

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

РАССМОТРЕНО

на заседании ЦК
«Общеобразовательных,
экономических и транспортных
дисциплин»

Протокол №10

«06» июнь 2023 г.

Председатель: А.К. Кузьмина

Утверждаю:

Зам. директора по УР

О.В. Папанова

«07» июнь 2023 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по практическим (лабораторным) занятиям студентов
учебной дисциплины

ОУД.10 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности**

09.02.07 Информационные системы и программирование

Разработал:
Петрушова И.А.

2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	СТР.
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ	6
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ	7
4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	57
5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЁННЫХ В МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ	58

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические указания по практическим (лабораторным) занятиям учебной дисциплины «**Основы безопасности жизнедеятельности**» составлены в соответствии с учебным планом и рабочей программой дисциплины 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, оснащение, раздаточный материал и др.);
- методические указания (изучить краткий теоретический материал по теме практического занятия);
- ход выполнения;
- форму отчета.

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

- применять на практике способах безопасного поведения в цифровой среде;
- владеть приемами оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- действовать при чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и биолого-социального характера;
- различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера;
- предупреждать опасные явления и противодействовать им;

- применять на практике правила безопасного поведения на транспорте,
- применять на практике способы безопасного поведения в природной среде;

При проведении практических работ применяются следующие технологии и методы обучения: наглядные, проблемно-поисковые, демонстрационные ИКТ-технологии.

Оценка выполнения заданий практических (лабораторных) занятий

«Отлично» - теоретическое 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 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 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 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 и рабочей программой дисциплины «**Основы безопасности жизнедеятельности**» на практические (лабораторные) занятия отводится **58 часов**.

2. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Тема практических (лабораторных) занятий	Количество часов
1	Практическое занятие №1. Изучение основных положений организации рационального питания.	2
2	Практическое занятие №2. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров, водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2
3	Практическое занятие №3. Модели безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях на различных видах транспорта.	2
4	Практическое занятие №4. Модели безопасного поведения при захвате заложников в общественном месте.	2
5	Практическое занятие №5. Модели безопасного поведения при обнаружении взрывного устройства.	2
6	Практическое занятие №6. Модели безопасного поведения при появлении стрелка в здании колледжа.	2
7	Практическое занятие №7. Модели безопасного поведения при пожаре. Порядок использования огнетушителя.	2
8	Практическое занятие №8. Формирование моделей безопасного поведения в условиях вынужденной природной автономии.	2
9	Практическое занятие №9. Формирование моделей безопасного поведения при чрезвычайной ситуации природного характера Иркутской области.	2
10	Практическое занятие №10. Формирование моделей безопасного поведения при чрезвычайной ситуации техногенного характера Иркутской области.	2
11	Практическое занятие №11. Изучение модели функционирования РСЧС и ГО.	2
12	Практическое занятие №12. Изучение видов, характеристик и поражающих факторов оружия массового поражения.	2
13	Практическое занятие №13 Изучение средств индивидуальной защиты.	2
14	Практическое занятие №14. Изучение организационной структуры ВС РФ.	2
15	Практическое занятие №15. Изучение нормативных документов о воинской обязанности в РФ.	2
16	Практическое занятие №16. Изучение нормативных документов о призыве на военную службу в РФ, об альтернативной гражданской службе, о службе по контракту.	2
17	Практическое занятие №17. Изучение нормативных документов о воинской дисциплине и ответственности. Как стать офицером Российской армии.	2
18	Практическое занятие №18. Знакомство с повседневным бытом военнослужащих. Экскурсия в воинскую часть.	2
19	Практическое занятие №19. Строевая подготовка. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2

20	Практическое занятие №20. Огневая подготовка. Порядок неполной разборки и сборки ММГ АК-74.	2
21	Практическое занятие №21. Огневая подготовка. Порядок неполной разборки и сборки ММГ АК-74.	2
22	Практическое занятие №22. Первая помощь при травмах (понятие и виды травм). Первая помощь при ранениях. Наложение повязок. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	
23	Практическое занятие №23. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при ожогах.	2
24	Практическое занятие №24. Первая помощь при отморожении. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлении.	
25	Практическое занятие №25. Первая помощь при отсутствии сознания. Сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	2
26	Практическое занятие №26. Опасности и риски на рабочем месте.	2
27	Практическая работа №27. Оценка опасностей и рисков на рабочем месте.	2
28	Практическое занятие №28. Методы защиты от опасностей на рабочем месте.	2
29	Практическое занятие №29. Методы оказания первой помощи при ЧС и автомобильных катастрофах.	2
	Итого	58 час

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Практическое занятие №1.

Тема: Изучение основных положений организации рационального питания.

Цель: ознакомиться с условиями обеспечения рационального питания и нормами физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии методами количественной и качественной оценки питания по энергетической ценности потребляемых продуктов.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания:

Рациональное питание – это питание человека, которое учитывает его физиологические потребности в энергетической ценности, полезных питательных веществах (белки, жиры, углеводы, витамины, минералы, микроэлементы, другие полезные вещества) основываясь на данных о возрасте, заболеваниях, физической активности, занятости, окружающей среде. Расходуя энергию на свою деятельность и получая ее из пищи, нужен баланс, чтобы не допустить излишних запасов энергии в виде жировых отложений или наоборот, перехода на потребление внутренних запасов. Рациональное питание включает в себя соблюдение режима питания. Оптимальным является четырехразовое питание, когда прием пищи происходит с

интервалом в 4-5 часов в одно и то же время. Завтрак должен составлять 25% суточного рациона, обед – 35%, полдник – 15%, ужин – 25%. Ужинать следует не позднее, чем за 3 часа до сна. Следует нормально позавтракать, плотно пообедать и скромно поужинать, в промежутках между ними – перекусить фруктами, обезжиренным йогуртом, а перед сном — кисломолочный напиток.

Ход выполнения.

Задание 1: Изучить теоретическую информацию по заданию 1 на страницах 313-314 учебника (О-3: учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова, Н.А.Прокопенко, М:2014.), можно воспользоваться интернет-источниками, и ответить в тетради письменно на вопросы, приготовьтесь обосновать свои ответы:

1. Дать определение понятию «рациональное питание».
2. Перечислить требования, которым должно соответствовать рациональное питание.
3. Дать определение понятию «Режим питания».
4. Как определяется достаточность питания.

Задание 2. Рассчитать, сколько Ккал человек потребляет при каждом приеме пищи, если за сутки он потребляет 2300 Ккал, а при каждом приеме процентное содержание питательности таково:

*Первый завтрак – 10%,
 Второй завтрак – 15%,
 Обед – 30%,
 Полдник – 20%,
 Ужин – 25%.*

Задание 3. Зарисуйте в тетради таблицу и заполните ее с учетом вашего веса. Оцените свой суточный расход энергии (на примере данных таблицы 8 учебника на странице 322) с учетом своего веса при каждом виде деятельности. Какое количество килокалорий вы ежедневно тратите и сколько вам необходимо Ккал употреблять с пищей?

В третьем столбце показан расход Ккал на 1 кг вашего веса при разных видах деятельности. Рассчитайте значение столбца №3.

№	Вид ежедневной деятельности студента	Расход энергии, Ккал на 1 кг веса человека	Ваш расход энергии по каждому виду деятельности = ваш вес * на значение третьего столбца
	1	2	3
1	Одевание и раздевание	1,2645	
2	Уборка постели и личная гигиена (утром, днем, вечером)	0,9870	
3	Зарядка (физ.упражнения)	0,9720	

4	Прием пищи	2,36	
5	Дорога к месту учебы и обратно	1,4160	
6	Умственный труд (колледж)	5,8320	
7	Работа практическая, связанная с обучением	6,00	
8	Умственный труд (подготовка к занятиям дома)	2,9160	
9	Спортивные секции, каток, лыжная база, спортзал и т.д.	4,2840	
10	Сон	7,44	
11	Хозяйственная домашняя работа	2,8650	
12	Отдых сидя у телевизора и др.	0,4580	
	ВСЕГО	36,7945	

Задание 4. Сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №2.

Тема: Безопасность на дорогах.

Цель: выявить опасности для разных участников дорожного движения (пешеход, велосипедист, мотоциклист).

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию и выполните задания.

Ход выполнения.

Задание 1. Изучите виды опасностей и их опасные моменты на дорогах для пешехода и дополните их. Запишите в тетради перечень опасностей для пешехода.

Задание 2. Сформулируйте виды опасностей для различных участников дорожного движения – велосипедиста и мотоциклиста на примере опасностей для пешехода. Запишите в тетради перечень опасностей для велосипедиста и мотоциклиста.

Опасности для пешехода

Большинство ДТП происходят в одинаковых повторяющихся ситуациях. Пешеходы попадают в дорожные ловушки, потому что просто не умеют их разгадывать. Ситуации-ловушки на дорогах и их опасные моменты.

Задание 3. Сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №3.

Тема: Модели безопасного поведения при захвате заложников в общественном месте.

Цель: выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в общественном месте.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: изучите письмо Министерства образования Иркутской области от 05.10.2022 исх.№02-55-11000/22) по действиям участников образовательного процесса при захвате заложников.

Ход выполнения.

Задание 1: Сформулируйте и запишите в тетради опасности ситуации захвата заложника в общественном месте.

Задание 2: при каких условиях заложнику может быть нанесен вред, проанализируйте и запишите в тетради.

Задание 3: запишите в тетради алгоритм ваших действий в ситуации с захватом заложников.

Задание 4. Сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №4.

Тема: Модели безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях на различных видах транспорта.

Цель: выявить и описать опасности при пользовании различными видами транспорта и сформировать правила поведения по снижению уровня опасности.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: можно выполнять работу как в форме таблицы, так и в форме текста.

Вид транспорта (1 столбец)	Возможные причины возникновения ЧС (2 столбец)	Виды опасностей для человека (3 столбец)	Модели поведения человека, снижающие уровень опасности (4 столбец)
1.автомобильный	1-Несоблюдение ПДД, 2-неблагоприятные погодные условия, 3-возникшая неисправность транспортного средства, 4-неудовлетворительное	1.Травмы, 2.материальный ущерб, 3.психологическая травма, 4.смертельный исход.	СФОРМУЛИРУЙТЕ.....

	<p>состояние дорожного полотна или его отсутствие,</p> <p>5-выезд на лед,</p> <p>6-человеческий фактор (резкое ухудшение здоровья водителя в результате резкой боли и т.д.).</p> <p>7-возгорание транспортного средства</p> <p>ВСЕ ПРИЧИНЫ ПРИВОДЯТ К ДТП</p>		
2.воздушный	<p>1-жесткая посадка,</p> <p>2-взрыв в транспортном средстве,</p> <p>3-пожар в ТС,</p> <p>4-ошибка пилота,</p> <p>5-неблагоприятные погодные условия,</p> <p>6-неисправность ТС</p>	СФОРМУЛИРУЙТЕ....	СФОРМУЛИРУЙТЕ.....
3.железнодорожный	<p>1-сход с рельсов,</p> <p>2-столкновение поездов,</p> <p>3-взрыв в транспорте,</p> <p>4-пожар в транспорте</p> <p>ДОПОЛНИТЕ....</p>	СФОРМУЛИРУЙТЕ....	СФОРМУЛИРУЙТЕ.....
4.водный	<p>1-неблагоприятные погодные условия,</p> <p>2-столкновение судов,</p> <p>3-взрыв на судне,</p> <p>4-пожар на судне</p> <p>ДОПОЛНИТЕ....</p>	СФОРМУЛИРУЙТЕ....	СФОРМУЛИРУЙТЕ.....
5.антитеррористическая безопасность на транспорте	<p>1-подložение в багаж наркотиков или взрывного устройства,</p> <p>2-перестрелка,3-взрыв,</p> <p>4-захват заложника,</p> <p>5-воровство денег, документов, вещей,</p> <p>6-драка,</p> <p>7-другие опасности</p> <p>ДОПОЛНИТЕ...</p>	<p>1-работа спецслужб по задержанию,</p> <p>2-огнестрельное ранение,</p> <p>3-взрывная волна, пожар, разрушения от взрыва,</p> <p>4-ранения или убийство заложника,</p> <p>5-материальный ущерб</p>	<p>1-в зале ожидания занимать места спиной к стене – чтобы видеть происходящее вокруг.</p> <p>2-не располагаться возле окон,</p> <p>3-находится рядом с колоннами или крупными стойками, которые могут служить укрытием в случае ЧС,</p> <p>4-определить другие места, где можно спрятаться,</p> <p>5-держатъ багаж закрытым и</p>

			<p>наблюдать за ним постоянно,</p> <p>6-на просьбы посторонних – помочь что-то пронести на борт транспортного средства – отвечать отказом, проинформировать службу безопасности,</p> <p>7-не стоять возле чужого багажа без присмотра, возле мусорных корзин,</p> <p>8-если началась суматоха служб безопасности – уходить сразу,</p> <p>9-при взрыве, стрельбе – упасть на пол, сжаться и закрыть голову руками,</p> <p>10-четко выполнять команды представителей спецслужб</p>
--	--	--	--

Ход выполнения.

Задание 1: изучите информацию об опасностях и их причинах на автомобильном транспорте (столбцы 1,2,3) и заполните столбец №4 для автомобильного транспорта.

Задание 2: дополните и заполните столбцы №2,3,4 для железнодорожного, авиационного, водного видов транспорта.

Задание 3: запишите виды опасностей, их причины и модели безопасного поведения при проявлении террористической угрозы на различных видах транспорта.

Задание 4. Сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №5.

Тема: Модели безопасного поведения при обнаружении взрывного устройства.

Цель: выявить и описать опасности в ситуации при обнаружении взрывного устройства.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: изучите письмо Министерства образования Иркутской области от 05.10.2022 исх.№02-55-11000/22) по действиям участников образовательного процесса в ситуации при обнаружении взрывного устройства.

Ход выполнения.

Задание 1: Сформулируйте и запишите в тетради опасности ситуации обнаружения взрывного устройства.

Задание 2: запишите в тетради алгоритм ваших действий в ситуации обнаружения взрывного устройства.

Задание 3. Сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №6.

Тема: Модели безопасного поведения при появлении стрелка в здании колледжа.

Цель: выявить и описать опасности в ситуации при появлении стрелка в здании колледжа.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: изучите письмо Министерства образования Иркутской области от 05.10.2022 исх.№02-55-11000/22) по действиям участников образовательного процесса в ситуации при появлении стрелка в здании колледжа.

Ход выполнения.

Задание 1: Сформулируйте и запишите в тетради опасности ситуации при появлении стрелка в здании колледжа.

Задание 2: запишите в тетради алгоритм ваших действий в ситуации появления стрелка в здании, на территории колледжа.

Задание 3. Сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №7.

Тема: Модели безопасного поведения при пожаре.

Порядок использования огнетушителя.

Цель: охарактеризовать риски пожара в общественном месте; сформировать модели безопасного поведения при пожаре в общественном месте; изучить правила эксплуатации огнетушителей.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию и выполните задания.

Методика проведения оценки пожарного риска.

Применяется специалистами в программе оценки противопожарной системы, где производится расчет допустимого пожарного риска. Часто огонь возникает случайно, но имеет некоторые закономерности. Составляются специальные графики, где учитываются данные:

- техногенных, социальных, прочих групп;
- динамика роста возмущений в населенных пунктах в течение одного календарного года;
- численность погибших в зависимости от времени обращения в пожарную часть;

- количество виновных, умерших в результате пожара.
Путем расчета рисков эксперты определяют величину мер по предотвращению опасностей. Оценка пожарных рисков позволяет осуществлять разработку программ по профилактическим мероприятиям, а также усилиям, обеспечивающим быстрое реагирование.

Расчетное время эвакуации

При возникновении пожара важен правильный расчет периода, за который можно провести эвакуацию без жертв. Он определяется в зависимости от:

1. протяженности путей;
2. количества человек, которые одновременно могут находиться внутри;
3. числа и пропускной способности дверей, лестниц;
4. установлена ли противопожарная система оповещения;
5. количества персонала на предприятии, способного приводить пострадавших в адекватное состояние, оказывать первую медицинскую помощь;
6. профилактических мер, выполняемых регулярно;
7. типа строения;
8. человеческого фактора (испуг, стресс, физические ограничения, алкогольное опьянение, паника и т.д.).

Построение полей опасных факторов пожара

Разрабатываются планы, меры по предотвращению трагедии. Они заключаются в составлении схем движения при эвакуации и в определении категории помещения с учетом рисков пожарной опасности. Для создания документов выполняются следующие действия:

1. определяются источники опасности;
2. определение факторов, которые могут служить пожарным риском;
3. расчет радиуса распространения каждого аспекта;
4. определении территорий, действие на которые оказывает несколько опасных показателей;
5. составляются схемы-планы.

Правила пользования огнетушителем (сайт ГУ МЧС Иркутской области)

Огнетушитель - это техническое устройство, предназначенное для тушения пожаров в начальной стадии их возникновения. Каждый человек должен знать, как устроен, как действует огнетушитель, и уметь обращаться с ним. В начальной стадии пожара огнетушитель может спасти жизнь и имущество, когда требуется потушить небольшое возгорание или удержать распространение пожара до прибытия пожарных. Однако они бесполезны при тушении большого огня.

- Приобретите огнетушитель, которым Вы сможете потушить пожар в момент его возникновения.

- Огнетушитель должен быть такого веса, чтобы члены семьи могли им воспользоваться.

Требования безопасности при эксплуатации огнетушителей

Применение огнетушителей должно осуществляться согласно рекомендациям, изложенным в паспортах предприятий-изготовителей и указаниям о действиях во время применения огнетушителей, нанесенным на их этикетках.

Ход выполнения.

Задание 1: Запишите в тетрадь - какие факторы учитывают при расчете времени эвакуации при пожаре.

Задание 2: Внимательно посмотрите видеосюжет «Пожар во Владивостоке» и проанализируйте всевозможные виды опасностей пожара в общественном месте (ожоги, отравление угарным газом, гибель..... *дополните перечень и запишите в тетрадь*).

Какие ошибки в поведении допущены пострадавшими – запишите в тетрадь.

Задание 3: запишите в тетради правила эксплуатации порошкового и углекислотного огнетушителя и запреты для использования порошкового и углекислотного огнетушителя.

Задание 4: сформулируйте и запишите в тетрадь модели поведения при пожаре в общественном месте.

Задание 5: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №8.

Тема: Отработка правил поведения при чрезвычайной ситуации природного характера.

Цель: охарактеризовать все возможные ЧС природного характера Иркутской области, сформировать правила безопасного поведения при различных ЧС и отработать порядок действий при землетрясении.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию и выполните задания.

1. Географическая характеристика Иркутской области:

Площадь – около 768 тыс. кв. км., Протяженность: с запада на восток – 1500 км., с юга на север – 1400 км., Протяженность границ – 7240 км.

Климат – резкоконтинентальный (зона антициклона).

Среднегодовая температура: на юге области – 0°; на севере области -8°С.

Ветровой режим: Приангарье (У-Илимский, Нижнеилимский, Чунский, Братский, У-Удинский р-ны) и Присаянье (Иркутский, Ангарский, Шелеховский, Черемховский, Зиминский, Тулунский р-ны), среднегодовая скорость ветра 2-3 м/сек.

Верхотенские, северные районы: среднегодовая скорость ветра 1-2 м/сек.

2. Чрезвычайная ситуация природного характера – обстановка на определенной территории или акватории, сложившаяся в результате возникновения источника природной чрезвычайной ситуации, который может повлечь или повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей и (или) окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности (ГОСТ Р 22.03-95).

ЧС Иркутской области:

1. паводки и летние наводнения – 34%;
2. землетрясения свыше 3-х баллов- 8%;
3. штормовые ветры и ураганы – 19%;
4. длительные периоды низких и высоких температур воздуха – 18%;
5. крупные лесные пожары или пожары, угрожающие населенным пунктам – 21%.

Ход выполнения.

Задание 1: Запишите в тетрадь - какие ЧС природного характера присущи Иркутской области.

Задание 2: Запишите в тетрадь возможные опасности землетрясения и правила поведения при внезапном землетрясении и после него.

Задание 3: запишите в тетради возможные опасности урагана и правила поведения при внезапном урагане и после него.

Задание 4: запишите в тетради правила поведения при оползнях, лавинах, наводнениях, природных пожарах.

Задание 5: продемонстрируйте порядок действий при внезапном землетрясении, если вы находитесь в колледже на уроке и обоснуйте свои действия.

Задание 6: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №9.

Тема: Отработка правил поведения при чрезвычайной ситуации техногенного характера.

Цель: охарактеризовать все возможные ЧС техногенного характера Иркутской области, сформировать правила безопасного поведения при различных ЧС и отработать порядок действий при аварии на РОО в Иркутской области.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию и выполните задания.

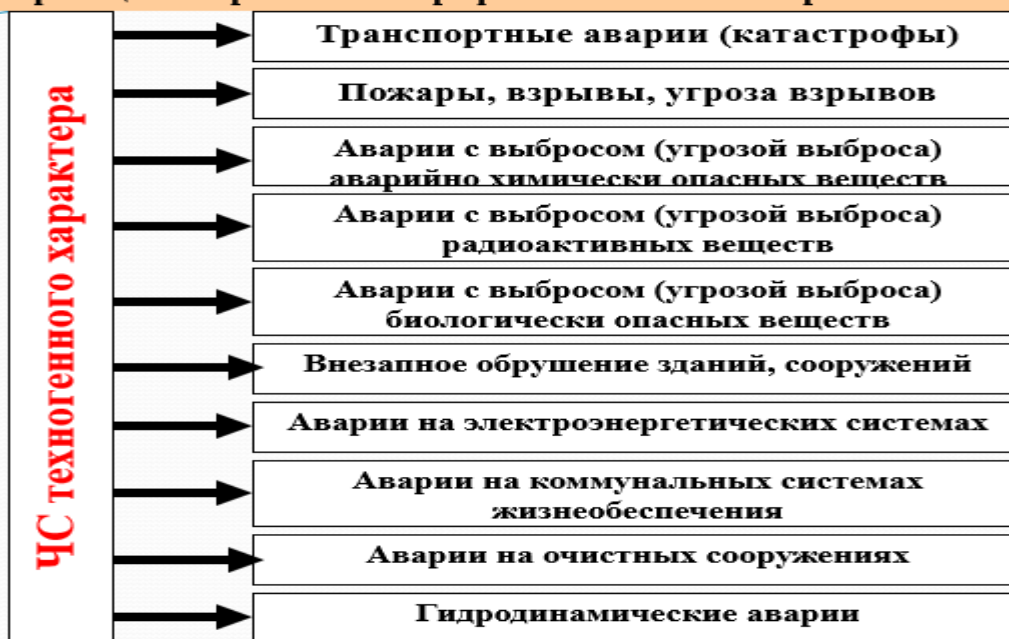
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

На территории области функционирует множество потенциально-опасных объектов.

АВАРИЯ- опасное техногенное происшествие, создающее на объекте, определенной территории или акватории угрозу жизни и здоровью людей и приводящее к разрушению зданий, сооружений, оборудования и транспортных средств, нарушению производственного или транспортного процесса, а также нанесению ущерба окружающей среде.

КАТАСТРОФА - крупную аварию, повлекшую за собой человеческие жертвы, значительный материальный ущерб и другие тяжелые последствия.

Классификация аварий и катастроф в зависимости от причин возникновения



Ход выполнения.

Задание 1: Запишите в тетрадь - какие потенциально опасные производственные объекты расположены на территории Иркутской области:

- Радиационно опасные –
- Химически опасные –
- Пожароопасные –
- Взрывоопасные –
- Биологически опасные –
- Гидродинамически опасные –
- Продуктопроводы –

Задание 2: Запишите в тетрадь возможные опасности землетрясения и правила поведения при внезапном землетрясении и после него.

Задание 3: запишите в тетради классификацию аварий и катастроф по причинам возникновения.

Задание 4: запишите в тетради правила поведения при аварии на радиационно-опасном объекте.

Задание 5: посмотрите видеофильм и запишите в тетради правила поведения при аварии на химически опасном объекте.

Задание 6: запишите в тетради – какие мероприятия по предупреждению и ликвидации ЧС техногенного характера в Иркутской области.

Задание 7: продемонстрируйте порядок действий при внезапном получении сообщения о радиационной аварии в Иркутской области.

Задание 8: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №10.

Тема: Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии

Цель: отработать порядок действий в условиях вынужденной природной автономии.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию и выполните задания.

1) В международной практике используется система СИГНАЛОВ СПАСЕНИЯ, которые необходимо создать из подручных материалов так, чтобы их было заметно спасателям (выложить из веток, камней и т.д.)

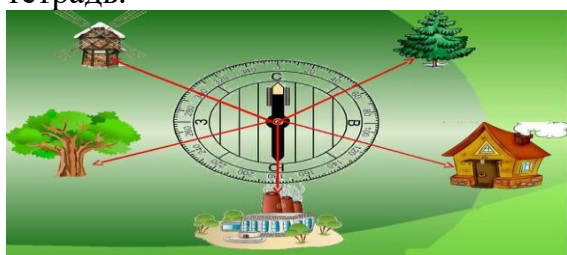
I "Нужен врач"	II "Нужны медикаменты"	X "Неспособны двигаться"	F "Нужны пища и вода"	V "Требуется оружие и боеприпасы"
□ "Требуется карта и компас"	! "Нужны сигнальная лампа с батареей и радиостанцией"	K "Укажите направление следования"	↑ "Я двигаюсь в этом направлении"	D "Попытаемся взлететь"
H "Судно серьезно повреждено"	Δ "Здесь можно безопасно совершить посадку"	L "Требуется топливо и масло"	LL "Все в порядке"	N "Нет или отрицательно"
Y "Да или положительно"	JL "Не понял"	W "Требуется механик"	LLL "Операции закончены"	NN "Ничего не обнаружено, продолжаем поиски"
→→ "Получены сведения, что воздушное судно находится в этом направлении"	LL "Мы нашли всех людей"	≡ "Мы нашли только несколько человек"	XX "Мы не в состоянии продолжать, возвращаемся на базу"	⚡ "Разделились на две группы, каждая следует в указанном направлении"

Ход выполнения.

Задание 1: Запишите в тетрадь знаки спасения и укажите рядом их обозначения для следующих ситуаций: 1.Нужен врач, 2.место для посадки, 3.следую в этом направлении, 4.укажите направление следования, 5.требуется карта и компас, 6.нужны пища и вода, 7.не могу двигаться дальше, 8.нужны медикаменты, 9.да, 10.нет, 11.все в порядке.

Задание 2: сделайте расчет времени суток по компасу (если погода пасмурная, солнце расположено в левом верхнем углу учебной доски).

Задание 3: укажите азимут каждого объекта, изображенного на картинке и запишите в тетрадь.



Задание 4: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №11.

**Тема: Изучение модели функционирования РСЧС и ГО.
Единая государственная система предупреждения и ликвидации
чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
Структура и органы управления гражданской обороной.**

Цель: охарактеризовать модель функционирования РСЧС и структуру Гражданской обороны.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию и выполните задания.

1.Единая Государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)- это совокупность федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти субъектов РФ, органов местного самоуправления, предприятий, учреждений и организаций, общественных объединений, необходимых сил и средств, обеспечивающих выполнение мероприятий в области предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного характера.

Ход выполнения.

Задание 1: Запишите в тетрадь ответы на следующие вопросы:

- 1.Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) – это.....
- 2.История ее создания РСЧС (перечислите и опишите этапы),
3. Предназначение РСЧС.
4. Структура РСЧС.
5. Задачи РСЧС.
6. Режимы функционирования РСЧС – перечислить и охарактеризовать.
- 7.Гражданская оборона – запишите определение.
8. Задачи Гражданской обороны..
- 9.Структура и органы управления гражданской обороной.
- 10.Перечислите задачи региональных и территориальных центров мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций.

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

Практическое занятие №12.

Тема: Изучение видов, характеристик и поражающих факторов оружия массового поражения.

Цель: охарактеризовать виды и поражающие факторы ядерного, химического, биологического оружия, выявить способы защиты населения.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию и выполните задания.

Современные средства поражения.

Оружие - общее название устройств и средств, применяемых в вооруженной борьбе для уничтожения живой силы противника, его техники и сооружений, а также для разрушительного воздействия на среду обитания человека.

Вооружение - комплекс различных видов оружия и средств, обеспечивающих его применение, составная часть военной техники. Оно включает оружие (боеприпасы и средства доставки их к цели), системы его пуска, устройства обнаружения, целеуказания, наведения, управления и другие технические средства, которыми оснащаются подразделения, части, и соединения различных видов и родов вооруженных сил.

1. Обычное оружие.

Обычное оружие составляют все огневые и ударные средства, применяющие артиллерийские, зенитные, авиационные, стрелковые и инженерные боеприпасы и ракеты в обычном снаряжении, зажигательные БП и огнесмеси. Оно применяется для поражения живой силы и техники противника, разрушения и уничтожения различных объектов.

Боеприпасы объемного взрыва (БОВ) по своей мощности занимают промежуточное положение между ядерными боеприпасами малой мощности и обычными (фугасными) боеприпасами. Избыточное давление во фронте ударной волны БОВ даже на удалении 100 м от центра взрыва может достигать 1 кгс/см² (зона сильных разрушений).

2. Оружие массового поражения.

Оружие массового поражения (ОМП) – оружие большой поражающей способности, предназначенное для нанесения массовых потерь и разрушений. К ОМП относят **ядерное, химическое и биологическое оружие.**

Ядерное оружие (ЯО). Его поражающее действие обусловлено энергией, выделяющейся при ядерных реакциях деления или синтеза. Это оружие включает различные ядерные боеприпасы, средства управления ими и доставки к цели. Разновидностью ядерного оружия является **нейтронное оружие**, которое характеризуется повышенной радиацией. В мире взорвано 2047 атомных бомб.

Химическое оружие (ХО) - боевые средства, поражающее действие которых основано на использовании токсических свойств **отравляющих веществ (ОВ)**, способных наносить массовое поражение живой силе в короткие сроки и на больших площадях, при этом материальные ценности не уничтожаются.

Биологическое оружие (БО) – боевые средства, действие которых основано на использовании болезнетворных свойств микроорганизмов, способных вызывать различные массовые заболевания людей, животных и растений.

Этническое оружие – разновидность химического и биологического оружия, действие которого направлено на избирательное поражение отдельных этнических и расовых групп людей путем целенаправленного химического или биологического воздействия на клетки, ткани, органы и системы организма человека, обладающие внутривидовыми наследственными особенностями. При разработке и создании этнического оружия учитывались природные особенности населения отдельных регионов Земного шара, которые по-разному переносят различные заболевания, т.е. учитывается их иммунитет к болезням. В качестве этнического оружия могут использоваться химические вещества, воздействующие на гены человека и их мутацию, что в итоге ведет к гибели целых этнических групп и народов. Объектами воздействия этнического оружия могут быть также животные, растения, микрофлора почвы, специфичные для определенного района Земли и составляющие важное условие существования людей в данном районе.

Совершенно ясно, что и химическое и биологическое оружие являются чрезвычайно опасными в экологическом отношении. Эта опасность усугубляется тем, что на современном этапе развития науки могут создаваться вещества, весьма разнообразные по своему избирательному воздействию на различные виды живых организмов.

Ход выполнения.

Задание 1: изучите лекционный материал, внимательно посмотрите видеофильмы и письменно в тетради ответьте на вопросы:

1. Дайте определение понятиям «обычное оружие», «оружие массового поражения».
2. Охарактеризуйте ядерное оружие, запишите и охарактеризуйте 5 поражающих факторов ядерного оружия. Запишите способы защиты населения.
4. Охарактеризуйте химическое оружие и виды ХОВ по физиологическому воздействию на организм человека. Запишите способы защиты населения
5. Охарактеризуйте биологическое оружие и виды микроорганизмов, используемых для инфицирования населения. Запишите способы защиты населения
6. Сформируйте схему классификации видов защитных сооружений для населения.

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

Итог работы: студент представляет на проверку письменную отчетную работу.

Практическое занятие №13.

Тема: Изучение средств индивидуальной защиты

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

Оборудование: раздаточный материал, противогаз ГП-5.

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.

Фильтрующие противогазы являются основным средством индивидуальной защиты органов дыхания. Принцип их защитного действия основан на предварительном очищении (фильтрации) вдыхаемого человеком воздуха от различных вредных примесей.

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.

Задание 4: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №14.

Тема: Изучение организационной структуры ВС РФ.

Цель: изучить организационную структуру ВС РФ.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию раздаточного материала и выполните задания письменно в тетради.

Система управления национальной обороной России

1. **Президент Российской Федерации - Верховный Главнокомандующий Вооружёнными Силами РФ**, определяет основные направления военной политики российского государства, в том числе утверждает концепцию и планы строительства и развития Вооруженных сил
2. **Федеральное собрание РФ:** принимает законы в области обороны страны, рассматривает расходы на оборону.
3. **Правительство РФ:** осуществляет меры по обеспечению обороны страны.
4. **Министр обороны:**
5. - **Министерство обороны РФ:** осуществляет государственное управление в области обороны.
6. - **Генеральный штаб ВС РФ:** разрабатывает оперативные планы применения ВС РФ, осуществляет управление ВС РФ по выполнению задач в области обороны.

6.1. Главкоматы видов ВС РФ

6.2. Командования родов войск ВС РФ

6.3. Командование тыла ВС РФ

В Российской Федерации с 1 декабря 2010 г. согласно Указу Президента РФ от 20 сентября 2010 г. № 144 «О военно-административном делении Российской Федерации» **было создано 4 военных округа:**

1. Западный (штаб – г. Санкт-Петербург)
2. Южный (штаб – г. Ростов-на-Дону)
3. Центральный (штаб – г. Екатеринбург)
4. Восточный (штаб – г. Хабаровск)

В соответствии с Указом Президента РФ от 5 июня 2020 г. № 374 устанавливается с 1 января 2021 г. следующее военно-административное деление Российской Федерации: Западный военный округ, Южный военный округ, Центральный военный округ, Восточный военный округ, Северный флот (штаб – г. Североморск)

3. Состав Вооруженных сил РФ

Виды Вооруженных сил РФ	Рода Вооруженных сил РФ
Сухопутные войска (СВ)	Ракетные войска стратегического назначения

	(РВСН)
Воздушно-космические силы (ВКС)	Воздушно-десантные войска (ВДВ)
Военно-морской флот (ВМФ)	Войска радиоэлектронной борьбы (РЭБ)
Тыл ВС РФ	

- **Вид Вооружённых Сил** - часть Вооружённых Сил государства, предназначенная для ведения военных действий в определённой сфере
- **Род войск** - составная часть Вооружённых Сил, включающая воинские формирования, которые имеют свойственные только им основные виды оружия и военную технику, а также владеют методами их боевого применения

Ход выполнения.

Задание 1: изучите раздаточный материал и письменно в тетради ответьте на вопросы:

1. Что называется видом ВС?
2. Дайте определение понятию «род войск».
3. Перечислите и охарактеризуйте все рода и структурные подразделения каждого вида ВС РФ (Сухопутных войск, ВКС и ВМФ).
4. Перечислите самостоятельные рода войск ВС РФ.
5. Перечислите военные округа ВС РФ.
6. Перечислите задачи тыловых войск ВС РФ.
7. Перечислите новые виды военной техники, разработанные и внедренные в процессе военной реформы ВС РФ.

Задание 2: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №15.

Тема: Изучение нормативных документов о воинской обязанности в РФ.

Цель: изучить нормативные документы о воинской обязанности в РФ.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию раздаточного материала и выполните задания письменно в тетради.

Основные нормативные документы: Конституция РФ, Федеральный закон РФ «О воинской обязанности и военной службе», постановлением Правительства РФ от 31 декабря 1999 г. № 1441.

Воинская обязанность – это установленный законом долг граждан нести службу в рядах Вооруженных Сил и выполнять другие обязанности, связанные с обороной страны.

Содержание воинской обязанности граждан Российской Федерации определено Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе».

Воинская обязанность предусматривает:

- воинский учет;
- обязательную подготовку к военной службе;
- призыв на военную службу;
- прохождение военной службы по призыву;
- пребывание в запасе;
- призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

В период мобилизации, в период военного положения и в военное время воинская обязанность определяется соответствующими законами и нормативными правовыми актами Российской Федерации и предусматривает:

- призыв на военную службу по мобилизации, в период военного положения и в военное время;
- прохождение военной службы в период мобилизации, в период военного положения и в военное время.

Мобилизация – комплекс мероприятий по переводу на военное положение Вооруженных Сил, экономики государства и органов государственной власти страны.

Военное положение – особый правовой режим в стране или отдельной ее части, устанавливаемый решением высшего органа власти при исключительных обстоятельствах, выражается в расширении полномочий военных властей, возложении на граждан ряда дополнительных обязанностей и определенных ограничений.

Военное время – период фактического нахождения государства в состоянии войны. Характеризуется существенными изменениями во всех сферах жизни государства и межгосударственных отношений, введением законов военного времени.

В соответствии с Федеральным законом «Об обороне» Президент Российской Федерации, являясь Верховным Главнокомандующим Вооруженными Силами РФ, в случае агрессии или непосредственной угрозы агрессии против Российской Федерации, возникновения вооруженных конфликтов, направленных против РФ, объявляет общую или частичную мобилизацию, вводит на территории страны или в отдельных ее местностях военное положение, отдает приказ о ведении военных действий.

Воинский учет – это составная часть воинской обязанности граждан. Воинскому учету подлежат все граждане мужского пола, достигшие призывного возраста, а также военнообязанные по месту жительства.

Не обязаны состоять на воинском учете граждане:

- освобожденные от исполнения воинских обязанностей в соответствии с Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе»;
- проходящие военную службу или альтернативную гражданскую службу;
- отбывающие наказание в виде лишения свободы;
- женского пола, не имеющие военно-учетной специальности (*военно-учетная специальность* – категория воинского учета, указывающая военную специальность, полученную при окончании определенного образовательного учреждения);
- постоянно проживающие за пределами Российской Федерации.

Цель воинского учета: Воинский учет позволяет определить возможности государства по обеспечению комплектования Вооруженных Сил личным составом.

Ход выполнения.

Задание 1: изучите раздаточный материал, посмотрите внимательно видеофильм и письменно в тетради ответьте на вопросы:

1. Какие нормативные документы регламентируют воинскую обязанность в РФ?
2. Что называется воинской обязанностью?
3. Из каких элементов состоит воинская обязанность (что предусматривает)?
4. Дайте определение понятию «воинский учет», какова его цель.
5. Охарактеризуйте понятия «мобилизация», «военное положение», «военное время».
6. Какие категории граждан не обязаны состоять на воинском учете?
7. Какая структура осуществляет воинский учет?
8. Перечислите обязанности граждан по воинскому учету.
9. Что включает в себя обязательная подготовка граждан к военной службе?
10. Перечислите категории годности к военной службе.
11. Что включает в себя профессиональный психологический отбор?

Задание 2: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Практическое занятие №16.

Тема: Изучение нормативных документов о призыве на военную службу в РФ, об альтернативной гражданской службе, о службе по контракту.

Цель: изучить нормативные документы о призыве на военную службу в РФ, об альтернативной гражданской службе, о службе по контракту.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию раздаточного материала и выполните задания письменно в тетради.

Основные нормативные документы:

1. Федеральный закон от 28.03.1998 N 53-ФЗ (ред. от 14.04.2023) "О воинской обязанности и военной службе",
2. Федеральный закон "Об альтернативной гражданской службе" от 25.07.2002 N 113-ФЗ.

Призыв на военную службу организует глава органа местного самоуправления совместно с военным комиссаром и осуществляет призывная комиссия, которая создается в каждом районе, городе без районного деления, ином муниципальном образовании решением главы органа местного самоуправления. **Призыв на военную службу** граждан, не пребывающих в запасе, включает:

- явку на медицинское освидетельствование и заседание призывной комиссии;
- явку в военный комиссариат для отправки к месту прохождения военной службы;
- нахождение в военном комиссариате до отправки к месту прохождения военной службы.

На мероприятия, связанные с призывом на военную службу, граждане вызываются **повестками военного комиссариата**.

Для проведения призыва на военную службу в каждом районе или городе **создается призывная комиссия. допризывную комиссию возлагаются обязанности по организации медицинского освидетельствования призывников в соответствии с Положением о военно-врачебной экспертизе, утвержденным Постановлением Правительства РФ № 390 от 20 апреля 1995 г.. и принятию в отношении их одного из следующих решений:**

- о призыве на военную службу;
- о направлении на альтернативную гражданскую службу;
- о предоставлении отсрочки от призыва на военную службу;
- об освобождении от призыва на военную службу;
- о зачислении в запас;
- об освобождении от исполнения воинской обязанности.

В случае уклонения граждан от призыва комиссия или военный комиссар направляют соответствующие материалы прокурору по месту жительства указанных граждан. **Комиссия определяет вид и род войск**, в которых граждане будут проходить военную службу. Призывная комиссия организует также

медицинское освидетельствование граждан, изъявивших желание поступить в военные образовательные учреждения, и принимает решение о направлении их для сдачи конкурсных вступительных экзаменов или об отказе в таком направлении. Решение призывной комиссии может быть обжаловано.

Альтернативная гражданская служба – особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства, осуществляемой гражданами взамен военной службы по призыву (ст. 1 Федерального закона от 25 июля 2002 г. № 113 "Об альтернативной гражданской службе").

Контрактная служба: Федеральный закон от 28.03.1998 N 53-ФЗ (ред. от 14.04.2023) "О воинской обязанности и военной службе", статья 34.

Заключение контракта о прохождении военной службы

1. Контракт о прохождении военной службы вправе заключать:

военнослужащие, у которых заканчивается предыдущий контракт о прохождении военной службы;

военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, а также граждане, не пребывающие в запасе и поступающие на военную службу в Вооруженные Силы Российской Федерации, войска национальной гвардии Российской Федерации, спасательные воинские формирования федерального органа исполнительной власти, уполномоченного на решение задач в области гражданской обороны, Службу внешней разведки Российской Федерации, органы федеральной службы безопасности и органы государственной охраны;

граждане, пребывающие в запасе;

граждане женского пола, не пребывающие в запасе;

другие граждане в соответствии с нормативными правовыми актами Президента Российской Федерации.

Граждане, поступившие в военные профессиональные образовательные организации или военные образовательные организации высшего образования, заключают контракт о прохождении военной службы.

Контракт о прохождении военной службы также вправе заключать иностранные граждане, законно находящиеся на территории Российской Федерации. Указанные иностранные граждане могут воспользоваться своим правом на заключение контракта о прохождении военной службы только один раз.

2. Первый контракт о прохождении военной службы вправе заключать граждане (иностранные граждане) в возрасте с 18 лет.

3. Отбор кандидатов для поступления на военную службу по контракту, за исключением кандидатов для поступления на военную службу по контракту в Вооруженные Силы Российской Федерации на воинские должности, подлежащие замещению солдатами, матросами, сержантами, старшинами, прапорщиками и

мичманами, из числа граждан, не находящихся на военной службе, и иностранных граждан осуществляется военными комиссариатами.

Отбор кандидатов для поступления на военную службу по контракту в войска национальной гвардии Российской Федерации, спасательные воинские формирования федерального органа исполнительной власти, уполномоченного на решение задач в области гражданской обороны, и в органы, указанные в [пункте 1 статьи 2](#) настоящего Федерального закона, из числа граждан, не находящихся на военной службе, осуществляется также войсками национальной гвардии Российской Федерации, указанными воинскими формированиями и органами в порядке, установленном нормативными правовыми актами Российской Федерации.

Ход выполнения.

Задание 1: изучите раздаточный материал, посмотрите внимательно видеофильм и письменно в тетради ответьте на вопросы:

1. Какие нормативные документы регламентируют воинскую обязанность в РФ?
2. Какие этапы включает в себя призыв на военную службу граждан, не пребывающих в запасе?
3. Охарактеризуйте виды ответственности граждан по вопросам призыва.
4. Какие категории граждан освобождаются от призыва на военную службу?
5. Что называется «альтернативной гражданской службой?»
6. Какие категории граждан имеют право на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой?
7. Какие категории граждан вправе заключать Контракт о прохождении военной службы и с какого возраста?
8. Что включает в себя караульная служба?

Задание 2: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Итог работы: студент представляет на проверку письменную отчетную работу.

Практическое занятие №17.

Тема: Изучение нормативных документов о воинской дисциплине и ответственности. Как стать офицером Российской армии.

Цель: изучить нормативные документы о воинской дисциплине и ответственности, о критериях офицерского состава ВС РФ.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: внимательно изучите информацию раздаточного материала и выполните задания письменно в тетради.

Основные нормативные документы:

1. [Федеральный закон от 28.03.1998 N 53-ФЗ \(ред. от 14.04.2023\) "О воинской обязанности и военной службе"](#),

2. Указ Президента РФ от 10.11.2007 N 1495 (ред. от 31.07.2022) "Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации" (вместе с "Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации", "Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации", "Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации")

Воинская дисциплина есть строгое и точное соблюдение всеми военнослужащими порядка и правил, установленных федеральными конституционными законами, федеральными законами, общевоинскими уставами Вооруженных Сил Российской Федерации (далее - общевоинские уставы), иными нормативными правовыми актами Российской Федерации и приказами (приказаниями) командиров (начальников).

Воинская дисциплина основывается на осознании каждым военнослужащим воинского долга и личной ответственности за защиту Российской Федерации. Она строится на правовой основе, уважении чести и достоинства военнослужащих.

Основным методом воспитания у военнослужащих дисциплинированности является убеждение. Однако это не исключает возможности применения мер принуждения к тем, кто недобросовестно относится к выполнению своего воинского долга.

Воинская дисциплина обязывает каждого военнослужащего:

быть верным Военной присяге (обязательству), строго соблюдать [Конституцию](#) Российской Федерации, законы Российской Федерации и требования общевоинских уставов;

выполнять свой воинский долг умело и мужественно, добросовестно изучать военное дело, беречь государственное и военное имущество;

беспрекословно выполнять поставленные задачи в любых условиях, в том числе с риском для жизни, стойко переносить трудности военной службы;

быть бдительным, строго хранить государственную тайну;

поддерживать определенные общевоинскими уставами правила взаимоотношений между военнослужащими, крепить войсковое товарищество;

оказывать уважение командирам (начальникам) и друг другу, соблюдать правила воинского приветствия и воинской вежливости;

вести себя с достоинством в общественных местах, не допускать самому и удерживать других от недостойных поступков, содействовать защите чести и достоинства граждан;

соблюдать нормы международного гуманитарного права в соответствии с [Конституцией](#) Российской Федерации.

Как стать офицером Российской армии....

Офицерский состав- это административно-правовая категория лиц, имеющих военную и военно-специальную подготовку (образование и персонально присвоенное офицерское звание). Офицерский состав — это становой хребет любой армии, главный организатор и непосредственный исполнитель задач в области военного строительства, обеспечения обороны и безопасности страны. Именно на офицерском составе, его выдержке, стойкости, самоотверженности, профессионализме, преданности Отечеству держалась во все времена боеспособность Вооруженных сил.

Ход выполнения.

Задание 1: изучите раздаточный материал, посмотрите внимательно видеофильм и письменно в тетради ответьте на вопросы:

1. Какие нормативные документы регламентируют воинскую дисциплины и ответственность в ВС РФ?
2. Что называется «воинской дисциплиной»?
3. На чем основывается воинская дисциплина?
4. К чему обязывает воинская дисциплина каждого военнослужащего?
5. Какими методами достигается воинская дисциплина?
6. Какие виды военных образовательных учреждений осуществляют подготовку будущих офицеров российской армии?
7. Каковы правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования?
8. Каковы правила заключения контракта с военнослужащими, обучающимися в военных вузах?
9. Какие категории граждан имеют льготы для поступления в военные образовательные учреждения?
10. Как организуется учебный процесс в военных образовательных учреждениях профессионального образования?

Задание 2: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

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

Итог работы: студент представляет на проверку письменную отчетную работу.

Практическое занятие №18.

Тема Знакомство с повседневным бытом военнослужащих.

Экскурсия в воинскую часть.

Цель: ознакомиться с повседневным бытом военнослужащих и с условиями их жизнедеятельности в воинской части.

Оборудование: предметы быта военнослужащих воинской части.

Методические указания:

1. Внимательно изучите по охране труда и ТБ при посещении воинской части.
2. Ознакомьтесь с повседневным бытом военнослужащих и с условиями их жизнедеятельности в воинской части.
3. Подготовьте и задайте интересующие вас вопросы о повседневном быте военнослужащих экскурсоводу.

Ход выполнения: экскурсионное ознакомление.

Форма отчета: фронтальная беседа с обучающимися.

Практическое занятие №19. **Тема: Строевая подготовка.**

Цель: ознакомиться с элементами строевой подготовки военнослужащих и отработать прием строевой подготовки.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания:

Строй и управление ими (Элемент Строевого Устава ВС РФ).

1. **Строй** — установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

2. **Шеренга** — строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах.

Линия машин — строй, в котором машины размещены одна возле другой на одной линии.

3. **Фланг** — правая (левая) оконечность строя. При поворотах строя названия флангов не изменяются.

4. **Фронт** — сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом (машины — лобовой частью).

5. **Тыльная сторона строя** — сторона, противоположная фронту.

Ход выполнения: экскурсионное ознакомление.

Задание 1: запишите в тетради определения понятий: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя, двухшереножный строй, колонна, развернутый строй, походный строй;

Задание 2: запишите в тетради какие команды подаются при походном шаге и какие действия военнослужащего должны быть произведены при этом.

Задание 3: отработайте строевой прием «Строевая стойка».

Задание 4: запишите вывод о проделанной работе.

Форма отчета: студент представляет на проверку письменную отчетную работу и демонстрирует строевой прием.

Практическое занятие №20.

Тема: Огневая подготовка. Порядок неполной разборки и сборки ММГ АК-74.

Цель: изучить порядок неполной разборки и сборки ММГ АК-74.

Оборудование: раздаточный материал, макет ММГ АК-74.

Методические указания:

Тактико-техническая характеристика АК-74.

5,45-мм автомат Калашникова АК-74

Калибр – 5,45мм (патрон 5,45х39)

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	5,45х39 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. **Отделить 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 патрубком 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: запишите в тетрадь тактико-технические характеристики АК-74.

Задание 2: запишите порядок неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

Задание 3: ознакомьтесь с инструкцией по ТБ по обращению с оружием.

Задание 4: внимательно посмотрите видеофильм о порядке неполной разборки и сборки после неполной разборки АК-74.

Задание 5: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

Форма отчета: студент представляет на проверку письменную отчетную работу с готовностью обосновать ответы.

Практическое занятие №21.

Тема: Огневая подготовка. Порядок неполной разборки и сборки ММГ АК-74.

Цель: отработать порядок неполной разборки и сборки ММГ АК-74.

Оборудование: раздаточный материал, макет ММГ АК-74.

Методические указания:

Ход выполнения.

Задание 1: перескажите правила ТБ по обращению со стрелковым оружием.

Задание 2: выполните неполную разборку АК-74.

Задание 3: выполните сборку после неполной разборки АК-74.

Задание 3: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

Форма отчета: студент демонстрирует техничность и правильность порядка неполной разборки АК-74 и сборки после неполной разборки автомата с названием всех его частей.

Практическое занятие №22.

Тема: Первая помощь при травмах (понятие и виды травм). Первая помощь при ранениях. Наложение повязок. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.

Цель: сформировать алгоритмы оказания первой помощи при травмах различных частей тела и при синдроме длительного сдавливания; научиться выполнять различные типы повязок.

Оборудование: раздаточный материал, бинт эластичный

Методические указания:

Основные нормативные документы:

1. Федеральный закон 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан РФ",
2. Уголовный кодекс РФ, статья 125. Оставление в опасности.

Травмы головы. Оказание первой помощи

Травма – повреждение целостности и функций тканей и органов в результате воздействия внешних факторов. Травмы бывают открытые и закрытые. Травма с повреждением кожных покровов и подкожных тканей и кровотечением называется **раной**.

Травмы головы являются одними из наиболее тяжелых повреждений, которые пострадавшие могут получить в результате происшествий. Очень часто они (особенно ранения волосистой части головы) сопровождаются значительным кровотечением, которое может угрожать жизни пострадавшего на месте происшествия.

Травмы головы часто сопровождаются нарушением функции головного мозга. Для черепно-мозговой травмы характерны бледность, общая слабость, сонливость, головная боль, головокружение и потеря сознания. Пострадавший может быть в сознании, но при этом не помнит обстоятельств травмы и событий, ей предшествующих. Более тяжелое повреждение мозга сопровождается длительной потерей сознания (кома), параличами конечностей. Переломы костей черепа могут сопровождаться, кроме того, следующими признаками: выделение бесцветной или кровянистой жидкости из ушей, носа; кровоподтеки вокруг глаз. Первая помощь при травме головы будет заключаться в вызове скорой медицинской помощи и контроле состояния пострадавшего, находящегося в сознании.

Травмы шеи, оказание первой помощи

Травмы шеи могут представлять непосредственную опасность для жизни в том случае, если имеется повреждение крупных сосудов, особенно сонных артерий. Для того, чтобы предупредить смерть пострадавшего, необходимо сразу после обнаружения артериального кровотечения произвести его остановку. Наиболее быстрым способом является пальцевое прижатие сонной артерии между раной и сердцем, производимое в указанной точке. При затруднениях с определением места надавливания, возможно использовать прямое давление на рану. При наличии венозного кровотечения для его остановки используется бинтовая давящая повязка.

Травмы груди, оказание первой помощи

При травмах груди часто отмечаются переломы и ушибы ребер, которые характеризуются припухлостью в месте перелома, резкой болью, усиливающейся при дыхании и изменении положения тела пострадавшего.

При переломах и ушибах ребер необходимо придать пострадавшему полусидячее положение и контролировать его состояние до прибытия скорой медицинской помощи.

Травмы живота и таза, основные проявления. Оказание первой помощи

Тупая травма живота может оставаться незамеченной, пока внутреннее кровотечение не вызовет резкого ухудшения состояния, при этом пострадавшие будут жаловаться на постоянную острую боль по всему животу, сухость во рту; может отмечаться тошнота, рвота; наблюдается доскообразное напряжение мышц живота; признаки кровопотери.

Травмы конечностей, оказание первой помощи

Травмы конечностей часто сопровождаются повреждением кровеносных сосудов, поэтому важно своевременно остановить обнаруженное кровотечение. Для этого применяются все способы: прямое давление на рану, наложение давящей повязки, наложение кровоостанавливающего жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, пальцевое прижатие артерии.

Травмы позвоночника, оказание первой помощи

Повреждение позвоночника – серьезный вид травм. При ударе сзади или наезде на препятствие (в т.ч. и при лобовом столкновении) может возникнуть так называемая «хлыстовая» травма, приводящая к повреждению шейных позвонков вследствие резкого разгибания или резкого сгибания шеи.

При этом даже незначительное смещение поврежденных шейных позвонков может привести к тяжелым последствиям, вплоть до летального исхода. Вывихи и переломы шейных позвонков проявляются резкой болью в области шеи. Пострадавший может поддерживать голову руками, мышцы шеи будут напряжены.

Правила наложения повязок.

Повязка – это перевязочный материал, закрепленный на ране с целью остановки кровотечения или предотвращения инфицирования или фиксирующего действия.

Медицинские повязки применяют для достижения следующих целей:

- закрепление и удержание на ране лечебных компонентов;
- защита раны от воздействия окружающей среды и инфицирования;
- иммобилизация места перелома или вывиха;
- создание давления на внутренние органы, остановка кровотечения.

Ход выполнения.

Задание 1: изучите раздаточный материал, посмотрите внимательно видеофильмы и письменно в тетради ответьте на вопросы:

1. Запишите в тетради - что называется «травмой», «раной», «повязкой»?
2. Опишите алгоритм первой помощи при травме головы?
3. Опишите алгоритм первой помощи при травме шеи?
4. Опишите алгоритм первой помощи при травме груди?
5. Опишите алгоритм первой помощи при травме живота?
6. Опишите алгоритм первой помощи при травме таза?
7. Опишите алгоритм первой помощи при травме конечностей?
8. Опишите алгоритм первой помощи при травме позвоночника?

9. Запишите в тетради виды повязок.

10. Запишите в тетради правила наложения повязок.

11. Внимательно посмотрите видеофильм и запишите алгоритм первой помощи при синдроме длительного сдавливания.

Задание 2: посмотрите внимательно видеофильмы и выполните на соседе по парте повязки:

А) черепашью сходящуюся при травме локтевого сустава;

Б) «варежку» при травме кисти руки;

В) повязку за затылок при травме затылка или задней части шеи.

Задание 3: сформулируйте вывод о проделанной работе (чему вы научились).

Форма отчета: письменная работа в тетради с готовностью обосновать свои ответы и демонстрацию техничности выполнения повязок.

Итог работы: студент представляет на проверку письменную отчетную работу.

Практическое занятие №22.

Тема: Первая помощь при наружных кровотечениях.

Первая помощь при ожогах.

Цель: ознакомиться с алгоритмом оказания первой помощи при наружных кровотечениях и при ожогах; отработать наложение давящей повязки.

Оборудование: раздаточный материал, бинт эластичный.

Методические указания:

Основным признаком внутреннего кровотечения является сочетание боли в месте травмы и признаков кровопотери:

- резкая общая слабость;
- чувство жажды;
- головокружение;
- мелькание мушек перед глазами;
- обморок, чаще при попытке встать;
- тошнота и рвота;
- бледная, влажная и холодная кожа;
- учащённый слабый пульс;
- частое дыхание;
- кровь в испражнениях;
- при возможности измерения артериального давления можно отметить его резкое снижение.

Способы временной остановки наружного кровотечения

В случае если пострадавший получил травму, человеку, оказывающему первую помощь, необходимо выполнить следующие мероприятия:

- обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи;
- убедиться в наличии признаков жизни у пострадавшего;

- провести обзорный осмотр для определения наличия кровотечения (при необходимости – выполнить подробный осмотр);
- определить вид кровотечения;
- выполнить остановку кровотечения наиболее подходящим способом или их комбинацией.

В настоящее время при оказании первой помощи используются следующие способы временной остановки кровотечения:

1. Прямое давление на рану.
2. Пальцевое прижатие артерии.
3. Максимальное сгибание конечности в суставе.
4. Наложение давящей повязки.
5. Наложение кровоостанавливающего жгута (табельного или импровизированного).

Тяжесть состояния обожженного зависит от следующих факторов:

- Длительность высокотемпературного воздействия;
- Местоположение на теле;
- Площади (обширности) ожога;
- Степени (глубины) проникновения ожога;
- Исходного состояния пострадавшего;
- Возраста пострадавшего (как правило, люди старше 60 лет, дети младше 5 лет гораздо хуже, чем остальные, переносят этот вид травмы) и состояния его здоровья.

Оказание помощи при различных видах ожогов практически одинаково.

Первая помощь при ожогах заключается в прекращении действия повреждающего агента (тушение), охлаждении обожженной части тела под струей холодной проточной воды (не менее 20 минут). Ожоговую поверхность следует закрыть не тугой повязкой, дать пострадавшему тёплое щелочное питье (1 чайная ложка соды на литр воды).

При оказании первой помощи в городских условиях, где есть скорая медицинская помощь, запрещается вскрывать ожоговые пузыри, убирать с пораженной поверхности части обгоревшей одежды, наносить на пораженные участки мази, жиры. В полевых условиях для предупреждения присоединения инфекции и обезболивания применяется спрей «Олазол» и спрей «Пантенол» и, в крайнем случае, 72%-е хозяйственное мыло.

Первая помощь при химических ожогах:

1. стряхните сухие химические вещества с кожи защищенной рукой (используйте перчатки, полотенца);
2. промойте ожог под струей холодной воды в течение не менее 20 минут или до прибытия скорой помощи;
3. попросите пострадавшего снять одежду, которая вступила в соприкосновение с химическим веществом;

4. не оставляйте глаза без внимания, при попадании в глаз – промойте.

Перегревание, оказание первой помощи

Перегревание (тепловой удар, гипертермия) развивается обычно при нарушениях теплоотдачи из организма вследствие длительного нахождения людей в условиях повышенной температуры окружающего воздуха (особенно в сочетании с высокой влажностью) – в автомобиле или помещении; при работе в защитном снаряжении, затрудняющем теплоотдачу.

Признаками перегревания являются повышенная температура тела, влажная бледная кожа, головная боль, тошнота и рвота, головокружение, слабость, потеря сознания, судороги, учащённое сердцебиение, учащённое поверхностное дыхание. В тяжелых случаях возможно развитие сердечного приступа, остановка дыхания и кровообращения.

При возникновении признаков перегревания, пострадавшего необходимо переместить в прохладное место, при наличии сознания дать выпить охлаждённой воды, расстегнуть или снять одежду, приложить к коже мокрые холодные компрессы в паховую область, в подмышечные впадины, в воротниковую зону, на лоб, в область сердца. Пострадавшему без признаков сознания следует придать устойчивое боковое положение.

Не следует допускать резкого охлаждения тела пострадавшего (например, помещать в ванну с ледяной водой). До приезда скорой медицинской помощи нужно контролировать состояние пострадавшего, быть готовым к началу сердечно-легочной реанимации.

Ход выполнения:

Задание 1: изучите методические указания и запишите в тетради виды кровотечений и их характеристики.

Задание 2: запишите в тетради все способы остановки кровотечений и опишите их, обязательно запишите правила наложения жгута..

Задание 3: внимательно посмотрите видеофильм по теме «Кровотечение», укажите ошибку в действиях медицинского работника.

Задание 4: отработайте на соседе по парте наложение давящей повязки при травме предплечья.

Задание 5: запишите в тетради порядок оказания первой помощи при ожогах.

Задание 6: запишите вывод о проделанной работе.

Форма отчета: студент представляет на проверку письменную отчетную работу и демонстрирует порядок наложения давящей повязки.

Практическое занятие №24.

Тема: Первая помощь при отморожении. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлении.

Цель: ознакомиться с алгоритмом оказания первой помощи при отморожениях, при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях..

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания:

Основные нормативные документы:

1. Федеральный закон 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан РФ",
2. Уголовный кодекс РФ, статья 125. Оставление в опасности.

Первая помощь при отморожении

- как можно скорее устранить контакт с холодом (укрыться в помещении, заменить мокрую одежду на сухую);
- постепенно согреваться сухим теплом (грелки с горячей водой, человеческое тело);
- на поражённую поверхность наложить специальную термоизолирующую повязку – вначале поражённый участок свободно бинтуют, затем укутывают толстым слоем ваты, поверх которой необходимо наложить слой полиэтилена, клеёнки и т.д; после чего вся эта конструкция заворачивается в шерстяную ткань (шарф, платок, одеяло);
- пострадавшему предложить выпить горячий сладкий чай;
- в тяжёлых случаях отморожения пострадавшего необходимо отправить в лечебное учреждение.

Инородные тела верхних дыхательных путей.

В соответствии с рекомендациями Европейского совета по реанимации и Национального совета по реанимации России, выделяют частичное или полное нарушение проходимости верхних дыхательных путей, вызванное инородным телом.

Признаки частичного нарушения проходимости: пострадавший может кашлять, шумно дышать, отвечать на вопросы.

При полном нарушении пострадавший не может говорить, кашлять, лицо его становится багрово-синюшным.

При частичном нарушении проходимости следует предложить пострадавшему покашлять.

При полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей необходимо предпринять меры по удалению инородного тела. Для этого необходимо сделать следующее:

1. Встать сбоку и немного сзади пострадавшего.
2. Придерживая пострадавшего одной рукой за грудную клетку, другой наклонить его вперёд, чтобы в случае смещения инородного тела оно попало в рот пострадавшего, а не опустилось ниже в дыхательные пути.
3. Нанести 5 резких ударов между лопатками основанием ладони.
4. Проверять после каждого удара, не удалось ли устранить закупорку.
5. Если после 5 ударов закупорка не устранена, то следует применить метод Геймлиха.

Отравления.

Отравление - событие, при котором яд (ядовитое вещество) попадает внутрь организма (промышленные яды, вещества бытовой химии, недоброкачественные продукты, в т.ч. рыба и грибы).

Первая помощь при отравлении через рот

– попытаться удалить ядовитое вещество. Для этого можно рекомендовать пострадавшему вызвать рвоту, выпив большое количество воды (5-6 стаканов) и надавив двумя пальцами на корень языка. Следует вызвать рвоту как можно в более короткий срок после приема вещества, способного вызвать отравление.

После рвоты необходимо посоветовать пострадавшему выпить еще 5-6 стаканов воды, чтобы уменьшить концентрацию ядовитого вещества в желудке и, при необходимости, вызвать рвоту повторно. До прибытия скорой медицинской помощи – контролировать состояние пострадавшего.

Рвоту нельзя вызывать, если пострадавший находится без сознания, такому пострадавшему нужно вызвать скорую помощь, либо доставить его самостоятельно в лечебное учреждение.

Первая помощь при отравлении через дыхательные пути

убедиться, что место происшествия не представляет опасности, при необходимости следует использовать индивидуальные средства защиты.

Надо изолировать пострадавшего от воздействия газа или паров, для этого нужно вынести пострадавшего на свежий воздух.

При отсутствии сознания необходимо придать пострадавшему устойчивое боковое положение, а при отсутствии дыхания надо приступить к проведению сердечно-легочной реанимации.

Первая помощь при отравлении через кожный покров – снять загрязненную одежду, удалить яд с поверхности кожи промыванием, при наличии повреждений кожи – наложить повязку.

Ход выполнения:

Задание 1: изучите лекционный материал, видеофильм, презентацию и письменно в тетради ответьте на вопросы:

1. Какие нормативные документы регламентируют оказание первой помощи?
2. Запишите степени обморожений и их характеристики.
3. Запишите алгоритм первой помощи при воздействии низких температур.
4. Запишите алгоритм первой помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.
5. Запишите алгоритм первой помощи при пищевом и химическом отравлении.

Задание 2: запишите вывод о проделанной работе.

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

Практическое занятие №25.

Тема: Первая помощь при отсутствии сознания.

Сердечно-легочная реанимация.

Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

Цель: изучить и отработать алгоритм оказания первой помощи при отсутствии сознания, при внезапной остановке сердца, при электротравмах и повреждении молнией.

Оборудование: раздаточный материал, элемент тренажера «ВИТИМ» для отработки СЛР.

Методические указания:

1. Отсутствие сознания.

Условно все случаи потери сознания можно разделить на **обморок** (потеря сознания до 4 минут) и **кому** (потеря сознания свыше 4 минут).

Обморок – внезапная кратковременная потеря сознания. Обморок может случиться при нервно-эмоциональном потрясении, нахождение человека в душном помещении, колебании атмосферного давления, кровопотери, голоде и т. д. Обычно обмороку могут предшествовать:

1. звон и шум в ушах;
2. потемнение или мелькание мушек в глазах;
3. головокружение;
4. тошнота;
5. внезапная слабость;
6. дезориентация человека в пространстве и времени.

После чего происходит потеря сознания и падение тела. При этом пострадавший может нанести себе серьёзные травмы, именно поэтому принципы оказания первой помощи будут выглядеть следующим образом:

1. По возможности, обезопасить падение (схватить за одежду, части тела, подхватить человека, попытаться просто удержать голову пострадавшего);
2. При рвоте – обязательно повернуть пострадавшего на живот с подстраховкой шейного отдела позвоночника;
3. Устранить стесняющие элементы одежды;
4. Проверить дыхание и пульс у пострадавшего;
5. Для быстрого оттока крови к голове пострадавшего, необходимо приподнять его ноги под углом 30° или подложить под них что-нибудь;
6. Если человек находится в помещении, организуйте его проветривание;
7. Воздействуйте на активные болевые точки: интенсивно разотрите ушные раковины пострадавшему (рефлекторно улучшается кровообращение головного мозга), или надавите на носогубный треугольник.

Первая помощь при электротравмах:

1. Убедиться в собственной безопасности.
2. Освободить пострадавшего от действия токоведущих частей.

3. Оценить состояние пострадавшего (сознание-дыхание-пульс).

Признаки, по которым можно быстро определить состояние здоровья пострадавшего, следующие:

- сознание: ясное, отсутствует, нарушено (пострадавший заторможен или возбужден);
 - цвет кожных покровов и видимых слизистых оболочек (губ, глаз): розовые, синюшные, бледные;
 - дыхание: нормальное, отсутствует, нарушено (неправильное, поверхностное, хрипящее);
 - пульс на сонных артериях: хорошо определяется (ритм правильный или неправильный), плохо определяется, отсутствует;
 - зрачки: расширенные, суженные;
4. При наличии самостоятельного дыхания обеспечить пострадавшему боковое стабильное положение и вызвать СКОРУЮ (103) или сообщить в ЕДС (112).
5. При отсутствии дыхания и пульса приступить к СЛР и выполнять реанимационные мероприятия до приезда скорой помощи.

4. Первая помощь при ударе молнии

Если своевременно оказать пострадавшему квалифицированную помощь, шанс спасти его значительно возрастает. В отличие от бытовой электротравмы, человек после удара молнии не находится под напряжением, поэтому нет необходимости искать средства защиты от электричества и пытаться «обесточить» жертву. Прежде всего, необходимо вызвать бригаду скорой помощи. А до ее приезда сделайте следующее:

- перенесите пострадавшего в укрытие, уложите в удобное положение, накройте покрывалом;
- в случае ожогов, не снимайте с человека одежду до приезда скорой;
- если человек без сознания, проверьте наличие дыхания, нащупайте пульс на сонной артерии;
- при отсутствии дыхания и пульса начинайте реанимационные действия;
- не прекращайте непрямой массаж сердца и искусственное дыхание, пока не появится уверенность, что жизни потерпевшего ничего не угрожает;
- если пульс и дыхание в норме, но пациент без сознания, поднесите к его носу салфетку с нашатырем.

Помните, что пострадавшего от удара молнии в любом случае нужно госпитализировать, чтобы предупредить расстройство электрической активности сердца.

Ход выполнения:

Задание 1: изучите внимательно методические указания и запишите симптомы обморока и алгоритм первой помощи при обмороках.

Задание 2: изучите внимательно методические указания, посмотрите учебный видеофильм и запишите алгоритм оказания первой помощи при остановке дыхания и кровообращения.

Задание 3: отработайте алгоритм первой помощи при отсутствии дыхания на элементе тренажера «ВИТИМ».

Задание 4: изучите внимательно методические указания, посмотрите учебный видеофильм и запишите алгоритм оказания первой помощи при электротравмах и ударе молнии.

Задание 5: запишите вывод о проделанной работе.

Форма отчета: студент представляет на проверку письменную отчетную работу и демонстрирует порядок выполнения СЛР на тренажере.

Практическое занятие №26.

Тема: Опасности на рабочем месте.

Рекомендации по классификации, обнаружению, распознаванию и описанию опасностей на рабочем месте (Приказ Минтруда и соцзащиты РФ №36 от 31.01.2022).

Цель: изучить элемент Рекомендаций по классификации, обнаружению, распознаванию и описанию опасностей на рабочем месте (Приказ Минтруда и соцзащиты РФ №36 от 31.01.2022).

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: элемент Рекомендаций по классификации, обнаружению, распознаванию и описанию опасностей на рабочем месте (Приказ Минтруда и соцзащиты РФ №36 от 31.01.2022).

I. Рекомендации по классификации опасностей

2. Классификация опасностей рекомендуется для их эффективного выявления (идентификации) на рабочих местах (рабочих зонах), при выполнении отдельных работ в рамках процедуры управления профессиональными рисками в системе управления охраной труда (далее - СУОТ).

3. Выявленные опасности рекомендуется классифицировать следующими способами:

- 1) по видам профессиональной деятельности работников с учетом наличия вредных (опасных) производственных факторов;
- 2) по причинам возникновения опасностей на рабочих местах (рабочих зонах), при выполнении работ, при нештатной (аварийной) ситуации;
- 3) по опасным событиям вследствие воздействия опасности (профессиональные заболевания, травмы), приведенной в Примерном перечне опасностей и мер по управлению ими в рамках СУОТ .

Ход выполнения:

Задание 1: изучите внимательно элемент нормативного документа и запишите в тетради классификацию опасностей по видам деятельности.

Задание 2: изучите внимательно элемент нормативного документа и запишите в тетради рекомендации по обнаружению и распознаванию опасностей на рабочем месте.

Задание 3: изучите внимательно элемент нормативного документа и запишите в тетради классификацию опасностей по причинам возникновения.

Задание 4: запишите вывод о проделанной работе.

Форма отчета: студент представляет на проверку письменную отчетную работу.

Итог работы: студент представляет на проверку письменную отчетную работу с готовностью обосновать свой ответ.

Практическое занятие №27.

Тема: Оценка опасностей на рабочем месте.

Цель: изучить методику оценки опасностей на рабочем месте и возможные последствия опасностей по степени тяжести: гибель, травма, профессиональное заболевание.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания: элемент Рекомендаций по классификации, обнаружению, распознаванию и описанию опасностей на рабочем месте (Приказ Минтруда и соцзащиты РФ №36 от 31.01.2022).

Таблица №1

**Примерная анкета
опроса работника об опасностях в местах выполнения работ
N _____ от _____**

Работник: _____

Наименование объекта исследования, должности (профессии) работника: _____

Подразделение (цех, участок): _____

N	Формулировка вопроса	Да/Нет	Идентифицируемая опасность (описание)	Комментарий
	1	2	3	4
1.	Есть ли источник опасного и вредного производственного фактора (возможного ущерба)?			
2.	Существует ли вероятность причинения ущерба и каким образом?			
3.	Существует ли вероятность причинения ущерба и кому?			
4.	Существует ли вероятность передвижения			

	(падения) на перепаде высот?			
5.	Возможно ли падение людей с высоты?			
6.	Возможно ли падение инструментов, материалов, например, с высоты (или их выброс)?			
7.	Имеют ли место несоответствующие размеры проходов вследствие нарушения габаритов?			
8.	Связано ли появление опасных и вредных факторов в местах выполнения работ с подъемом (обработкой) инструментов, материалов и др.?			
9.	Имеются ли и какие опасности возникают при сборке, выполнении работ по обслуживанию, ремонту и демонтажу агрегатов и вводе машин в эксплуатацию в местах выполнения работ?			
10.	Имеются ли и какие опасности возникают в местах выполнения работ при движении транспортных средств по территории предприятия или при их движении по дороге?			
11.	Вы слышали о случаях возгорания на предприятии?			
12.	Имеются ли источники шума или вибрации в местах выполнения работ и какие?			
13.	Имеются ли вещества, применяемые в местах выполнения работ, которые могут нанести вред организму человека при попадании на кожный покров или внутрь?			
14.	Обеспечивается ли соблюдение требований охраны труда при осуществлении погрузочно-разгрузочных работ в местах их выполнения?			
15.	Достаточное ли освещение в местах выполнения работ?			
16.	Возможны ли ситуации в местах выполнения работ с наличием скользких полов или иных горизонтальных и опорных поверхностей?			

Комментарии и предложения:

Специалист, осуществляющий идентификацию опасностей и оценку рисков:

Работник, который
отвечал на
вопросы:

Ход выполнения:

Задание 1: внимательно рассмотрите рабочее место специалиста и заполните Таблицу №1 по выявлению опасностей на рабочем месте.

Задание 2: проанализируйте возможные последствия опасностей по степени тяжести: гибель, травма, профессиональное заболевание из таблицы №1.

Задание 3: запишите вывод о проделанной работе.

Форма отчета: студент представляет на проверку письменную отчетную работу.

Итог работы: студент представляет на проверку письменную отчетную работу с готовностью обосновать свой ответ.

Практическое занятие №28.

Тема: Методы снижения риска несчастного случая и методы снижения опасностей на рабочем месте.

Цель: изучить методы снижения риска несчастного случая на рабочем месте и методы уменьшения опасностей на рабочем месте; изучить элемент Отраслевых норм выдачи СИЗ.

Оборудование: раздаточный материал.

Методические указания:

Как снизить риск несчастного случая на производстве

Методические рекомендации для профилактики травматизма на производстве.

На производстве пострадал сотрудник, у работодателя возникают следующие риски:

- привлечения к ответственности – как административной, так и уголовной
- упущенной выгоды.

Основные причины несчастных случаев

Самые частые причины несчастных случаев на производстве:

1. Неудовлетворительная организация производства работ.
2. Нарушение технологического процесса.
3. Нарушение работником трудового распорядка и дисциплины труда.
4. Нарушение правил дорожного движения.
5. Неудовлетворительное содержание и недостатки в организации рабочих мест.
6. Недостатки в подготовке работников по охране труда.
7. Неприменение или неправильное применение работником средств индивидуальной и коллективной защиты.
8. Нарушение требований охраны труда при эксплуатации транспортных средств.
9. Эксплуатация неисправных машин, механизмов, оборудования.

Мероприятия по снижению риска несчастных случаев

№ п/п	Мероприятия	Способ снизить риск
1	Система управления охраной труда	Разработайте систему управления охраной труда, внедрите ее на предприятии и проводите постоянный анализ ее функционирования
2	Оценка профессиональных рисков	Оцените профессиональные риски на предприятии
3	План мероприятий по сокращению производственного травматизма	Разработайте и исполняйте план мероприятий по сокращению производственного травматизма
4	Подбор и обучение	Проводите подбор и обучение работников с учетом сокращения рисков несчастных случаев
5	Медосмотры	Своевременно проводите медицинские осмотры и психиатрические освидетельствования работников в случаях, предусмотренных законодательством
6	Разъяснительная работа	Проводите разъяснительную работу по охране труда с каждым работником организации, в каждом подразделении
7	Средства индивидуальной защиты	Приобретайте только высококачественные и эффективные СИЗ, для этого участвуйте в тематических выставках, общайтесь с производителями, посещайте производство СИЗ, отслеживайте репутацию производителя через рекламации, тщательно следите за сроками действия сертификатов и информацией об отзыве поставщиков СИЗ в госреестре
8	Контроль исправности оборудования	Проверяйте исправность технологического оборудования, контролируйте технологический процесс, проводите планово-предупредительный ремонт по графику, своевременно модернизируйте оборудование
9	Выбор помещения и оборудования	В случае выбора нового производственного помещения или оборудования учитывайте риски по охране труда
10	Спецоценка	Своевременно проводите спецоценку условий труда
11	Гарантии и льготы	Предоставляйте работникам гарантии и льготы, предусмотренные законодательством и внутренними правилами
12	Режим труда и отдыха	Соблюдайте режимы труда и отдыха, так как переутомление работников – частая причина несчастных случаев

Министерства труда и социальной защиты РФ «Об утверждении единых типовых норм выдачи средств индивидуальной защиты и смывающих средств»
<https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=419981>

N п/п	Наименование профессий и должностей	Тип средства защиты	Наименование специальной одежды, специальной обуви и других средств индивидуальной защиты	Нормы выдачи на год (период) (штуки, пары, комплекты, мл)
906	Газосварщик			
		Одежда специальная защитная	Костюм для защиты от искр и брызг расплавленного металла, металлической окалины и механических воздействий (истирания)	1 шт.
			Фартук для защиты от искр и брызг расплавленного металла, металлической окалины	2 шт.
		Средства защиты ног	Наколенники	1 пара
			Обувь специальная для защиты от искр и брызг расплавленного металла, металлической окалины, от механических воздействий (ударов)	1 пара
		Средства защиты рук	Нарукавники для защиты от искр и брызг расплавленного металла и металлической окалины	определяется документами изготовителя
			Перчатки для защиты от искр и брызг расплавленного металла, металлической окалины	12 пар

		Средства защиты головы	Головной убор для защиты от искр и брызг расплавленного металла, металлической окалины	1 шт.
			Каска защитная от повышенных температур	1 шт. на 2 года
		Средства защиты лица	Щиток защитный лицевой от брызг расплавленного металла и горячих частиц	1 шт.
		Средства защиты органов дыхания	Противоаэрозольные, противоаэрозольные с дополнительной защитой от паров и газов средства индивидуальной защиты органов дыхания с фильтрующей лицевой частью - фильтрующие полумаски	до износа

Ход выполнения:

Задание 1: проанализируйте полученные знания и запишите в тетрадь методы уменьшения опасностей на рабочем месте по вашей будущей профессии.

Задание 2: изучите и запишите в тетрадь методы снижения риска несчастного случая на рабочем месте по вашей будущей профессии.

Задание 3: внимательно изучите элемент Переченя СИЗ для обеспечения безопасной работы рабочего места газосварщика из Приказа от 29 октября 2021 г. N 767н Министерства труда и социальной защиты РФ «Об утверждении единых типовых норм выдачи средств индивидуальной защиты и смывающих средств».

Задание 4: запишите вывод о проделанной работе.

Форма отчета: студент представляет на проверку письменную отчетную работу.

Практическое занятие №29.

Тема: Методы оказания первой помощи при ЧС и автомобильных катастрофах.

Цель: выбрать эффективные методы оказания первой помощи по картам заданий при ЧС и автомобильных катастрофах.

Оборудование: раздаточный материал, перевязочный материал, элемент тренажера «ВИТИМ».

Методические указания:

Задание 1

Используя предложенный перевязочный материал, наложите на голову повязку «чепец» и повязку «варежка».

Условия: выполняется на статисте с правом привлечь помощника.

№	Перечень ошибок	Отметка ошибок
1.	Неправильно накладываются бинтовые туры	
2.	Нарушен порядок наложения бинтовых туров	
3.	Плохая фиксация повязки	

Оценка задания. Правильно наложенная повязка оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Задание 2

Во время купания из природного водоема был извлечён мужчина с признаками утопления.

Задание: окажите первую медицинскую помощь.

Условия: выполняется на работе-тренажере «ГОША» без права привлечения помощника. При отсутствии работа-тренажера перечисляется алгоритм действия.

№	Перечень ошибок	Отметка ошибок
1.	Не проведено извлечение инородного содержимого из ротовой полости и воды из лёгких и желудка.	
2.	Не проверено наличие кашлевого и рвотного рефлексов.	
3.	Нарушена техника проведения сердечно-лёгочной реанимации.	
4.	Не вызвана скорая помощь.	

Оценка задания. Полное соблюдение алгоритма выполнения задания оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Задание 3

Рабочий на рабочем месте нарушил технику безопасности и порезал острым инструментом предплечье, кровь из раны алого цвета идёт сильной, пульсирующей струёй.

Задание: окажите первую медицинскую помощь.

Условия: выполняется на статисте без права привлечь помощника.

№	Перечень ошибок	Отметка ошибок
----------	------------------------	-----------------------

1.	Жгут наложен в положении раненого стоя. <i>При потере крови или ее виде многие падают в обморок.</i>	
2.	Сохранен пульс на лучевой артерии. <i>В случае сохранения пульса на лучевой артерии и пережатия вен предплечья проявляются отек и посинение конечности, что может привести к ампутации руки.</i>	
3.	На рану не наложена асептическая повязка. <i>Возникает угроза нагноения раны.</i>	
4.	Не произведена фиксация предплечья (на косынке или с помощью одежды). <i>При отсутствии фиксированного положения происходит дополнительная травматизация.</i>	
5.	Не вложена записка с указанием времени наложения жгута. <i>Отсутствие информации о времени наложения жгута может привести к необоснованной ампутации руки.</i>	
6.	Не вызвана скорая помощь. <i>Пострадавшие с любым видом кровотечения подлежат госпитализации</i>	

Оценка задания. Полное соблюдение алгоритма выполнения задания оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Задание 4. В результате ДТП при ранении грудной клетки острым предметом из раны идёт пенная кровь, в вашей аптечке есть спиртовой раствор йода и индивидуальный перевязочный пакет, пластырь.

Задание: окажите первую медицинскую помощь.

Условия: выполняется на статисте с правом привлечь помощника.

№	Перечень ошибок	Отметка ошибок
1.	Нет герметизации раны в течение 5 секунд. <i>Смерть от воздушной эмболии.</i>	
2.	Не обработаны йодом края раны. <i>Вторичное инфицирование раны.</i>	
3.	При наложении повязки не использовали ИПП для герметизации раны. <i>Не обеспечена должная герметизация.</i>	
4.	Не вызвана скорая помощь. <i>Пострадавшие с ранением шеи обязательно подлежат госпитализации.</i>	

Оценка задания. Полное соблюдение алгоритма выполнения задания оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Задание 5

По дороге на работу в конце февраля в гололед утром упал мужчина, ударился головой об лёд и потеряла сознание.

Задание: окажите первую медицинскую помощь.

Условия: выполняется на работе-тренажере «ГОША» без права привлечения помощника. При отсутствии робота-тренажера перечисляется алгоритм действия.

№	Перечень ошибок	Отметка ошибок
1.	Не проверено наличие пульса на сонной артерии. <i>Пострадавший может находиться в состоянии клинической смерти или комы.</i>	
2.	Поворот на живот не сделан в течение 1 минуты (исчез пульс на сонной артерии). <i>Пострадавший в состоянии комы в положении на спине может погибнуть в любую секунду от удушья собственным языком и попадания содержимого полости рта в легкие.</i>	
3.	При повороте не подстрахован шейный отдел позвоночника. <i>Если во время поворота на живот не подстрахован шейный отдел позвоночника, это может значительно ухудшить состояние пострадавшего в случаях повреждения шейных отделов позвоночника..</i>	
4.	Не использован холод (не приложен холод к голове). <i>Использование холода значительно уменьшает скорость развития отека головного мозга.</i>	
5.	Не осмотрена полость рта.	
6.	Не вызвана скорая помощь. <i>Пострадавшие в состоянии любой комы подлежат обязательной госпитализации.</i>	

Оценка задания. Полное соблюдение алгоритма выполнения задания оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Задание 6

Рабочий в цехе упал и подвернул ногу, жалобы на сильную боль и ограниченную подвижность.

Задание: окажите первую медицинскую помощь.

Условия: выполняется на статисте без права привлечь помощника.

№	Перечень ошибок	Отметка ошибок
1.	Попытка самостоятельно вправить сустав.	
2.	Неправильно проведена иммобилизация.	
3.	К месту травмы не приложен холод.	

4.	Не вызвана скорая помощь.	
----	---------------------------	--

Оценка задания. Полное соблюдение алгоритма выполнения задания оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Задание 7

Вследствие попадания кипящей жидкости возник ожог 2-3 степени бедра. Окажите первую помощь.

№	Перечень ошибок	Отметка ошибок
1.	Не продезинфицированы руки раствором марганцовки.	
2.	Не продезинфицированы носовые платки раствором марганцовки.	
3.	Не защищена ожоговая поверхность и возможно вторичное инфицирование раны.	
4.	Не вызвана скорая помощь.	

Оценка задания. Полное соблюдение алгоритма выполнения задания оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Задание 8: Вы идете по цеху производственного предприятия и видите лежащего на полу работника, возле которого электрический провод. Окажите первую помощь.

№	Перечень ошибок	Отметка ошибок
1.	Не указали, как необходимо двигаться в зоне электрического кратера.	
2.	Не провели обесточивания источника тока.	
3.	Не оттащили пострадавшего на безопасное расстояние.	
4.	Не определяли пульс и реакцию зрачков на свет.	
5.	Нарушили технику проведения реанимации.	
6.	Не вызвана скорая помощь.	

Оценка задания. Полное соблюдение алгоритма выполнения задания оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Задание №9:

В электропоезде внезапно ухудшилось состояние одного из пассажиров. Возникли сильные боли за грудиной, отдающие в левую руку, в шею, чувство нехватки воздуха, головокружение, слабость. Лицо бледное, испуганное, пульс 50 ударов в минуту, слабого наполнения, дыхание учащённое. Какова причина тяжёлого состояния? Какова последовательность оказания первой медицинской помощи?

Условия: выполняется на статисте с правом привлечь помощника.

№	Перечень ошибок	Отметка ошибок
1.	Не названа причина неотложного состояния.	
2.	Не обеспечен полный покой пострадавшему.	
3.	Не обеспечен доступ свежего воздуха.	
4.	Не вызвана скорая помощь.	

Оценка задания. Полное соблюдение алгоритма выполнения задания оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Задание 10.

Идущий впереди вас человек, вскрикнув, упал; судорожные подёргивания конечностей к моменту вашего приближения прекратились. При осмотре виден зажатый в руке свисающий со столба оголённый электрический провод. Какова последовательность ваших действий?

Задание: окажите первую медицинскую помощь.

Условия: выполняется на работе-тренажере «ГОША» или «ВИТИМ» без права привлечения помощника.

№	Перечень ошибок, приводящих к начислению штрафных баллов	Отметка ошибок
1.	Не указали, как необходимо двигаться в зоне электрического кратера.	
2.	Не провели обесточивания источника тока.	
3.	Не оттащили пострадавшего на безопасное расстояние.	
4.	Не определяли пульс и реакцию зрачков на свет.	
5.	Нарушили технику проведения реанимации.	
6.	Не вызвана скорая помощь.	

Оценка задания. Полное соблюдение алгоритма выполнения задания оценивается в 5 баллов. В случае совершения хотя бы одной ошибки из перечисленных в таблице задание признается невыполненным и оценивается в 0 баллов.

Ход выполнения:

Вытяните карточку с одной из перечисленных ситуаций (10 вариантов) для оказания первой помощи и продемонстрируйте алгоритм оказания первой помощи по заданию.

Форма отчета: студент демонстрирует правильность и эффективность алгоритма по оказанию первой помощи.

4.ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основная литература

О-1: Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. Учреждений сред.проф.образования/ Н.В.Косолапова.-6-е изд.-М: Издательский центр «Академия», 2021.- 368с. (ЭБС: АКАДЕМИЯ)

Дополнительная литература

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

Д-2: Косолапова Н.В., Основы безопасности жизнедеятельности: учебник/ Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопенко.-М.:ИЦ Академия, 2014.-336с.

Д-3: Косолапова Н.В., Основы безопасности жизнедеятельности: учебник/ Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопенко.-М.:ИЦ Академия, 2015.-336с.

Д-4: Основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие для 10 кл. с мультимедийным учебником в оболочке TeachPro на CD-ROM/Под общей редакцией С.К.Шойгу, Ю.Л.Воробьева, М.И.Фалеева.-М: ФЦ ВНИИ ГОЧС, 2003-336с.

Д-5: Хван Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие/ Т.А.Хван, П.А.Хван.- Ростов н/Д: Феникс, 2007.-381 с.

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В
МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

№ изменения, дата внесения, № страницы с изменением	
Было	Стало
Основание:	
Подпись лица, внесшего изменения	