесь, будете периодически очищать его от снега и подавать звуковые и световые сигналы, по мере необходимости будете прогревать двигатель;
- 5) съедете на проселочную дорогу, на антенну повесите кусок яркой ткани, будете периодически подавать звуковой и световой сигналы и, не выключая двигатель, будете ждать окончания снежной бури.

### **Задача 8**

Находясь на первом этаже здания, вы почувствовали первые толчки землетрясения. Вы должны:

- 1) спрятаться под стол, кровать или в плательный шкаф, закрыв лицо руками;
- 2) выпрыгнуть в окна или лоджии на землю и отбежать от здания;
- 3) собрать вещи и документы, а затем выбежать на улицу;
- 4) взять детей или беспомощного человека и срочно выбежать на улицу.

### **Задача 9**

Первые толчки землетрясения застали вас на втором или более высоком этаже здания. Ваши действия:

- 1) на веревке или по связанным вместе простыням попытаетесь спуститься вниз;
- 2) попытаетесь спуститься вниз по пожарной лестнице, если она расположена рядом с окном;
- 3) выбежите на лестничную клетку и на лифте опуститесь вниз;
- 4) встанете в дверном или балконном проеме, распахнув двери и прижав к себе ребенка;
- 5) выйдете на балкон или лоджию и будете ждать окончания толчков.

### **Задача 10**

Наводнение застало вас в лесистой местности. Что Вы сделаете для своего спасения:

- 1) взберетесь на любое дерево или будете держаться за ствол дерева;
- 2) из сучьев, веток и другого подручного материала свяжете плот, способный удержать человека на воде, и, сбросив обувь и тесную одежду, попытаетесь вплавь достичь сухого места;
- 3) вплавь попробуете добраться до высокого сухого места;

4) останетесь на месте и будете ждать помощи.

### **Задача 11**

Наводнение застало вас на открытой местности. Ваши действия:

- 1) сняв обувь и тесную одежду, поплывете по течению;
- 2) попытаетесь убежать от надвигающейся воды под углом 45° к потоку;
- 3) быстро заберетесь на стог сена или скирду соломы, если они есть на поле;
- 4) срочно начнете выходить на возвышенное место;
- 5) останетесь на месте и будете ждать помощи.

### **Задача 12**

Вы решили самостоятельно выбраться из района наводнения потому, что:

- 1) нет продуктов питания и не приходится рассчитывать на помощь спасателей в ближайшее время;
- 2) кому-то из пострадавших срочно требуется медицинская помощь, а подъем воды продолжается, имеются простейшие плав средства, а на помощь спасателей рассчитывать не приходится;
- 3) нет запасов продуктов на длительное время, подъем воды продолжается, а на помощь спасателей надеяться не приходится; имеются плав средства, нет запасов продуктов, погода резко ухудшается и поэтому на помощь спасателей рассчитывать не приходится;
- 4) продолжается подъем воды.

### **Задача 13**

Участвуя в спасательных работах при наводнении, вы замечаете в воде несколько человек. Кого из них вы будете брать на борт лодки в первую очередь:

- 1) тех, кто нуждается в экстренной помощи, а остальным подадите спасательные средства;
- 2) детей и престарелых, остальным оставите спасательные средства;
- 3) тех, кто нуждается в немедленной помощи, детей и престарелых, остальным оставите спасательные средства;
- 4) детей, женщин, престарелых, тех, кому нужна немедленная помощь, остальным оставите спасательные средства;
- 5) детей и нуждающихся в немедленной помощи, а остальным подадите спасательные средства.

### **Задача 14**

Какими должны быть действия населения при угрозе землетрясения:

- 1) принять меры противопожарной безопасности;
- 2) срочно выйти из помещения на улицу;
- 3) перейти на место, удаленное от зданий и сооружений;
- 4) остаться дома и ждать сообщения штаба ГО и ЧС;
- 5) находясь в помещении, встать в дверном (балконном) проеме.

### **Задача 15**

Каковыми должны быть действия населения при угрозе наводнения:

- 1) принять меры противопожарной безопасности?

- 2) подняться на более высокий этаж или крышу здания;
- 3) явиться на сборный эвакуационный пункт;
- 4) спуститься в хорошо оборудованный подвал.

#### **Задача 16**

Каковыми должны быть действия населения при угрозе урагана или смерча:

- 1) принять меры противопожарной безопасности;
- 2) закрыть чердачные и вентиляционные люки и отверстия;
- 3) закрыть окна и форточки, стекла укрепить полосками бумаги или скотчем;
- 4) закрепить все, что может быть унесено ураганом;
- 5) укрыться в прочном надежном укрытии (подвал, внутреннее помещение – ванна, санузел и т.д.);
- 6) уехать в другой населенный пункт.

#### **Задача 17**

Вы находитесь на открытой местности (поле), и приближается ураган или смерч. Ваши действия:

- 1) остановитесь на месте и будете ждать, когда ураган или смерч пройдут;
- 2) побежите по ветру, стараясь достичь укрытия;
- 3) укроетесь в канаве, яме или овраге;
- 4) ляжете на дно углубления, плотно прижметесь к земле, закрыв голову руками.

#### **Задача 18**

Вы находитесь в здании. Вдруг раздался сильный треск, стены и потолки начали трескаться, и возникло ощущение, что здание поехало. Начался оползень. Ваши действия:

- 1) принять меры противопожарной безопасности;
- 2) предупредить окружающих о наступлении опасности оползня и обвала;
- 3) срочно покинуть здание и отойти на безопасное место.

#### **Задача 19**

Вы попали в зону лесного пожара. Ваши действия по выходу из этой зоны:

- 1) нужно идти по ветру, защищая органы дыхания смоченной в воде повязкой;
- 2) нужно идти в наветренную сторону перпендикулярно кромке пожара, используя открытые пространства: поляны, русла рек и ручьев или участки лиственного леса;
- 3) нужно идти вдоль русла рек или ручья перпендикулярно ветру или под углом в 45° к нему;
- 4) нужно идти, преодолевая кромку пожара против ветра, хорошо укрыв голову одеждой или плотной тканью.

#### **Задача 20**

Горит торфяное болото. Ваши действия:

- 1) попытаетесь затушить пожар, захлестывая огонь лиственным веником или засыпая грунтом переднюю кромку пожара;

2) обойдете пожар стороной, соблюдая осторожность и укрыв голову одеждой;

3) обойдете пожар стороной, двигаясь против ветра и внимательно осматривая и ощупывая пред собой дорогу шестом или палкой;

4) будете двигаться по ветру таким образом, чтобы дым не затруднял ориентировку.

#### **Задача 21**

В степи вы попали в зону пожара. Ваши действия:

1) быстро станете уходить в противоположную сторону от вала огня, защитив лицо от дыма;

2) хорошо закрыв голову и лицо одеждой или плотной тканью, быстро преодолеете кромку огня против ветра;

3) начнете тушить пожар подручными средствами.

#### **Задача 22**

Загорелось хлебное поле. Вы:

1) вызовете пожарную команду и до ее приезда попытаетесь сами потушить пожар;

2) попробуете палкой, ногами, одеждой сбить на землю колосья, образуя полосу шириной около 1 м;

3) будете сбивать огонь подручными средствами, не давая ему разгореться, не допуская его распространения;

4) немедленно сообщите о пожаре в ближайший населенный пункт.

#### **Задача 23**

Лесной пожар подходит к населенному пункту. Вы:

1) будете ждать сообщений по средствам массовой информации из штаба ГО и ЧС и действовать в соответствии с этими сообщениями;

2) будете уходить по дорогам, уводящим от огня, в безопасное место;

3) соберете документы, вещи и продукты на 3 – 5 дней и будете выходить из зоны пожара в безопасное место.

#### **Задача 24**

Вы приехали отдохнуть на берег моря. Какую информацию Вы должны получить у гида или владельца гостиницы для соблюдения мер личной безопасности:

1) узнать, где ближайший бар;

2) проверить наличие оповещающей системы и расположение противощтормового укрытия;

3) уточнить время морского прилива и отлива;

4) проверить работу холодильника;

### **Ключ к ситуационным задачам для самопроверки**

<b>№ задания</b>	<b>№ ответа</b>	<b>№ задания</b>	<b>№ ответа</b>
------------------	-----------------	------------------	-----------------

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

**Время на выполнение практической работы** 2 часа

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

### **Практическая работа № 3**

**Тема:** Выработка алгоритма поведения при автомобильных и железнодорожных авариях (катастрофах), при авариях (катастрофах) на воздушном и водном транспорте.

**Цель:** изучить модели поведения в условиях техногенных ЧС, овладеть навыками поведения в условиях ЧС техногенного характера.

**Задание 1. Изучить модели поведения при ЧС на транспорте и ответить на контрольные вопросы:**

1. Какова модель поведения при автомобильной аварии?
2. Как себя правильно вести, если автомобиль, в котором вы находитесь, упал в воду?
3. В каком месте салона общественного транспорта безопаснее всего находиться во время движения? Почему?
4. Как вести себя при поездке на железнодорожном транспорте?
5. Какова модель поведения при железнодорожной аварии (катастрофе)?
6. Что делать, если на станции метро вы увидели упавшего с платформы человека?
7. Как вести себя в метро при опасности террористических актов?
8. Каковы причины ЧС на водном транспорте?
9. Какие меры предосторожности должны соблюдать путешественники по воде?
10. Какова модель поведения при ЧС на водном транспорте?

**Задание №2. Внимательно прочитайте утверждения, оцените и разместите их в соответствующие столбцы таблицы («Правильно» или «Неправильно»). Для выполнения данного задания необходимо использовать теоретический материал задания 1.**

Правильно	Неправильно

1. ЧС техногенного характера подразделяются на ЧС без загрязнения и с загрязнением окружающей среды.

2. При автомобильной аварии необходимо как можно быстрее выскочить из машины на ходу.

3. При автомобильной аварии необходимо управлять машиной до последней возможности.

4. При температуре воды около 0°C потеря сознания от переохлаждения наступает через 1...2 ч.

5. После того как произошла автомобильная авария, попытайтесь сориентироваться, в каком месте машины и в каком положении вы находитесь.

6. Если в результате аварии в автомобиле появились раненые, их надо вытащить оттуда как можно скорее.

7. Если в результате аварии автомобиль упал в воду, помните, что он практически сразу пойдет ко дну.

8. При погружении в воду автомобиля с закрытыми дверями и окнами воздух в салоне будет держаться несколько минут.

9. Наиболее опасно ехать в первых вагонах железнодорожного состава, именно они сильнее всего подвергаются разрушению при столкновении,

10. Аварийные выходы из вагона обычно расположены в первом и последнем купе.

11. Новейшее радиолокационное и другое навигационное оборудование делает путешествие на водном транспорте практически безопасным.

12. Статистика указывает, что человеческий фактор чаще всего является причиной аварий на водном транспорте.

### **Задание №3. Решите ситуационные задачи.**

*Задача 1.* Во время поездки на микроавтобусе «Газель» произошла аварийная ситуация, в ходе которой заклинило входную дверь. Каковы будут ваши действия?

*Задача 2.* Во время поездки на общественном транспорте вы увидели бесхозную хозяйственную сумку. Опишите ваши действия.

*Задача 3.* При поездке на метрополитене вы увидели упавшего с платформы человека. Каковы будут ваши действия?

**Время на выполнение практической работы** 2 часа

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

#### **Практическая работа № 4**

**Тема:** Выполнение алгоритма действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения.

**Цель:** Формирование умений и навыков действий при возникновении пожара. Формирование навыков использования средств пожаротушения.

**Оборудование:** Памятки, огнетушитель, учебный фильм, ФЗ «О пожарной безопасности».

#### **Порядок выполнения работы**

1. Записать цель работы.
2. Законспектировать способы тушения пожаров и классы пожаров.
3. Зафиксировать применяемые огнетушители и законспектировать правила приведения их в рабочее состояние при возникновении пожара.
4. В соответствии с вариантом задания (табл. 5):
  - установить класс пожара;
  - определить способ тушения пожара;
  - выбрать первичные средства тушения;
  - предположить и проанализировать возможные последствия пожара, дать рекомендации.
5. Произвести эвакуацию из помещения по команде тревоги «Пожар»
  - по сигналу учебной тревоги произвести эвакуацию из помещения учебной аудитории;
  - определить место условного возгорания;
  - приступить к тушению условного возгорания используя средства пожаротушения.
6. Составить отчет и показать преподавателю.

**Время на выполнение практической работы** 2 часа.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

#### **Практическая работа № 5**

**Тема:** Выполнение алгоритма действий при возникновении аварии с выбросом аварийно-химически опасных веществ.

**Цель:** Формирование умений и навыков действий при возникновении аварии с АХОВ, радиационной аварии.

### **Задание 1. Произвести эвакуацию в убежище**

Порядок выполнения:

- по сигналу тревоги произвести эвакуацию в убежище;
- занять места в убежище, закрыть герметично двери;

### **Задание 2. Произвести измерение радиационного фона**

Порядок выполнения:

- надеть противогазную сумку на плечо;
- по команде «Газы» закрыть глаза и задержать дыхание;
- надеть противогаз: взять лицевую часть обеими руками за щечные лямки так, чтобы большие пальцы захватывали их изнутри. Затем фиксируют подбородок в нижнем углублении обтюратора и движением рук вверх и назад натягивают наголовник на голову и подтягивают до упора щечные лямки;
- произвести выдох с надетым противогазом;
- снять противогаз по команде;
- убрать противогаз в противогазную сумку.

Составить отчет и показать преподавателю.

**Время на выполнение практической работы** 2 часа.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

## **Практическая работа № 5**

**Тема:** Выработка алгоритма действий при нахождении на территории ведения боевых действий и во время общественных беспорядков, в случае захвата заложником, при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения или совершенном теракте.

**Цель работы:** Формирование навыков применения безопасных действий при нахождении на территории ведения боевых действий и во время общественных беспорядков, в случае захвата заложником, при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения или совершенном теракте.

**Задание 1.** Изучить теоретический материал и ответить на контрольные вопросы:

1. Какие меры обеспечения безопасности следует применять, если Вас захватили преступники в качестве заложника?
2. Каких мер предосторожности следует придерживаться для того, чтобы уменьшить риск похищения?
3. Как следует вести себя в захваченном террористами транспортном средстве и при контакте с ними?

4. Как следует себя вести в процессе проведения операций по обезвреживанию террористов?
5. Что категорически запрещается делать при обнаружении подозрительных предметов?
6. Как следует действовать при получении информации о готовящемся террористическом акте?
7. Что делать в том случае, если террористический акт предотвратить не удалось?
8. Как себя вести, в случае если взрыв произошел в подземном переходе или жилом доме и Вас завалило обломками стен или землей?
9. Что делать в случае, если террористический акт произошел в вагоне метро?
10. Чем опасны заведомо ложные сообщения об акте терроризма?

### **Задание №2: Решите ситуационные задачи:**

1. Во время празднования «Дня города» группировки неформальных течений стали использовать самодельное огнестрельное оружие, биты и т.д. Каковы будут Ваши действия для обеспечения собственной безопасности.
2. Вы направились на концерт популярного артиста, в ходе концерта, преступники захватили Вас заложники. Какие меры Вам необходимо принять для обеспечения безопасности.

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

### **Практическая работа № 7**

**Тема: Отработка порядка приема Военной присяги**

**Цель:** Закрепление теоретических знаний о порядке приема Военной присяги, заучивание Военной присяги наизусть

**Задачи:**

1. Закрепить теоретические знания о порядке приема Военной присяги.
2. Выучить слова Военной присяги наизусть.

**Оборудование:**

Видеофильм «Военная присяга», индивидуальные карточки со словами присяги, тетради для практических работ.

**Ход выполнения работы:**

1. Просмотреть видеофильм
2. Записать слова присяги в тетрадь для практических работ
3. Рассказать присягу наизусть

## **Контрольные вопросы:**

1. Что такое присяга?
2. Каким законом утвержден текст ныне действующей военной присяги?
3. В каком Уставе описана процедура приведения к военной присяге?
4. Расскажите слова присяги наизусть.

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет, ответить на контрольные вопросы и показать преподавателю.

## **Практическая работа №8**

**Тема:** Выполнение строевых приемов «Принятие строевой стойки» и «Повороты на месте». Выполнение движений строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.

**Цель работы:** Формирование умений и навыков выполнять строевую стойку и повороты на месте, движения строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.

### **Задание 1. Выполнение строевой стойки**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- по команде руководителя «СТАНОВИСЬ» занять соответствующее положение;
- по команде «ВОЛЬНО» занять соответствующее положение;
- выполнение упражнений по команде руководителя «НАПРАВО», «НАЛЕВО», «КРУГОМ» в соответствии с принятой методикой.

### **Задание 2. Движение строевым шагом**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- по команде руководителя «ШАГОМ-МАРШ» начать движение строевым шагом согласно принятой методике;
- по команде руководителя «БЕГОМ-МАРШ» перейти на движении с бегом;
- по команде руководителя «ШАГОМ-МАРШ» перейти с бега на строевой шаг;
- по команде руководителя «СТОЙ» остановиться и занять по стойку смирно.

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

### **Практическая работа № 9**

**Тема:** «Выполнение поворотов в движении. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.

**Цель работы:** Формирование умений и навыков выполнения поворотов в движении. Формирование умений и навыков выполнения воинского приветствия без оружия на месте и в движении

#### **Задание 1. Выполнить повороты в движении**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- по команде руководителя «ШАГОМ-МАРШ» начать движение строевым шагом;
- по команде руководителя «НАПРАВО» выполнить поворот направо согласно принятой методике;
- по команде руководителя «НАЛЕВО» выполнить поворот налево согласно принятой методике;
- по команде руководителя «КРУГОМ» выполнить движение кругом;
- по команде руководителя «ШАГОМ-МАРШ» перейти на строевой шаг;
- по команде руководителя «СТОЙ» остановиться на месте.

#### **Задание 2. Выполнить воинское приветствие**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- по команде руководителя «СМИРНО» занять соответствующее положение и место в строю;
- отдать рапорт руководителю по команде;
- по команде руководителя «ШАГОМ-МАРШ» перейти на строевой шаг;
- выполнить воинское приветствие в движении;

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

### **Практическая работа №10**

**Тема:** Выполнение строевых приемов «Выход из строя и постановка в строй», «Подход к начальнику и отход от него». Выполнение построений и перестроений в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя.

**Цель работы:** Формирование умений и навыков выполнения выхода из строя и постановки в строй, подхода к начальнику и отхода от него

### **Задание 1. Выполнить выход из строя**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- по команде руководителя «**ВЫЙТИ ИЗ СТРОЯ НА СТОЛЬКО-ТО ШАГОВ**» выйти из строя и отдать воинское приветствие;

- по команде «**СТАТЬ В СТРОЙ**» занять соответствующее место в строю;

### **Задание 2. Выполнить подход к начальнику и отход от него**

Порядок выполнения:

- по команде руководителя «**ВЫЙТИ ИЗ СТРОЯ НА СТОЛЬКО-ТО ШАГОВ**» выйти из строя и осуществить подход к начальнику;

- выполнить воинское приветствие, осуществить доклад о прибытии;

- по команде руководителя выполнить отход от него и занять соответствующее место в строю.

### **Ход выполнения работы:**

Развернутый строй - строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю или в линию колонн на интервалах, установленных Уставом или командиром.

Развернутый строй, как правило, применяется для проведения проверок, расчетов, смотров, парадов, а также в других необходимых случаях.

#### **Работа в аудитории**

Развернутый строй отделения может быть одношереножный или двухшереножный.

#### **На практическом занятии осуществляется:**

Построение отделения в одношереножный (двухшереножный) строй производится по команде «**Отделение, в одну шеренгу (в две шеренги) - СТАНОВИСЬ**».

При необходимости выровнять отделение на месте подается команда "**РАВНЯЙСЬ**" или "**Налево - РАВНЯЙСЬ**".

По команде "**РАВНЯЙСЬ**" все, кроме правофлангового обучаемого, поворачивают голову направо (правое ухо выше левого, подбородок приподнят) и выравниваются так, чтобы каждый видел грудь четвертого человека, считая себя первым. По команде "**Налево - РАВНЯЙСЬ**" все, кроме левофлангового обучаемого, голову поворачивают налево (левое ухо выше правого, подбородок приподнят).

По команде "**Отделение - РАЗОЙДИСЬ**" обучаемые выходят из строя. Для сбора отделения подается команда "**Отделение - КО МНЕ**", по которой обучаемые бегом собираются к командиру и по его команде выстраиваются.

Для размыкания отделения на месте подается команда "**Отделение, вправо (влево, от середины) на столько-то шагов, разом-КНИСЬ** (бегом, разом-

**КНИСЬ)".** По исполнительной команде все обучаемые, за исключением того, от которого производится размыкание, поворачиваются в указанную сторону, одновременно с приставлением ноги поворачивают голову в сторону фронта строя и идут учащенным полушагом (бегом), смотря через плечо на идущего сзади и не отрываясь от него; после остановки идущего сзади каждый делает еще столько шагов, сколько было указано в команде, и поворачивается налево (направо).

Для смыкания отделения на месте подается команда **"Отделение, вправо (влево, к середине), сом-КНИСЬ (бегом, сом-КНИСЬ)".** По исполнительной команде все обучаемые, за исключением того, к которому назначено смыкание, поворачиваются в сторону смыкания, после чего учащенным полушагом (бегом) подходят на установленный для сомкнутого строя интервал и по мере подхода самостоятельно останавливаются и поворачиваются налево (направо).

Для перестроения отделения из одной шеренги в две предварительно производится расчет на первый и второй по команде **"Отделение, на первый и второй - РАССЧИТАЙСЬ".**

По этой команде каждый обучаемый, начиная с правого фланга, по очереди быстро поворачивает голову к стоящему слева от него обучаемого, называет свой номер и быстро ставит голову прямо. Левофланговый обучаемый голову не поворачивает.

Так же производится расчет по общей нумерации, для чего подается команда **"Отделение, по порядку - РАССЧИТАЙСЬ".**

В двухшереножном строю левофланговый обучаемый второй шеренги по окончании расчета строя по общей нумерации докладывает: "Полный" или "Неполный".

Перестроение отделения на месте из одной шеренги в две производится по команде **"Отделение, в две шеренги - СТРОЙСЯ".**

По исполнительной команде вторые номера делают с левой ноги шаг назад, не приставляя правой ноги, шаг вправо, чтобы стать в затылок первым номерам, приставляют левую ногу.

Для перестроения отделения на месте из сомкнутого двухшереножного строя в одношереножный строй отделение предварительно размыкается на один шаг, после чего подается команда **"Отделение, в одну шеренгу - СТРОЙСЯ".**

По исполнительной команде вторые номера выходят на линию первых, делая с левой ноги шаг влево, не приставляя правой ноги, шаг вперед, и приставляют левую ногу.

### **Контрольные вопросы**

1. Какие строи бывают?
2. Для чего применяется одношереножный и двухшереножный строй?
3. Команды, подаваемые для перестроения?

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет, ответить на контрольные вопросы и показать преподавателю.

## **Практическая работа №11**

**Тема:** Выполнение построений и отработка движения походным строем.

### **Цель:**

1. Выработать навыки движения походным строем
2. Дать практику в подаче команд.
3. Выработка строевой выправки обучаемых.

### **Ход выполнения работы:**

Походный строй - строй, в котором подразделение построено в колонну или подразделения в колоннах построены одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром.

Походный строй применяется для передвижения подразделений при совершении марша, прохождения торжественным маршем, с песней, а также в других необходимых случаях.

#### **Работа в аудитории**

Походный строй отделения может быть в колонну по одному или в колонну по два.

#### **На практическом занятии осуществляется:**

Построение отделения в колонну по одному (по два) на месте производится по команде **"Отделение, в колонну по одному (по два) - СТАНОВИСЬ"**. Приняв строевую стойку и подав команду, командир отделения становится лицом в сторону движения, а отделение выстраивается согласно штату.

С началом построения командир отделения поворачивается крутом и следит за выстраиванием отделения.

Отделение численностью четыре человека и менее строится в колонну по одному.

Перестроение отделения из развернутого строя в колонну производится поворотом отделения направо по команде **"Отделение, напра-ВО"**. При повороте двухшереножного строя командир отделения делает полшага вправо.

Перестроение отделения из колонны в развернутый строй производится поворотом отделения налево по команде **"Отделение, нале-ВО"**. При повороте отделения из колонны по два командир отделения делает полшага вперед.

Перестроение отделения из колонны по одному в колонну по два производится по команде **"Отделение, в колонну по два, шагом - МАРШ"** (на ходу - "МАРШ").

По исполнительной команде командир отделения (направляющий военнослужащий) идет в полшага, вторые номера, выходя вправо, в такт шага занимают свои места в колонне, отделение двигается в полшага до команды **"ПРЯМО"** или **"Отделение - СТОЙ"**.

Перестроение отделения из колонны по два в колонну по одному производится по команде "**Отделение, в колонну по одному, шагом - МАРШ**" (на ходу - "МАРШ").

По исполнительной команде командир отделения идет полным шагом, а остальные - в полшага; по мере освобождения места вторые номера в такт шага заходят в затылок первым и продолжают движение полным шагом.

Для перемены направления движения колонны подаются команды:

**"Отделение, правое (левое) плечо вперед - МАРШ"**; направляющий военнослужащий заходит налево (направо) до команды "**ПРЯМО**", остальные следуют за ним;

**"Отделение, за мной - МАРШ (бегом - МАРШ)"**; отделение следует за командиром.

### **Контрольные вопросы**

1. Какие строи бывают?
2. Для чего применяется одношереножный и двухшереножный строй?
3. Команды, подаваемые для перестроения?

**Время на выполнение практической работы** 2 часа.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

## **ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ № 12**

**Тема:** Выполнение неполной разборки и сборки автомата. Выполнение приемов: принятие положения для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание.

**Цель работы:** Формирование умений и навыков выполнения неполной разборки и сборки автомата Калашников 74. Подготовка автомата к стрельбе и прицеливания.

### **Задание 1. Выполнить неполную разборку автомата**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- отделить магазин;
- вынуть пенал с принадлежностью;
- отделить шомпол;
- отделить крышку ствольной коробки;
- отделить газовую трубку со ствольной накладкой;
- отделить затворную раму с затвором;
- отделить затвор от затворной рамы;
- отделить возвратный механизм;
- отделить затворную раму с затвором;
- отделить затвор от затворной рамы;

- отделить газовую трубку со ствольной накладкой.

### **Задание 2. Выполнить сборку автомата после неполной разборки**

- присоединить газовую трубку со ствольной накладкой;
- присоединить затвор к затворной раме;
- присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке;
- присоединить возвратный механизм;
- присоединить крышку ствольной коробки;
- спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель;
- присоединить шомпол;
- вложить пенал в гнездо приклада;
- присоединить магазин к автомату.

### **Задание 3. Занять положение для стрельбы**

Порядок выполнения:

- по команде руководителя «НА ОГНЕВУЮ ПОЗИЦИЮ, ШАГОМ — МАРШ» занять место на огневой позиции используя строевой шаг;
- по команде руководителя «ЗАРЯЖАЙ» произвести изготовку к стрельбе т.е. принятие положения для стрельбы и зарядание автомата;
- по команде руководителя «ЦЕЛЬСЯ» выполнить прицеливание в два этапа.

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

## **ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ № 13**

**Тема:** Выполнение нормативов по неполной разборке и сборке автомата.

**Цель работы:** Формирование умений и навыков выполнения неполной разборки и сборки автомата Калашников 74 с учетом нормативов времени.

### **Задание 1. Выполнить неполную разборку автомата с учетом нормативов времени**

Порядок выполнения:

- отделить магазин;
- вынуть пенал с принадлежностью;
- отделить шомпол;
- отделить крышку ствольной коробки;
- отделить газовую трубку со ствольной накладкой;
- отделить затворную раму с затвором;
- отделить затвор от затворной рамы;
- отделить возвратный механизм;
- отделить затворную раму с затвором;

- отделить затвор от затворной рамы;
- отделить газовую трубку со ствольной накладкой.

Вид оружия	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
АК-74	15 сек	17 сек	19 сек

**Задание 2. Выполнить сборку автомата после неполной разборки с учетом нормативов времени**

- присоединить газовую трубку со ствольной накладкой;
- присоединить затвор к затворной раме;
- присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке;
- присоединить возвратный механизм;
- присоединить крышку ствольной коробки;
- спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель;
- присоединить шомпол;
- вложить пенал в гнездо приклада;
- присоединить магазин к автомату.

Вид оружия	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
АК-74	25 сек	27 сек	32 сек

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

### **Практическая работа №14**

**Тема:** Выполнение алгоритма действий при остановке кровотечений и обработке ран, наложении кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий.

**Цель работы:** Формирование умений и навыков наложения кровоостанавливающего жгута (закрутки) и пальцевого прижатия артерий.

**Задание 1. Наложить кровоостанавливающий жгут**

Порядок выполнения:

- пальцевым прижатие остановить кровотечение,;
- наложить жгут выше места ранения с использованием подкладки;
- указать время наложения жгута и прикрепить записку к жгуту.

**Задание 2. Наложить жгут (закрутку)**

Порядок выполнения:

- пальцевым прижатие остановить кровотечение,;
- наложить жгут (закрутку) выше места ранения с использованием подкладки;
- указать время наложения жгута (закрутку) и прикрепить записку к жгуту.

**Время на выполнение практической работы** 2 часа.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

### **Практическая работа №15**

**Тема:** Выполнение алгоритма действий при наложении повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности. Выполнение алгоритма действий при оказании первой (доврачебной) помощи при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания

**Цель:** Формирование умений и навыков наложения повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности. Овладеть основными приемами оказания первой помощи при различных видах травм.

**Задание 1.** Наложить повязку на голову

Порядок выполнения:

- подготовить перевязочный материал;
- наложить повязку на голову следующими способами: крестообразная (восьмиобразная) повязка, «Шапочка Гиппократата», повязка «чепец», повязка уздечка, повязка «уздечка» с захватом подбородка.

**Задание 2.** Наложить повязку на грудь

Порядок выполнения:

- подготовить перевязочный материал
- наложить повязку на грудь методом спиральной повязки.

**Задание 3.** Наложить повязку верхнюю конечность

Порядок выполнения:

- подготовить перевязочный материал;
- наложить крестообразную повязку на кисть.

**Задание 4.** Изучите виды травм и правила оказания первой помощи при различных видах травм и ответьте на контрольные вопросы.

1. Что такое травма?
2. Какие факторы приводят к травмам
3. Приведите примеры открытых и закрытых травм

**Задание 5:** На твоих глазах грузовой машиной сбит пешеход. Он без сознания, лежит на спине. Его лицо в крови, правая нога неестественно подвернута, а вокруг нее растекается лужа крови. Дыхание шумное, с характерным свистом на вздохе.

*Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:*

1. наложить импровизированную шину на правую ногу.

2. вытереть лицо от крови и подложить под голову подушку
3. повернуть пострадавшего на живот
4. очистить ротовую полость от слизи и крови
5. убедиться в наличии пульса на сонной артерии
6. наложить стерильную повязку на кровоточащую рану
7. оттащить пострадавшего с проезжей части на безопасное место
8. вызвать скорую помощь
9. оставить пострадавшего на месте и ждать прибытия скорой помощи
10. наложить кровоостанавливающие жгуты

Правильные ответы: 5, 3, 4, 10, 1, 8, 9

**Задание 6:** У пострадавшего в ДТП гражданина нет пульса на сонной артерии. Оказавшиеся на месте происшествия граждане решили оказать ему помощь и проводят сердечно-легочную реанимацию, уложив его на толстый слой свежего снега, прикрытый тонким одеялом. В чем ошибка?

*Ответ:* непрямой массаж сердца требует твердой подстилающей поверхности, иначе грудину не продавить.

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

## Практическая работа №16

**Тема:** Выполнение алгоритма действий при наложении шины на место перелома, транспортировке пораженного. Выполнение алгоритма действий при оказании первой (доврачебной) помощи при поражении электрическим током.

**Цель:** Обучение приемам оказания первой доврачебной помощи пострадавшему при переломе и транспортировке пострадавшего, от действия электрического тока на манекене.

**Задание 1:** Работа в парах: Наложить шины на голень.

Порядок выполнения:

- подготовить материал для использования в качестве шины;
- наложить шину пострадавшему для иммобилизации перелома голени;
- осуществить перенос пострадавшего с переломом голени в условно безопасное место.

**Задание 2:**

1. Изучить основные теоретические сведения по освобождению пострадавшего от электрического тока, соблюдая при этом технику безопасности.
2. Ответить на контрольные вопросы

### **Контрольные вопросы:**

1. Назовите этапы оказания первой доврачебной помощи человеку, пострадавшему от воздействия электрическим током
2. Как производится освобождение пострадавшего от действия тока?
3. Правила оказания первой доврачебной медицинской помощи пострадавшему от действия тока.
4. Следует ли оказывать помощь пострадавшему, у которого остановилось дыхание и сердцебиение?
5. Правила выполнения искусственного дыхания
6. Правила выполнения непрямого массажа сердца

**Задание 3:** Во время ремонта телевизора произошел сильный разряд электрического тока. Мастер потерял сознание и упал возле стола. Его рука продолжает крепко сжимать пучок проводов с деталями. Лицо искажено судорогой.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. вызвать скорую помощь
2. позвать кого-нибудь на помощь
3. как можно скорее нанести про кардинальный удар и приступить к непрямому массажу сердца
4. перебить провода ножом или топором одним ударом
5. перерезать каждый провод по отдельности на разных уровнях
6. подложить под голову подушку
7. убедиться в наличии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на живот
8. убедиться в наличии пульса на сонной артерии, ударить пострадавшего по груди и приступить к непрямому массажу сердца
9. убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и начать сердечно-легочную реанимацию
10. убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на бок

Правильные ответы: 5,7,2,1 или 5,9,2,1

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

### **Практическая работа №17**

**Тема:** Выполнение алгоритма действий при оказании первой (доврачебной) помощи при утоплении. Выполнение на тренажере прекардиального удара, непрямого массажа сердца.

**Цель:** Овладеть основными приемами оказания первой помощи при различных видах травм. Формирование умений и навыков выполнения прекардиального удара и искусственного дыхания

### **Задание 1: Решите ситуационную задачу**

Дети купались в речке. Один из мальчиков начал тонуть. Ребята думали, что он просто играет. Догадались, что ребенок тонет только после того, как он скрылся под водой.

Сергей вытащил мальчика на берег. Он был синюшный и не дышал. Пульс на сонной артерии прощупывался. Ваши действия.

- А) Побить по щекам, чтобы привести в чувство
- Б) Вызвать скорую помощь
- В) Удалить пену и пенистую жидкость из дыхательных путей
- Г) Очистить ротовую полость
- Д) Приступить к искусственной вентиляции легких
- Е) Бегать по берегу и звать на помощь
- Ё) Транспортировать пострадавшего
- Ж) Подложить под шею валик

### **Задание 2: Решите ситуационную задачу**

Из воды извлечен человек без признаков жизни. Пульс и дыхание отсутствуют, тоны сердца не выслушиваются. Ваши действия при оказании помощи?

Пострадавшего необходимо положить животом на согнутое колено таким образом, чтобы голова была ниже грудной клетки и любым куском материи удалить из полости рта, носа и глотки песок, ил, рвотные массы, которые попали туда вместе с водой. Затем не-сколькими энергичными движениями, сдавливающими грудную клетку удалить воду из трахеи и бронхов.

После освобождения воздухоносных путей от воды пострадавшего укладывают на ровную поверхность и при отсутствии дыхания приступают к искусственному дыханию одним из известных способов.

Одновременно с искусственным дыханием можно давать нюхать нашатырный спирт, растирать нижние конечности, щекотать заднюю часть глотки.

После того как пострадавший придет в сознание, нужно его хорошо согреть.

### **Задание 3. Выполнить прекардиальный удар**

Порядок выполнения:

- уложить пострадавшего (тренажер) на ровную поверхность;
- с помощью принятой методики нанести прекардиальный удар для возобновления пульса на сонной артерии пострадавшего (тренажер).

#### **. Задание 4. Выполнить искусственное дыхание**

Порядок выполнения:

- уложить пострадавшего (тренажер) на ровную поверхность;
- с помощью принятой методики выполнить искусственное дыхание способом «изо рта в рот» до возобновления легочной деятельности.

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

### **4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

#### **Основные:**

О-1: Холодов О.М. Безопасность жизнедеятельности. / Учебное пособие – Воронеж: Научная книга, 2020 – 256 с.

О-2: Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. / Учебник. – М.: Академия. 2019 – 368 с.

#### **Дополнительные:**

Д-1: Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + Приложение: дополнительные материалы. / Учебник. – М.: КНОРУС, 2020 – 290 с.

Д-2: Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. / Учебник для начального и среднего профессионального образования. – М.: Академия. 2014 – 328 с.

#### **Электронные издания (электронные ресурсы):**

1. Электронный ресурс «Российское образование – Федеральный портал»: Режим доступа <http://www.edu.ru>.

2. Электронный ресурс «Образовательный ресурс по безопасности жизнедеятельности»: Режим доступа <http://www.alleng.ru>.

3. Электронный ресурс МО РФ <http://www.mil.ru>

4. Электронный ресурс «МЧС России»: Режим доступа <http://www.mchs.gov.ru>

5. Электронный ресурс ОБЖ: Режим доступа <http://обж.рф>

## 5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

<b>№ изменения, дата внесения, № страницы с изменением</b>	
<b>Было</b>	<b>Стало</b>
<b>Основание:</b>	
<b>Подпись лица, внесшего изменения</b>	