

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

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании ЦК  
«Общеобразовательных,  
экономических и транспортных  
дисциплин»  
Протокол №5  
«09» января 2024 г.  
Председатель: А.К. Кузьмина

**Утверждаю:**  
Зам. директора по УР  
О.В. Папанова  
«22» февраля 2024 г

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
для выполнения  
практических работ студентов 3 курса по  
**ОП.06 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности  
*09.02.07 Информационные системы и программирование*

Разработал  
Петрушова И.А.

2024 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

	<b>СТР.</b>
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ	4
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ	5
4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ	19
5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЁННЫХ В МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ	20

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические указания по выполнению практических (лабораторных) работ по учебной дисциплине **ОП.06 Безопасность жизнедеятельности** составлены в соответствии с учебным планом и рабочей программой по специальности **09.02.07 Информационные системы и программирование**.

Цель проведения практических (лабораторных) занятий: формирование практических умений, необходимых в последующей профессиональной и учебной деятельности.

Методические указания практических (лабораторных) занятий являются частью учебно-методического комплекса по учебной дисциплине и содержат:

- тему занятия (согласно тематическому плану учебной дисциплины);
- цель;
- оборудование (материалы, программное обеспечение, раздаточный материал);
- методические указания;
- ход выполнения;
- форму отчета.

В результате выполнения полного объема заданий практических (лабораторных) занятий студент должен **уметь**:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работников 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.

При проведении практических работ применяются технологии и методы обучения: наглядные (раздаточный материал), ИКТ-технологии, проблемно-поисковые технологии.

### **Оценка выполнения заданий практических (лабораторных) занятий**

**«Отлично»** - теоретическое и практическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, что доказывается ответами студента на сопутствующие вопросы, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, студент логично обосновывает свою работу, качество выполнения заданий оценено высоко.

**«Хорошо»** - теоретическое и практическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, что доказывается ответами студента на сопутствующие вопросы, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.

**«Удовлетворительно»** - теоретическое и практическое содержание курса освоено частично, студент не полностью отвечает на сопутствующие вопросы, но пробелы не

носят существенного характера, необходимые умения работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.

**«Неудовлетворительно»** - теоретическое и практическое содержание курса не освоено, студент не может ответить на сопутствующие вопросы, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.

В соответствии с учебным планом программы подготовки специалистов среднего звена по специальности **09.02.07 Информационные системы и программирование** и рабочей программой на практические (лабораторные) работы по дисциплине **ОП.06 Безопасность жизнедеятельности** отводится **26 часов**.

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

№ п/п	Название практической работы	Количество часов
1.	<b>Практическое занятие №1.</b> Порядок надевания и снятия противогаза и ОЗК.	2
2.	<b>Практическое занятие №2.</b> Действия населения по сигналам ГО (в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения).	2
3.	<b>Практическое занятие № 3.</b> Порядок приведения к Военной присяге. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	2
4.	<b>Практическое занятие № 4.</b> Строевые приемы без оружия на месте. Строевая стойка и повороты на месте. Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.	2
5.	<b>Практическое занятие №5.</b> Строевые приемы в движении. Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него. Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя.	2
6.	<b>Практическое занятие № 6.</b> Неполная разборка и сборкам ММГ АК-74.	2
7.	<b>Практическое занятие № 7.</b> Неполная разборка и сборкам ММГ АК-74 (отработка норматива).	2
8.	<b>Практическое занятие № 8.</b> Выполнение приемов: принятие положения для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание. Практические стрельбы.	2
9.	<b>Практическое занятие № 9.</b> Тактические действия в бою (отработка действий маневренной и огневой групп).	2
10.	<b>Практическое занятие № 10.</b> Тактические действия в бою (отработка действий маневренной и огневой групп).	2
11.	<b>Практическое занятие № 11.</b> Устройство и ТТХ ручных осколочных гранат. Правила метания гранаты.	2
12.	<b>Практическое занятие № 12.</b> Тактическая медицина в красной, желтой, зеленой зоне. Наложение жгута. Способы переноски раненого.	2
13.	<b>Практическое занятие № 13.</b> Сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при остановке сердца, при электротравме, при утоплении,	2

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

#### Практическое занятие №1.

**Тема:** Порядок надевания и снятия противогаза и ОЗК.

**Цель:** изучить виды и назначение средств индивидуальной защиты и отработать порядок надевания противогаза и ОЗК.

**Оборудование:** раздаточный материал, противогаз ГП-5, ОЗК.

**Методические указания:** внимательно изучите информацию и выполните задания.

#### Средства индивидуальной защиты (СИЗ)

Средства индивидуальной защиты (СИЗ) населения предназначаются для защиты от попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду радиоактивных, отравляющих веществ и бактериальных средств.

СИЗ подразделяются на:

- 1) Средства защиты органов дыхания:
  - фильтрующие и изолирующие противогазы;
  - респираторы;
  - противопыльные тканевые маски;
  - ватно-марлевые повязки.
- 2) Средства защиты кожи:
  - одежда специальная изолирующая защитная;
  - защитная фильтрующая одежда (ЗФО);
  - приспособленная одежда населения.

СИЗ распределяются по принципу защиты:

- фильтрующие - принцип действия состоит в очищении воздуха, крайне важного для жизни человека при прохождении через средства защиты;
- изолирующие - принцип в полном исключении контакта с внешней средой на определенный срок с помощью материалов, непроницаемых для воздуха и вредных примесей.

СИЗ распределяют по способу изготовления:

- промышленного изготовления;
- простейшие, изготовленные населением из подручных материалов.

#### Ход выполнения.

**Задание 1:** Запишите в тетрадь предназначение СИЗ и их классификацию.

**Задание 2:** запишите порядок надевания и снятия противогаза.

**Задание 3:** продемонстрируйте порядок надевания и снятия противогаза ГП-5 по команде «ГАЗЫ!»

**Задание 4:** запишите порядок выполнения норматива 4А по надеванию ОЗК по команде «ПЛАЩ В РУКАВА! ЧУЛКИ, ПЕРЧАТКИ НАДЕТЬ! ГАЗЫ!».

**Задание 5:** запишите порядок снятия ОЗК при выполнении норматива 4А

**Задание 6:** продемонстрируйте технику порядка выполнения норматива 4А по надеванию и снятию ОЗК.

**Форма отчета:** письменная работа в тетради с готовностью обосновать свои ответы и демонстрацию техники действия по надеванию противогаза и ОЗК.

## Практическое занятие №2.

**Тема Действия населения по сигналам ГО (в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения).**

**Цель:** сформировать порядок действий населения по сигналам ГО (в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения).

**Оборудование:** раздаточный материал, мультимедийное оборудование, видеофильм.

**Методические указания:** внимательно изучите информацию и выполните задания.

**Ход выполнения.**

**Задание 1:** Запишите в тетрадь – как звучат сигналы ГО?

**Задание 2:** Запишите в тетрадь порядок действия населения по сигналу «Химическая тревога» или «Химическая опасность».

**Задание 3:** Запишите в тетрадь порядок действия населения по сигналу «Радиационная тревога» или «Радиационная опасность».

**Задание 4:** Запишите в тетрадь порядок действия населения по сигналу «Биологическая опасность».

**Задание 5:** сформулируйте вывод о проделанной работе.

**Форма отчета:** письменная работа в тетради с готовностью обосновать свои ответы.

## Практическое занятие №3

**Тема:** Порядок приведения к Военной присяге. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении..

**Цель:** отработать элементы строевой подготовки.

**Методические указания:** внимательно изучите содержание пунктов Строевого Устава ВС РФ.

**Оборудование:** раздаточный материал, видеофильм.

**Ход выполнения.**

Изучите внимательно раздел «Воинское приветствие» Строевого Устава ВС РФ, утв. Указом Президента РФ от 10.11.2007 N 1495 (ред. от 01.03.2024) "Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации" (вместе с "Уставом внутренней службы Вооруженных Сил РФ»...)

### Воинское приветствие

46. Воинское приветствие является воплощением товарищеской сплоченности военнослужащих, свидетельством взаимного уважения и проявлением вежливости и воспитанности.

Все военнослужащие обязаны при встрече (обгоне) приветствовать друг друга, соблюдая правила, установленные Строевым уставом Вооруженных Сил Российской Федерации. Подчиненные (младшие по воинскому званию) приветствуют первыми начальников (старших по воинскому званию), а при равном положении первым приветствует тот, кто считает себя более вежливым и воспитанным.

Особенности выполнения воинских приветствий военнослужащих на корабле определяются Корабельным уставом Военно-Морского Флота.

47. Военнослужащие обязаны выполнять воинское приветствие, отдавая дань уважения:

Могиле Неизвестного Солдата;

братским могилам воинов, павших в боях за свободу и независимость Отечества; Государственному флагу Российской Федерации, Боевому знамени воинской части, а также Военно-морскому флагу при каждом прибытии на корабль и убытии с корабля;

похоронным процессиям, сопровождаемым воинскими подразделениями.

48. Воинские части и подразделения при нахождении в строю приветствуют по команде:

Президента Российской Федерации, Председателя Правительства Российской Федерации и Министра обороны Российской Федерации;

маршалов Российской Федерации, генералов армии, адмиралов флота, генерал-полковников, адмиралов и всех прямых начальников, лиц, назначенных для руководства проведением инспектирования (проверки) воинской части (подразделения), а также лиц, прибывших для вручения воинской части Боевого знамени и (или) государственной награды.

Для приветствия в строю на месте указанных лиц старший начальник подает команду "СМИРНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО, на-СРЕДИНУ)", встречает их и докладывает.

Например: "Товарищ генерал-майор. 46-й танковый полк на общую полковую вечернюю поверку построен. Командир полка полковник Орлов".

При построении воинской части с Государственным флагом Российской Федерации и Боевым знаменем (на параде, строевом смотре, во время приведения к Военной присяге (принесения обязательства) и т.п.) в докладе указывается полное наименование воинской части с перечислением присвоенных ей почетных наименований и орденов.

При приветствии в строю в движении начальник подает только команду.

49. Воинские части и подразделения приветствуют по команде друг друга при встрече, а также выполняют воинское приветствие, отдавая дань уважения:

Могиле Неизвестного Солдата;

братским могилам воинов, павших в боях за свободу и независимость Отечества; Государственному флагу Российской Федерации, Боевому знамени воинской части, а на военном корабле - Военно-морскому флагу при его подъеме и спуске; похоронным процессиям, сопровождаемым воинскими подразделениями.

50. Воинское приветствие войсками, находящимися в строю на месте, Президента Российской Федерации, Председателя Правительства Российской Федерации и Министра обороны Российской Федерации сопровождается исполнением оркестром "Встречного марша" и Государственного гимна Российской Федерации.

При приветствии воинской частью прямых начальников от командира своей воинской части и выше, лиц, назначенных для руководства проведением инспектирования (проверки) воинской части (подразделения), а также лиц, прибывших для вручения воинской части Боевого знамени и (или) государственной награды, оркестр исполняет только "Встречный марш".

51. При нахождении вне строя как во время занятий, так и в свободное от занятий время военнослужащие воинских частей (подразделений) приветствуют начальников по команде "Смирно" или "Встать. Смирно".

В штабах приветствуются по команде только прямые начальники и лица, назначенные для руководства проведением инспектирования (проверки).

На занятиях вне строя, а также на совещаниях, на которых присутствуют только офицеры, для воинского приветствия командиров (начальников) подается команда "Товарищи офицеры".

Команды "Смирно", "Встать. Смирно" или "Товарищи офицеры" подает старший из присутствующих командиров (начальников) или военнослужащий, первый увидевший прибывшего командира (начальника). По этой команде все присутствующие встают, поворачиваются в сторону прибывшего командира (начальника) и принимают строевую стойку, а при надетом головном уборе, кроме того, прикладывают к нему руку.

Старший из присутствующих командиров (начальников) подходит к прибывшему командиру (начальнику) и докладывает ему.

Прибывший командир (начальник), приняв доклад, подает команду "ВОЛЬНО" или "ТОВАРИЩИ ОФИЦЕРЫ", а докладывавший повторяет эту команду, после чего все присутствующие принимают положение "вольно", при надетом головном уборе опускают руку от головного убора и в дальнейшем действуют по указанию прибывшего командира (начальника).

52. Подача команды "Смирно" или "Встать. Смирно" и доклад командиру (начальнику) осуществляются при первом его посещении воинской части или подразделения в данный день. Командиру корабля команда "Смирно" подается при каждом его прибытии на корабль (сходе с корабля).

В присутствии старшего командира (начальника) команда для воинского приветствия младшему не подается и доклад не производится.

При проведении классных занятий команды "Смирно", "Встать. Смирно" или "Товарищи офицеры" подаются перед началом каждого занятия и по его окончании.

Команды "Смирно", "Встать. Смирно" или "Товарищи офицеры" перед докладом командиру (начальнику) подаются в том случае, если при этом присутствуют другие военнослужащие, при их отсутствии командиру (начальнику) только докладывается.

53. При исполнении Государственного гимна Российской Федерации военнослужащие, находящиеся в строю, принимают строевую стойку без команды, а командиры подразделений от взвода и выше, кроме того, прикладывают руку к головному убору.

Военнослужащие, находящиеся вне строя, при исполнении Государственного гимна Российской Федерации принимают строевую стойку, а при надетом головном уборе прикладывают к нему руку.

54. Команда для выполнения воинского приветствия воинским частям и подразделениям не подается:

при подъеме воинской части (подразделения) по тревоге, на марше, а также на тактических занятиях и учениях;

на пунктах управления, узлах связи и в местах несения боевого дежурства (боевой службы);

на огневом рубеже и огневой (стартовой) позиции во время проведения стрельб (пусков);

на аэродромах во время проведения полетов;

во время занятий и работ в мастерских, парках, ангарах, лабораториях, а также при выполнении работ с учебной целью;

в ходе спортивных состязаний и игр;

при приеме пищи и после сигнала "Отбой" до сигнала "Подъем";

в помещениях для больных.

В перечисленных случаях командир (начальник) или старший прибывшему начальнику только докладывает.

Например: "Товарищ майор. 1-я мотострелковая рота выполняет второе упражнение учебных стрельб. Командир роты капитан Ильин".

Подразделения, участвующие в похоронной процессии, воинское приветствие не выполняют.

55. На торжественных собраниях, конференциях в воинской части, а также на спектаклях, концертах и в кино команда для воинского приветствия не подается и командиру (начальнику) не докладывается.

На общих собраниях личного состава для воинского приветствия подается команда "СМИРНО" или "ВСТАТЬ. СМИРНО" и докладывается командиру (начальнику).

56. При обращении начальника или старшего к отдельным военнослужащим они, за исключением больных, принимают строевую стойку и называют свою воинскую должность, воинское звание и фамилию. При рукопожатии старший подает руку первым. Если старший без перчаток, младший перед рукопожатием снимает перчатку с правой руки. Военнослужащие без головного убора сопровождают рукопожатие легким наклоном головы.

57. На приветствие начальника или старшего ("Здравствуйте, товарищи") все военнослужащие, находящиеся в строю или вне строя, отвечают: "Здравия желаем"; если начальник или старший прощается ("До свидания, товарищи"), то военнослужащие отвечают: "До свидания". При этом добавляются слово "товарищ" и воинское звание без указания слов "юстиции" или "медицинской службы".

Например: "Здравия желаем, товарищ младший сержант", "До свидания, товарищ главный старшина", "Здравия желаем, товарищ мичман", "До свидания, товарищ лейтенант".

58. Если командир (начальник) в порядке службы поздравляет военнослужащего или благодарит его, то военнослужащий отвечает командиру (начальнику): "Служу России".

Если командир (начальник) поздравляет военнослужащих воинской части (подразделения), находящихся в строю, они отвечают протяжным троекратным "Ура", а если командир (начальник) благодарит их, военнослужащие отвечают: "Служим России".

**Задание 1:** изучить нормативные документы по выполнению воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Рассмотреть порядок его выполнения в учебном видеофильме.

**Задание 2:** отработайте порядок выполнения воинского приветствия без оружия на месте.

**Задание 3:** внимательно изучите Федеральный закон от 28.03.1998 N 53-ФЗ (в современной редакции) "О воинской обязанности и военной службе" ст.40. Военная присяга и обязательство», а так же внимательно изучите

**Задание 4:** внимательно изучите Положение о порядке приведения к Военной присяге (принесения обязательства) - приложение № 1 к Уставу внутренней службы ВС РФ.

**Задание 5:** изучить по видеофильму порядок приведение к военной присяге военнослужащих.\

**Задание 6.** отработать порядок приема Военной присяги.

**Форма отчета:** студент демонстрирует технику приема Военной присяги и демонстрирует технику воинского приветствия.

**Тема:** Строевые приемы без оружия на месте. Строевая стойка и повороты на месте. Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.

**Цель:** отработать элементы строевой подготовки.

**Методические указания:** внимательно изучите содержание пунктов Строевого Устава ВС РФ.

**Оборудование:** раздаточный материал, видеофильм.

**Ход выполнения.**

**Задание 1:** продемонстрируйте порядок выполнения строевой стойки и поворотов на месте.

**Задание 2.** продемонстрируйте порядок выполнения движения строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.

**Задание 3:** изучить по видеофильму порядок выполнения поворотов в движении.

**Форма отчета:** студент демонстрирует технику строевых приемов.

### **Практическое занятие №5**

**Тема:** Строевые приемы в движении. Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него. Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя.

**Цель:** отработать элементы строевой подготовки.

**Методические указания:** внимательно изучите содержание пунктов Строевого Устава ВС РФ.

**Оборудование:** раздаточный материал, видеофильм.

**Ход выполнения.**

**Задание 1:** изучить по видеофильму порядок выполнения выхода из строя и постановки в строй.

**Задание 2.** изучить по видеофильму порядок выполнения подхода к начальнику и отход от него.

**Задание 3:** отработать порядок выполнения построения и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя.

**Форма отчета:** студент демонстрирует технику строевых приемов.

### **Практическое занятие №6**

**Тема:** Неполная разборка и сборкам ММГ АК-74.

**Цель:** отработать элементы огневой подготовки и элементы обязательной подготовки граждан к военной службе, изучить материальную часть автомата Калашникова АК-74 и изучить порядок неполной разборки и сборки АК-74.

**Оборудование:** раздаточный материал, ММГ автомата АК-74.

**Методические указания:** внимательно изучите раздаточный материал.

**Тактико-техническая характеристика автомата АК-74.**

5,45-мм автомат Калашникова АК-74

Калибр – 5,45мм (патрон 5,45x39)

Дальность прицельная – 1000м

Дальность прямого выстрела:

по грудной фигуре – 440м

по бегущей фигуре – 625м

Начальная скорость пули – 900м/с  
 Темп стрельбы – 600в/мин  
 Боевая скорострельность:  
 одиночным огнем – 40 в/мин  
 очередями – 100в/мин  
 Дальность полета пули:  
 при которой сохраняется убойное действие – 1350м  
 предельная дальность – 3150м  
 Вес автомата – 3,6кг



ОСНОВНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ	
Калибр	5,45x39 мм
Длина	933 мм
Длина ствола	415 мм
Вес (С пустым / полным магазином)	3200 / 3600 г
Темп стрельбы	600 выстрелов / мин
Емкость магазина	30 патронов
Практическая скорострельность выстрелов/минуту	Одиночными до 40, очередями до 100
Наиболее действенный огонь	500 метров
Дальность прямого выстрела (по ростовой / грудной)	625 м / 440 м
Прицельная дальность стрельбы	1000 м
Сосредоточенный огонь на дальность	До 800 м

Разборка автомата АК-74 может быть неполная и полная. Неполная — предназначена для чистки, смазки и осмотра автомата. Полная — для чистки при сильном загрязнении автомата, после нахождения его под дождём или в снегу, при переходе на новую смазку и при ремонте. Излишне частая разборка автомата вредна, так как ускоряет изнашивание частей и механизмов. Разборку и сборку автомата производить на столе или чистой подстилке; части и механизмы класть в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не класть одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов.

### Порядок неполной разборки автомата.

1. **Отделить магазин** — удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин; нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его.
2. **Снять с предохранителя (предохранитель вниз).**
3. **Перевести затворную раму в крайнее заднее положение** (осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы).
4. **Произвести контрольный спуск** — спустить курок с боевого взвода.
5. **Вынуть пенал с принадлежностью** — утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда; раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ершик, отвертку, выколотку и шпильку.
6. **Одеть шомпол** — оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки, и вытянуть шомпол вверх.
7. **Отделить крышку ствольной коробки.**

8. **Отделить возвратный механизм** — удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.
9. **Отделить затворную раму с затвором** — продолжая удерживать автомат левой рукой, правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.
10. **Отделить затвор от затворной рамы** — взять затворную раму в левую руку затвором кверху; правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперед.
11. **Установить фиксатор в крайнее верхнее положение.**
12. **Отделить газовую трубку со ствольной накладкой** — удерживая автомат левой рукой, правой рукой надеть пенал принадлежности прямоугольным отверстием на выступ замыкателя газовой трубки, повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубков газовой камеры.

#### **Порядок сборки автомата после неполной разборки.**

1. Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой.
2. Фиксатор вниз.
3. Присоединить затвор к затворной раме.
4. Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке.
5. Присоединить возвратный механизм.
6. Присоединить крышку ствольной коробки.
7. Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель (вверх).
8. Присоединить шомпол.
9. Вложить пенал в гнездо приклада.
10. Присоединить магазин к автомату.

#### **Ход выполнения.**

**Задание 1:** изучить информацию из раздаточного материала и записать письменно в тетради материальную часть АК-74.

**Задание 2.** изучить информацию из раздаточного материала и записать письменно в тетради порядок выполнения неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

**Задание 3.** изучить правила по ТБ при обращении с оружием.

**Задание 4.** отработать порядок выполнения неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

**Форма отчета:** письменная работа в тетради с готовностью обосновать свои ответы и демонстрирует порядок неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата АК-74..

#### **Практическое занятие №7**

**Тема:** Неполная разборка и сборка ММГ АК-74 (отработка норматива)

**Цель:** отработать норматив выполнения неполной разборки и сборки АК-74.

**Оборудование:** раздаточный материал, ММГ автомата АК-74.

**Методические указания:**

1. Повторите правила безопасного обращения с оружием.
2. Внимательно изучите раздаточный материал

Норматив неполной разборки автомата АК-74:

- 13 секунд – «отлично»,
- 14 секунд – «хорошо»,
- 17 секунд – «удовлетворительно».

Норматив сборки после неполной разборки автомата АК-74:

- 23 секунды – «отлично»,
- 25 секунд – «хорошо»,
- 30 секунд – «удовлетворительно».

**Ход выполнения.**

**Задание 1:** отработать норматив порядка выполнения неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

**Задание 2:** продемонстрировать сдачу норматива порядка выполнения неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

**Форма отчета:** демонстрирует норматив выполнения неполной разборки и сборки после неполной разборки автомата АК-74.

### **Практическое занятие №8**

**Тема:** Выполнение приемов: принятие положения для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание. Практические стрельбы.

**Цель:** отработать выполнение приемов: принятие положения для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание и выполнить стрельбу с использованием электронного тира.

**Оборудование:** раздаточный материал, ММГ автомата АК-74, коврики для упражнений лежа, электронный тир

**Методические указания:**

- 1) внимательно рассмотрите выполнение преподавателем принятия положений для стрельбы: «стоя», «с колена», «лежа»,
- 2) внимательно рассмотрите порядок выполнения преподавателем прицеливания.

**Ход выполнения.**

**Задание 1:** отработать порядок принятия положения для стрельбы: «стоя», «с колена», «лежа».

**Задание 2:** отработать порядок прицеливания.

**Задание 3:** отработать порядок практической стрельбы с использованием электронного тира в положениях для стрельбы: «стоя», «с колена», «лежа».

**Форма отчета:** демонстрирует технику положений для стрельбы и технику практической стрельбы.

### **Практическое занятие № 9.**

**Тема:** Тактические действия в бою (отработка действий маневренной и огневой групп).

**Цель:** отработать тактические действия в бою маневренной и огневой групп.

**Оборудование:** раздаточный материал, ММГ автомата АК-74.

**Методические указания:** изучите задачи маневренной и огневой групп в бою; внимательно рассмотрите демонстрацию и объяснение преподавателем порядка действий маневренной и огневой групп при ведении боя, исходя из команды;

**Ход выполнения.**

**Задание 1:** разделитесь на малые подгруппы «маневренную» и «огневую», получите макеты оружия.

**Задание 2:** отработайте малыми группами порядок выполнения действия маневренной и огневой групп при ведении боя, исходя из команд.

**Форма отчета:** студенты демонстрируют действия маневренной и огневой групп при ведении боя, исходя из команд.

### **Практическое занятие № 10.**

**Тема:** Тактические действия в бою (отработка действий маневренной и огневой групп).

**Цель:** отработать тактические действия в бою маневренной и огневой групп и общение символами.

**Оборудование:** раздаточный материал, ММГ автомата АК-74.

**Методические указания:** изучите общение символами.

**Ход выполнения.**

**Задание 1:** разделитесь на малые подгруппы «маневренную» и «огневую», получите макеты оружия.

**Задание 2:** отработайте малыми группами порядок выполнения действия маневренной и огневой групп при ведении боя, исходя из команд.

**Форма отчета:** студенты демонстрируют действия маневренной и огневой групп при ведении боя, исходя из команд и порядок общения символами.

### **Практическое занятие №11.**

**Тема:** Устройство и ТТХ гранат. Правила метания гранаты.

**Цель:** рассмотреть устройство и тактико-технические характеристики гранат и изучить правила метания гранаты.

**Оборудование:** раздаточный материал, макеты ручных осколочных видеофильм.

**Методические указания:** внимательно изучите содержание раздаточного материала по ручным осколочным гранатам.

**Ручные осколочные гранаты** предназначены для поражения осколками живой силы противника. При разрыве граната образует большое количество разлетающихся осколков, обладающих энергией, достаточной для поражения живой силы.

#### **НАСТУПАТЕЛЬНЫЕ**



#### **ОБОРОНИТЕЛЬНЫЕ**



3) Ручная противотанковая граната РКГ-3 (ручная кумулятивная граната, модель 3) предназначена для борьбы с танками и бронемашинами, а также разрушения долговременных и полевых оборонительных сооружений.



Тактико-технические характеристики гранат

№ п.п	Боевые свойства	РГН	РГД – 5	РГО	Ф – 1	РКГ-3
1	Вес снаряженной гранаты, гр.	300	310	520	600	1070
2	Радиус разлета убойных осколков (м)	24	25	150	200	Кумулятивная
3	Бронепробиваемость, мм	-	-	-		170
4	Средняя дальность броска (м)	30-45	30-45	20-40	20-40	15-20
5	Тип запала гранаты	Ударно-дистанционный	Дистанционный	Ударно-дистанционный	Дистанционный	Ударный
6	Время горения замедлителя запала (сек)	3,3-4,3	3,2-4,2	3,3-4,3	3,2-4,2	Мгнов. действия

**Ход выполнения.** Изучите внимательно раздаточный материал.

**Задание 1:** запишите назначение и тактико-технические характеристики ручных гранат.

**Задание 2:** зарисуйте общее устройство ручных гранат.

**Задание 3:** запишите общие приёмы и правила метания ручных осколочных гранат.

**Задание 4:** запишите правила метания ручных осколочных гранат из положения лежа, с колена, в движении, из окопа.

**Задание 5:** выполните тестовое задание.

**Тестовое задание**

**Время горения воспламененного запала ручной гранаты РКГ-3?**

- 3,2-4,2 сек.
- 4-5 сек.
- Мгновенное
- 2-3 сек.

**Время горения воспламененного запала ручной гранаты РГД-5?**

- 3,2-4,2 сек.
- 4-5 сек.
- Мгновенное
- 2-3 сек.

**Время горения запала УДЗ?**

- 1-2 сек.
- 2-3 сек
- 3,2-4,2 сек.
- мгновенное.

**Вес гранаты Ф-1?**

- 300 гр.
- 1070 гр.
- 600 гр.
- 250 гр.

**Вес гранаты РГД-5?**

- 550 гр.
- 300 гр.
- 600 гр.
- 400 гр.

**Вес гранаты РКГ-3?**

- 1520 гр.
- 1300 гр.
- 1600 гр.
- 1070 гр.

**Средняя дальность броска гранаты РГД-5?**

- 30-45 м
- до 50 м
- 40-50м
- 6-8 м

**Средняя дальность броска РКГ-3?**

- 15-20 м
- 35-45 м.
- 25-30 м.
- 50-75 м.

**Запал УЗРГМ состоит из:**

- Корпуса, собственно запала.
- Ударного механизма, возвратной пружины.
- Ударного механизма, спускового рычага.
- Ударного механизма, собственного запала.

**Радиус разлета убийных осколков гранаты РГД-5?**

- 25 м.
- 60 м

50 м.

30 м.

**Тип гранаты РГД-5?**

оборонительная

наступательная

коммунятивная

управляемая

**Тип гранаты РГО?**

оборонительная

наступательная

коммунятивная

управляемая

**Форма отчета:** предоставляет письменную работу с готовностью обосновать свои ответы.

### **Практическое занятие № 12.**

**Тема: Тактическая медицина в красной, желтой, зеленой зоне. Наложение жгута. Способы переноски раненного.**

**Цель:** отработать порядок наложения жгута и способы переноски раненного при ведении боя.

**Оборудование:** раздаточный материал, жгут резиновый.

**Методические указания:** изучите раздаточный материал и действия преподавателя.

#### **Тактическая медицина**

С целью снижения риска возникновения потерь, выхода личного состава из строя и недопущения срыва выполнения боевой задачи оказывать первую помощь раненым следует исходя из степени опасности обстановки.

Условно выделяют три тактические зоны:

- «Красная зона»;
- «Желтая зона»;
- «Зеленая зона».

Характер зоны определяется субъективно, самим бойцом, оказывающим помощь себе или раненому товарищу, на основе оценки плотности вражеского огня, просматриваемой противником местности, наличия естественных или искусственных укрытий и т.д. Правильная оценка «зоны» является критически важной, так как ошибка может закончиться либо еще более тяжелым ранением, либо и вовсе гибелью!

#### **Красная зона**

«Красная зона» – это самая опасная зона, зона плотного огневого воздействия противника. Критерий «Красной зоны»: положение лежа, так как любая попытка приподняться, даже на колено, чревата огневом поражением.

Все действия в этой зоне выполняются по правилу «хватай и тащи!», т.е. основная задача оказания первой помощи раненому в «Красной зоне» – быстро переместить его (бегом, ползком) в «Желтую». В редких случаях помощь по остановке массивного кровотечения, от которого раненый может погибнуть на месте, задерживает эвакуацию, но производится с использованием хотя бы какого-то подобия на укрытие (складки местности, корневища крупных деревьев и т.д.).

#### **Желтая зона**

«Желтая зона» – это зона умеренной опасности, на удалении от нескольких метров до нескольких сотен метров от места ранения, которое за счет особенностей местности (холмы,

склоны) и естественных или искусственных укрытий (остатки стен, защитные инженерные конструкции, дома, окоп) снижают плотность вражеского огня и возможности противника к наблюдению.

Критерий «Желтой зоны»: вероятность поражения легким стрелковым оружием снижается, но другие средства поражения с навесной траекторией по-прежнему могут представлять большую угрозу. Лучше всего, если максимально большой объем первой помощи раненому будет оказан из положения лежа.

Основная задача в этой зоне – в сжатые сроки устранить факторы, угрожающие жизни раненого, и обеспечить его дальнейшую доставку в «Зеленую зону».

При этом следует учесть, что из-за некоторых тактических, логистических, организационных, медицинских и иных условий, ряд мероприятий «Зеленой зоны» придется выполнять именно здесь. А это, в свою очередь, требует очень высокой выучки и хладнокровия от того, кто оказывает первую помощь, поэтому следует заранее тщательно и всесторонне к этому подготовиться!

### **Зеленая зона**

«Зеленая зона» – это относительно безопасная зона, находится на удалении сотни метров от места ранения и хорошо защищена (блиндаж) от огня и наблюдения противника. Это то место, где происходит стабилизация состояния раненого и дальнейшая его эвакуация.

Критерий «Зеленой зоны»: возможность работать в полный рост без риска немедленного огневого поражения.

В ПМП исправляются все ошибки, допущенные на этапе «Желтой зоны».

Относительная безопасность обусловлена тем, что даже если полевой медицинский пункт (ПМП) располагается далеко от места ведения боевых действий, это не гарантирует того, что по нему не может быть нанесен удар дальнобойным высокоточным оружием

### **Ход выполнения.**

**Задание 1:** рассмотрите действия преподавателя по наложению жгута на верхнюю и нижнюю конечности при кровотечении.

**Задание 2:** отработайте в парах порядок наложения жгута на верхнюю и нижнюю конечности при кровотечении.

**Задание 3:** отработайте в парах порядок наложения жгута на верхнюю и нижнюю конечности при кровотечении из положения «лежа» при ведении боя.

**Задание 4:** рассмотрите действия преподавателя и отработайте в парах способы переноски раненого на поле боя.

**Форма отчета:** студенты демонстрируют действия в парах наложение жгута на верхнюю и нижнюю конечности и способы переноски раненого при ведении боя.

## **Практическое занятие № 13.**

**Тема: Сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при остановке сердца, при электротравме, при утоплении.**

**Цель:** отработать порядок выполнения СЛР.

**Оборудование:** раздаточный материал, тренажер «ВИТИМ».

**Методические указания:** изучите раздаточный материал и действия преподавателя с использованием тренажера «ВИТИМ».

### **Ход выполнения.**

**Задание 1:** изучите внимательно презентацию «Сердечно-легочная реанимация» и запишите основания для ее выполнения и порядок ее выполнения.

**Задание 2:** отработайте порядок выполнения СЛР в паре с преподавателем с использованием тренажера «ВИТИМ».

**Задание 3:** отработайте порядок выполнения СЛР без помощника с использованием тренажера «ВИТИМ».

**Форма отчета:** студенты демонстрируют порядок выполнения действия по определению оснований для выполнения СЛР и порядок выполнения СЛР.

## **4.ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

### **4.1 Основные электронные издания:**

О-1. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности: учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва: КноРус, 2024. — 222 с. — ISBN 978-5-406-12361-4. — URL: <https://book.ru/book/951082> (дата обращения: 29.10.2024). — Текст: электронный.

О-2. Сапронов, Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебное издание / Ю.Г. Сапронов, И.А. Занина. — Москва: Академия, 2025. — 352 с. (Специальности среднего профессионального образования). - URL: <https://academia-moscow.ru/catalogue/5540/830446/>. - Режим доступа: Электронная библиотека «Academia-moscow». - Текст: электронный.

### **4.2 Дополнительные источники:**

Д-1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 413 с. — (Профессиональное образование).

Д-2. Безопасность жизнедеятельности: учебное издание / Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов. — Москва: Академия, 2024. — 208 с. (Специальности среднего профессионального образования).

Д-3. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва: КноРус, 2024. — 155 с.

Д-4. МЧС России [Электронный ресурс]. — Режим доступа: [www.url: http://www.mchs.gov.ru/](http://www.mchs.gov.ru/) . — 29.10.2024.

### **4.2 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> Режим доступа <http://www.mil.ru>

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

5. Электронный ресурс «КОНСУЛЬТАНТПЛЮС», «ГАРАНТ» с изложением нормативных документов в действующей редакции:

- Конституция Российской Федерации,
- Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»,
- Федеральный закон «О гражданской обороне»,
- Федеральный закон «Об обороне»,

- "Военная доктрина Российской Федерации" (утв. Президентом РФ 25.12.2014 N Пр-2976),
- Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»,
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»,
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»,
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»,
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»,
- Указ Президента РФ от 10.11.2007 N 1495 (ред. от 01.03.2024) "Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил РФ" (вместе с "Уставом внутренней службы ВС РФ", "Дисциплинарным уставом ВС РФ", "Уставом гарнизонной и караульной служб ВС РФ"),
- Указ Президента РФ от 23.07.2013 N 631 (ред. от 26.02.2024) "Вопросы Генерального штаба Вооруженных Сил Российской Федерации" (вместе с "Положением о Генеральном штабе Вооруженных Сил Российской Федерации")

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

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