

АНО СПО «БИРСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ТЕХНИКУМ»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ
УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА**

ОП.05. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специальность 42.02.01. Реклама

Методические рекомендации по выполнению лабораторных и практических работ предназначены для закрепления теоретических знаний и приобретение необходимых практических навыков и умений по программе учебной дисциплины «ОП.05. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» составлены в соответствии с учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины «ОП.05. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» по специальности среднего профессионального образования 42.02.01. Реклама

Организация-разработчик: АНО СПО «Бирскооптехникум»

Составитель: Султанбаев Д.А.

ОДОБРЕНО Методическим советом техникума
Протокол № 9 от «29» 06 2018 г.
Председатель Методсовета [подпись] /Лутфулина А.А./

РАССМОТРЕНО
на заседании ПЦК УГ. 42.00.00 Средства массовой информации и
информационно-библиотечное дело
Протокол № 5 от «29» 06 2018 г.
Председатель ПЦК [подпись] /Ахкамova М.И./

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Прочность, осознанность и действенность знаний, обучающихся наиболее эффективно обеспечивается при помощи активных методов. Среди них важное место занимают практические занятия.

Методические указания направлены, прежде всего, на оказание методической помощи студентам при проведении практических работ.

При выполнении практических работ вырабатываются умения анализировать, сравнивать, обобщать, делать выводы. Выполнение задания должно быть аргументированным, ответы на задания представлены полно.

Методические указания по выполнению практических заданий, разработаны в помощь студентам для самостоятельного выполнения ими практических работ, предусмотренных рабочей программой.

Практические работы проводятся после изучения соответствующих тем разделов. Выполнение студентами практических работ позволяет им понять, как изучаемые теоретические положения и практические умения могут быть использованы в будущей практической деятельности.

Целью практических работ является закрепление теоретических знаний и приобретение практических умений и навыков, формирование профессиональных и общих компетенций. Каждое из практических работ может представлять небольшое законченное исследование одного из теоретических вопросов изучаемой дисциплины.

Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

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

Количество часов на освоение программы :

максимальной учебной нагрузки обучающегося 102 часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 68 часов;
самостоятельной работы обучающегося 34 часа.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Оценка «5» - ставится, если студент демонстрирует знание теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «4» - ставится, если студент демонстрирует знание теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «3» - ставится, если студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, дает неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «2» - ставится, если студент дает неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68
в том числе:	
практические занятия	48
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	34
в том числе:	
подготовка реферата	4
работа с информационными источниками	8
подготовка презентационных материалов	8
подготовка доклада	8
домашняя контрольная работа	6
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

Расчёт времени, отводимого на выполнение практической работы

№	Тема практической работы	Расчёт времени, отводимого на выполнение практической работы (ч)
1	Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.	2
2	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	2
3	Приборы радиационной и химической разведки и контроля.	2
4	Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения, при возникновении аварии с выбросом сильно действующих ядовитых веществ, при возникновении радиационной аварии.	2
5	Военная присяга. Боевое знамя воинской части. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих.	2
6	Суточный наряд роты. Воинская дисциплина. Караульная служба. Обязанности и действия часового.	2
7	Выявление порядка подготовки военных кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации	2
8	Составление сравнительной таблицы на тему: «Перечень военно-учетных специальностей». Определение среди перечня военно-учетных специальностей родственные получаемой специальности и применение профессиональных знаний в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью.	2
9	Строевая стойка и повороты на месте.	2
10	Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.	2
11	Повороты в движении.	2
12	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.	2

13	Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.	2
14	Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте.	2
15	Построение и отработка движения походным строем.	2
16	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.	2
17	Неполная разборка и сборка автомата.	2
18	Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата.	2
19	Принятие положение для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание.	2
20	Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей. Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности. Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий.	2
21	Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания. Наложение шины на место перелома, транспортировка поражённого.	2
22	Первая (доврачебная) помощь при ожогах. Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током. Первая (доврачебная) помощь при утоплении.	2
23	Первая (доврачебная) помощь при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании.	2
24	Первая (доврачебная) помощь при отравлениях. Доврачебная помощь при клинической смерти. Отработка прекардиального удара и искусственного дыхания. Отработка непрямого массажа сердца.	2
	Итого	48

СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Практическая работа №1 Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.

Цель работы: Освоить методику одевания противогаза, используя краткие теоретические сведения. Закрепить теоретические знания в практической деятельности.

Перечень используемого оборудования: Учебник, рабочая тетрадь, раздаточный материал, проектор, ноутбук, наглядные пособия.

Пояснение к работе: Краткие теоретические сведения (СИЗ)

1.1. Состав и назначение средств индивидуальной защиты (СИЗ)

СИЗ предназначены для защиты людей от попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду радиоактивных и отравляющих веществ и бактериальных средств.

СИЗ подразделяются на средства защиты органов дыхания и средства защиты кожи.

К средствам защиты органов дыхания относятся:

- противогазы (фильтрующие и изолирующие)
- респираторы;
- противопыльные тканевые маски ПТМ -1
- ватно- марлевые повязки.

К средствам защиты кожи относятся:

- защитные комплекты
- комбинезоны и костюмы, изготовленные из специальной прорезиненной ткани
- накидки
- резиновые сапоги и перчатки
- различные подручные средства.

По принципу защиты СИЗ делятся на: фильтрующие, изолирующие.

По способу изготовления СИЗ делятся на средства: изготовленные промышленностью; простейшие, изготовленные населением из подручных материалов. Фильтрующие противогазы ГП-5 (ГП-5М и ГП-7В) ГП-5 предназначены для защиты человека от попадания в органы дыхания, на глаза и лицо радиоактивных, отравляющих (ОВ) и АХОВ, бактериальных средств. ГП-7 защищает от ОВ и опасных веществ, радиоактивной пыли и бактериальных средств. Дополнительные патроны (ДП) созданы для защиты от АХОВ хлор, сероводород, сернистый газ, соляная кислота, синильная кислота, фенол, фосин. В зависимости от срока службы респираторы бывают одноразового применения ШБ-1 («Лепесток», «Каша», У-2К, Р-2), многоразового исправления (РПГ-67, РУ-60М). Простейшие средства защиты органов дыхания ПТМ-1 защищают органы дыхания человека от радиоактивной пыли.

«ПОХОДЫ» положения противогаза:

- верх сумки на уровне талии, клапан застегнут.

В положение «НАГОТОВЕ» противогазы переводят в готовность по команде.

Противогазы готовы!

- сумка передвигается вперед, клапан отстегивается.

В «БОЕВОМ» положении надевается лицевая часть, по команде «ГАЗЫ!»

При переводе противогаза в «боевом» положение необходимо:

- снять головной убор;
- вынуть шлем-маску из сумки, взять обеими руками за утолщенные края у нижней части, так чтобы большие пальцы рук были с наружной стороны, а остальные внутри;
- задержать дыхание и закрыть глаза;
- подвести шлем-маску к подбородку и резким движением руки вверх и назад натянуть ее на голову так, чтобы, не было вверху складок;
- сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание;
- надеть головной убор, застегнуть сумку и закрепить ее на туловище.

Противогаз считается надетым правильно, если стекла очков лицевой части находятся против глаз, шлем-маска плотно прилегает к лицу. Необходимость сделать сильный выдох перед открытием глаз и возобновлением дыхания после надевания противогаза объясняется тем, что надо удалить из – под маски зараженный воздух, если он туда попал в момент надевания. При надетом противогазе следует дышать глубоко и равномерно. Если нужно бегать- темпы увеличиваются постепенно. Противогаз снимается по команде «Противогаз снять!» Для этого надо слегка оттянуть шлем-маску вниз и движением вперед и вверх снять ее, надеть головной убор, вывернуть шлем-маску, тщательно протереть ее и уложить в сумку.

Задание: Заполнить таблицу №1.

Напротив, вредного вещества записать СИЗ которые предназначены защищать от ОВ, используя материал кратких теоретических сведений.

Таблица 1.

«СИЗ от веществ, оказанных вредное, отравляющие воздействие на человека»

ОВ	СИЗ
	противогаз

Ответьте на контрольные вопросы:

- А) Какой из СИЗ является наиболее универсальным?
- Б) Почему необходимо сделать выдох при одевании противогаза?
- В) Сколько размеров имеет противогаз?

2.3. Запишите Ваш размер противогаза, используя данные таблицы №2.

Таблица №2.

Определение размера маски и противогаза ГП-5.

Результат измерения	Размер
До 63,0см	0
63,5-65,5 см	1
66,0-68,0см	2
68,5-70,5см	3
+1,0 и более	4

2.4. Освоить методику одевания противогаза, используя краткие теоретические сведения.

Практическая работа №2 Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.

Цель занятия: ознакомиться с опасностями различного вида, с принципами и средствами обеспечения безопасности и изучить мероприятия по защите населения от негативных воздействий ЧС

Основными способами защиты населения в ЧС социального характера являются:

- готовность комиссий по ЧС всех уровней осуществлять свои функции по обеспечению защиты населения и территорий;
- своевременное оповещение населения;
- укрытие его в защитных сооружениях;
- использование населением средств индивидуальной защиты;
- эвакуация и рассредоточение в безопасную зону;
- проведение специальных медицинских профилактических мероприятий;
- обучение населения правилам поведения в ЧС и соблюдение установленных режимов защиты;
- защита продовольствия, воды, растений и сельскохозяйственных животных от заражения радиоактивными и отравляющими веществами, сильнодействующими ядовитыми веществами и бактериальными средствами;
- мероприятия по инженерной, противопожарной, противорадиационной, противохимической и противобактериологической защите.

Оповещение населения осуществляется в случае угрозы или возникновения ЧС федеральными или местными органами ГОЧС путем передачи речевой информации с использованием городских сетей проводного, радио-, телевизионного вещания и локальных средств. Перед передачей речевой информации включаются электросирена, различные сигнальные устройства, что означает подачу предварительного сигнала «*Внимание всем!*».

После этого сигнала в течение пяти минут идет информация об угрозе ЧС (радиоактивном, химическом заражении, наводнении и т. д.), содержащая практические рекомендации по действиям населения. Например, при опасности воздушного налета оповещение выглядит следующим образом:

«Внимание всем! Говорит штаб ГОЧС города. Граждане! Воздушная тревога! Отключите газ, свет, воду. Возьмите документы, запас продуктов и воды, средства индивидуальной защиты. Предупредите соседей и при необходимости окажите помощь больным и престарелым. Как можно скорее укройтесь в защитных сооружениях. Соблюдайте спокойствие и порядок. Следите за дальнейшими событиями».

Когда опасность воздушного налета минует, население также оповещают:

«Внимание всем! Говорит штаб ГОЧС города. Граждане! Отбой воздушной тревоги! Всем возвратиться к местам проживания или работы. Окажите помощь пострадавшим, больным и престарелым. Будьте готовы к возможному повторению воздушного налета».

К оповещению населения о возникновении ЧС предъявляются следующие требования:

- оно должно быть своевременным, чтобы дать населению время для подготовки к защите от ЧС;
- его следует производить только тогда, когда характер опасности достоверно установлен;
- оповещение должно касаться только той части населения, которая может подвергнуться воздействию поражающих факторов в данной ЧС;
- его следует производить централизованно (вышестоящими органами исполнительной власти или комиссиями по ЧС всех уровней).

При объявлении угрозы ЧС населению необходимо:

- уточнить места расположения защитных сооружений ГО, а в сельских районах приступить к оборудованию этих сооружений;
- получить и подготовить к использованию средства индивидуальной защиты, в том числе и медицинские;
- начать подготовку к эвакуации в безопасную зону;
- продолжать производственную деятельность.

Перечень используемого оборудования: Учебник, рабочая тетрадь, раздаточный материал, проектор, ноутбук, наглядные пособия.

Задание: Дайте определения понятий:

- А) оповещение
- Б) убежище
- В) аварийно-спасательные работы

Дополните предложение.

К вспомогательным средствам оповещения на ограниченных территориях относятся...

Помещения в убежищах бывают основные и вспомогательные. Подчеркните среди нижеперечисленных те, которые относятся к основным.

(Фильтровентиляционные камеры, помещения для электростанции, отсеки для размещения людей, помещение для санузлов, кладовая, медпункт, тамбуры)

Основным содержанием аварийно-спасательных работ являются действия по спасению людей. Они осуществляются, как правило, в четыре этапа. Опишите эти этапы в форме таблицы.

Контрольные вопросы

1. Назовите причины, вызвавшие необходимость нового подхода к организации системы защиты от ЧС мирного и военного времени.
2. В чем заключается сущность государственной политики РФ в области предупреждения и ликвидации ЧС?
3. Что такое РСЧС? Каковы ее основные задачи?
4. Раскройте структуру РСЧС и предназначение ее основных элементов.
5. Что составляет основу сил и средств РСЧС?
6. Назовите режимы функционирования РСЧС.
7. Что такое гражданская оборона? Каковы ее основные задачи?
8. Раскройте структуру служб и сил ГО.
9. Назовите основные принципы защиты населения от ЧС социального характера.
10. Какие существуют способы защиты населения от социальных ЧС?
11. Какие индивидуальные средства защиты вы знаете?
12. Дайте общую характеристику коллективным средствам защиты.

Практическая работа №3 Приборы радиационной и химической разведки и контроля.

Тема: Защита от оружия массового поражения

Продолжительность 2 часа

Студент должен:

уметь: использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

применять первичные средства пожаротушения;

знать: способы защиты населения от оружия массового поражения;

Учебная цель.

- Ознакомить учащихся с устройством приборов радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

- Дать им навыки в работе с радиометром-рентгенометром и ВПХР

Технические средства обучения:

Дозиметрический прибор ДП-5А, таблицы.

Контрольные вопросы:

1. Назначение, устройство и принцип работы приборов радиационной разведки.

2. Войсковой прибор химической разведки (ВПХР).

Раздаточные материалы: показ устройства, приемов подготовки и работы с приборами.

Краткие теоретические и учебно-методические материалы по теме практической работы

Кратко объясняю ионизационный метод обнаружения и измерения радиоактивных излучений. Радиоактивные излучения ионизируют воздух, т. е. расщепляют его молекулы и атомы на положительные и отрицательные ионы. Под действием электрического напряжения ионы приходят в движение: положительные—к аноду, отрицательные — к катоду. В результате этого возникает ионизационный ток. По силе ионизационного тока определяется интенсивность радиоактивных излучений.

Устройство ДП-63-А, подготовка прибора и работа с ним изучаются практически. Для этого необходимо называю и показываю обучаемым основные части прибора, объясняю их назначение и принцип действия, показываю порядок подготовки прибора к работе: проведение внешнего осмотра, установка стрелки микро амперметра на отметку «О» верхней шкалы и «5» нижней шкалы, подключение источников питания. После этого 1—2 ученика под руководством преподавателя поочередно готовят прибор к работе и измеряют им уровни радиации на местности.

Вначале знакомя обучаемых с назначением войскового прибора химической разведки и кратко излагаю его устройство, используя для наглядности учебную таблицу и образец прибора. Особое внимание надо обратить на устройство и назначение индикаторных трубок

трех видов, которые входят в комплект прибора.

Объясняю обучаемым, что обнаружение в воздухе отравляющих веществ и установление их концентрации осуществляется обычно в два этапа. Сначала определяют наличие ОВ типа зарина в опасных концентрациях. После этого устанавливают наличие в воздухе других ОВ. Вначале используют две трубки с красным кольцом и красной точкой. Показываю приемы работы с этими трубками, после чего учащиеся отрабатывают эти приемы на приборе. Так же определяется наличие этих ОВ в воздухе в безопасных концентрациях.

На втором этапе определение ОВ осуществляется трубкой с зелеными кольцами. Беру трубку с тремя зелеными кольцами и показываю порядок обнаружения в воздухе фосгена, хлорциана и синильной кислоты, затем на трубке с одним желтым кольцом — паров иприта. Учащиеся одновременно с рассказом руководителя отрабатывают приемы работы с прибором по обнаружению ОВ.

Задания для практической работы:

1. Какова степень заражения кожного покрова человека, если показание прибора на верхней шкале 3,2 мР/ч, а переключатель диапазонов находится в положении «X10»?
2. Какова зараженность объекта, если суммарная зараженность 280 мР/ч, а величина гамма-фона 220 мР/ч?

Инструкция по выполнению практической работы

Устройство ДП-63-А, подготовка прибора и работа с ним изучаются практически. Для этого необходимо называю и показываю обучаемым основные части прибора, объясняю их назначение и принцип действия, показываю порядок подготовки прибора к работе: проведение внешнего осмотра, установка стрелки микро амперметра на отметку «О» верхней шкалы и «5» нижней шкалы, подключение источников питания. После этого 1—2 ученика под руководством преподавателя поочередно готовят прибор к работе и измеряют им уровни радиации на местности.

Прежде всего разъясняю учащимся, что прибор ДП-5А предназначен для измерения уровней гамма-радиации на местности и радиоактивной зараженности различных предметов по гамма-излучению; по своему значению он является универсальным. Мощность гамма-излучения измеряется этим прибором в рентгенах или миллирентгенах в час. Затем показываю на таблице и приборе поддиапазоны I и II для измерения уровней радиации на местности в пределах 5—200 Р/ч и более и поддиапазоны «XЮ00», «XЮ0», «XЮ», «X1», «X0,1» для измерения степени зараженности предметов в миллирентгенах (мР/ч).

Далее объясняю устройство ДП-5А, показав его основные части на приборе и таблице 15, на которой они даны в крупном плане; учащиеся, читая наименования частей приборов на таблице, быстрее их запомнят и лучше усвоят устройство прибора. После этого поочередно вызываю нескольких учащихся к прибору и повторно рассматриваю с ними его устройство. Убедившись, что учащиеся усвоили устройство прибора, перехожу к изучению подготовки его к работе и проведению измерений уровней радиации на местности и радиоактивного заражения различных объектов.

Для этого организую с ними практическую отработку порядка подготовки прибора к работе.

Вначале обучаемым показываю на приборе порядок подготовки его к работе — от установки стрелки микроамперметра на «О» до проверки работоспособности аппарата по контрольному аппарату, а также последовательной установки переключателя поддиапазонов в положения: «X1000», «XЮ00», «XЮ», «X1», «X0Д».

Затем показываю учащимся порядок измерения уровней радиации на местности по шкалам «О—5» и «О—200», а также порядок определения степени заражения кожных покровов людей, одежды, техники, транспорта, продовольствия, воды и других предметов, пользуясь поддиапазонами «X1000», «X100», «XЮ», «Xb», «X0Д».

1. Решение: 3,2 мР/ч X 10 = 32 мР/ч.
2. Решение: 280 мР/ч—220 мР/ч=60 мР/ч.

Техника безопасности при проведении практической работы. После рассмотрения устройства и работы прибора ДП-5А учащимся следует указать, что дозиметрические приборы хранятся в шкафах или на стеллажах в помещениях с температурой от +10 до +25°C, влажностью 50—65%. Источники питания приборов хранятся отдельно в сухом прохладном месте (температура от —6 до +5°C). Дозиметрические приборы нельзя подвергать длительному воздействию прямых солнечных лучей, дождя или снега. Их надо очищать от грязи и пыли, защищать от ударов. Запрещается вскрывать.

Вопросы для закрепления теоретического материала к практическому занятию

1. Прибор ДП-5А предназначен для каких измерений?
2. В каких единицах измеряется уровень гамма-радиации?

Практическая работа №4 Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения, при возникновении аварии с выбросом сильно действующих ядовитых веществ, при возникновении радиационной аварии

Цель работы: Научиться пользоваться первичными средствами пожаротушения

Перечень используемого оборудования: Учебник, рабочая тетрадь, раздаточный материал, проектор, ноутбук, наглядные пособия.

Используя лабораторные стенды и наглядные пособия ознакомиться с устройством пенных, газовых и порошковых огнетушителей, а также средств автоматического пожаротушения. В отчете привести эскизные рисунки и краткое описание принципа действия, технических характеристик и областей применения основных типов огнетушителей.

Контрольные вопросы

- Отметьте достоинства и недостатки огнетушащих свойств воды.
- Поясните различия в свойствах химической и воздушно-механической пен.
- Что такое кратность, стойкость пены?
- Какие первичные средства применяют для тушения загораний?
- По каким признакам классифицируются огнетушители?
- Перечислите основные газовые составы, рекомендуемые для тушения тлеющих материалов.
- Объясните устройство и принцип действия химических пенных огнетушителей.
- Отметьте основные недостатки огнетушителя ОП-3 по сравнению с ОП-5 и ОХП-10.
- Объясните устройство и принцип действия воздушно-пенных огнетушителей.
- Объясните устройство и принцип действия углекислотных огнетушителей.
- Отметьте достоинства и недостатки огнетушащих порошков.
- Объясните устройство и принцип действия жидкостных химических огнетушителей.
- Объясните устройство и принцип действия порошковых огнетушителей.
- Где применяется и что из себя представляет огнетушитель ОСП?

Первичные средства пожаротушения и их расположение. Действия при их применении.

Воздушно-пенные огнетушители (ОВП-10) предназначены для тушения твердых и жидких веществ и материалов, за исключением тушения электроустановок под напряжением.

Для приведения огнетушителя в действие поворачивают ручку запорного устройства на 180 градусов, опрокидывают корпус вверх дном и направляют струю пены в очаг горения. Дальность струи пены составляет 6-8 метров. Продолжительность действия – 60 секунд. При засорении sprays и прекращении поступления пены огнетушитель надо сильно встряхнуть.

Если это не поможет, тогда следует прочистить спрыск шпилькой, подвешенной к ручке огнетушителя.

При тушении струю пены направить в место наибольшего горения, сбивая пламя и покрывая пеной поверхность горящего предмета. При тушении пролитой на пол горючей жидкости следует начинать тушить с краев, постепенно покрывая пеной всю горящую поверхность.

Углекислотные огнетушители (ОУ-2, ОУ-5, ОУ-8 емкостью соответственно 2, 5 и 8 л.) предназначены для тушения загораний различных веществ и электроустановок, находящихся под напряжением не выше 1000 В, за исключением веществ, горение которых может происходить без доступа воздуха.

Для приведения в действие углекислотного огнетушителя необходимо взять рукоятку в руку, повернуть раструб к огню, поворотом маховичка против часовой стрелки до отказа открыть запорный вентиль (нажать на пусковой рычаг, предварительно выдернув стопорное кольцо), после чего направить снежную струю газа в очаг горения.

Порошковые огнетушители (ОП-1, ОП-2) используются при тушении пожаров и загораний легковоспламеняющихся и горючих жидкостей, газов, древесины, щелочных металлов и других веществ, способных к самовозгоранию. Могут применяться для тушения электрооборудования, находящегося под напряжением до 1000 В.


Принцип работы огнетушителя: при нажатии на пусковой рычаг, порошок под действием рабочего газа выдавливается и через насадок выбрасывается на очаг загорания.

Внутренний пожарный водопровод. Пожарные краны предназначены для тушения пожара и загораний в начальной стадии возникновения, а также и для тушения развившихся пожаров как вспомогательное средство в дополнение к струям, подаваемым от пожарных машин.

При подаче ствола от внутреннего пожарного крана работают два человека. Один из них срывает пломбы и открывает дверцу шкафчика. Второй, взяв ствол в левую руку, а правой придерживая пожарный рукав у соединительной головки, бежит к очагу пожара. Такая прокладка рукава возможна при укладке его в «гармошку». Если рукав находится в двойной скатке, то тогда для его размотки необходимо взять рукав и ствол в правую руку, а левой, придерживая рукав, сверху сильным рывком вперед раскатать его. После прокладки рукава первый номер поворотом маховика пожарного крана пускает воду в рукав.

Если ствол от пожарного крана будет подавать один человек, то сначала он прокладывает рукавную линию, положив ствол, бежит открывать пожарный кран и быстро возвращается к оставленному стволу.

Лицо, работающее со стволом, должно занять такую позицию, чтобы видеть очаг пожара и быть на уровне с ним или выше. Необходимо наступать навстречу распространению огня, а не идти за ним вслед, обеспечивая пресечение распространения огня. Струю надо направлять в очаг пожара, то есть в место наиболее сильного горения. Вертикальные поверхности тушатся сверху вниз. Если огонь распространяется по пустотам внутри конструкции (под полом, в перегородках), то следует вскрывать их, обеспечив доступ воды к открытому огню. Все первичные средства пожаротушения и противопожарный инвентарь должны находится в полной исправности и быть готовыми для применения в случае пожара.

Знаки для обозначения пожарно-технической продукции			
4.		Место размещения пожарного оборудования	Форма: квадрат Фон: красный Символ: белый Используется для обозначения места нахождения различных видов пожарно-технической продукции, заменяя необходимость использования нескольких знаков (например, знаков NN 15, 16)

5.		Огнетушитель	Форма: квадрат Фон: красный Символ: белый	Используется для обозначения места нахождения огнетушителя
6.		Пожарный кран	Форма: квадрат Фон: красный Символ: белый	Используется для обозначения места нахождения пожарного крана
7.		Пожарная лестница	Форма: квадрат Фон: красный Символ: белый	Используется для обозначения места нахождения пожарной лестницы
8.		Пожарный водоем	Форма: квадрат Фон: красный Символ: белый	Используется для обозначения места нахождения пожарного водоема или пирса для пожарных машин
9.		Пожарный сухотрубный стояк	Форма: квадрат Фон: красный Символ: белый	Используется для обозначения места нахождения пожарного сухотрубного стояка
0.		Пожарный гидрант	Форма: квадрат Фон: белый Символ: красный	Используется для обозначения подземных пожарных гидрантов. На знаке должны быть цифры, обозначающие расстояние до гидранта в метрах.

4.1. Действия персонала в случае пожара, порядок приведения порошковых огнетушителей в действие

В случае пожара необходимо поднести огнетушитель к очагу горения, сорвать пломбу, выдернуть чеку, направить сопло или шланг-раструб на очаг горения (целясь в основание пламени). Нажать на верхнюю ручку запорно-пускового устройства и начать тушение очага пожара, приближаясь к нему по мере тушения.




При тушении электрооборудования, находящегося под напряжением, не допускается подводить сопло, шланг-раструб или корпус огнетушителя к открытым токоведущим частям или пламени ближе, чем на 1м. Огнетушителем можно тушить электрооборудование под напряжением не выше 1000 В.



Сорвать чеку, направить насадок огнетушителя на очаг пожара, резко нажать на рычаг и быстро отпустить. Через 5 секунд повторно нажать на рычаг, направив струю порошка на огонь. Держать огнетушитель строго вертикально, не переворачивать.

4.2. Основные тактические приемы работы с огнетушителями при тушении возможного пожара на защищаемом объекте.

В начале тушения нельзя слишком близко подходить к очагу пожара, так как из-за высокой скорости порошковой струи происходит сильный подсос (эжекция) воздуха, который только раздувает пламя над очагом. Кроме того, при тушении с малого расстояния может произойти разбрасывание или разбрызгивание горящих материалов мощной струей порошка, что приведет не к тушению, а к увеличению площади очага пожара. Поэтому при выборе порошковых огнетушителей необходимо учитывать условия тушения пожара. Для тушения очага пожара с большого расстояния целесообразно использовать порошковый огнетушитель с коническим или цилиндрическим насадком, а с малого расстояния - лучше использовать огнетушитель со щелевым насадком, дающим плоскую расширяющуюся струю. При использовании огнетушителей со щелевым насадком эффективность тушения выше, а также меньше опасность разбрызгивания горячей жидкости или разлета мелких горящих твердых частиц. Это особенно актуально при тушении порошков горящих металлов.

	Правильно	Неправильно
Тушить очаг пожара с наветренной стороны		
При проливе ЛВЖ тушение начинать с передней кромки, направляя струю порошка на горящую поверхность, а не на пламя		
Истекающую жидкость тушить сверху вниз		
Горящую вертикальную поверхность тушить сверху вниз		
При наличии нескольких <u>огнетушителей</u> необходимо применять их одновременно		
Следите, чтобы потушенный очаг не вспыхнул снова (никогда не поворачивайтесь к нему спиной)		
После использования <u>огнетушители</u> сразу необходимо отправить на перезарядку		

4.3. Действия персонала после тушения пожара;

Отсутствие при тушении порошковым огнетушителем охлаждающего эффекта, может привести к повторному самовоспламенению уже потушенного **горючего** от нагретых поверхностей.

После применения, огнетушитель следует отправить на перезарядку, заменив его однотипным резервным огнетушителем.

4.5. Действия персонала в случае пожара, порядок приведения углекислотных огнетушителей в действие




Выдернуть чеку или сорвать пломбу, направить раструб на очаг пожара, -в запорно-пусковом устройстве нажимного типа нажать на рычаг.

При тушении пожара огнетушитель держать строго в вертикальном положении, не переворачивать.

4.6..Основные тактические приемы работы с огнетушителями при тушении возможного пожара на защищаемом объекте.

При тушении возможного пожара существует **возможность накопления зарядов статического электричества** на диффузоре огнетушителя (особенно если диффузор изготовлен из полимерных материалов), значительно **снижается эффективность** огнетушителей при отрицательной температуре окружающей среды.

При тушении пожара в помещении с помощью углекислотных огнетушителей

	Правильно	Неправильно
Тушить очаг пожара с наветренной стороны		
Горящую вертикальную поверхность тушить сверху вниз		
При наличии нескольких <u>огнетушителей</u> необходимо применять их одновременно		
Следите, чтобы потушенный очаг не вспыхнул снова (никогда не поворачивайтесь к нему спиной)		
После использования <u>огнетушителя</u> сразу необходимо отправить на перезарядку		

необходимо учитывать возможность снижения содержания кислорода в воздухе помещений ниже предельного значения и использовать изолирующие средства защиты органов дыхания.

Действия персонала после тушения пожара;

После тушения пожара в помещении с помощью углекислотных огнетушителей необходимо учитывать снижения содержания кислорода в воздухе помещений ниже предельного значения.

После применения, огнетушитель следует отправить на перезарядку, заменив его однотипным резервным огнетушителем

Правила техники безопасности при использовании огнетушителей.

- Эксплуатация огнетушителей без чеки и пломбы завода-изготовителя или организации, производившей перезарядку, не допускается.
- Огнетушители должны размещаться в легкодоступных и заметных местах, где исключено попадание на них прямых солнечных лучей и непосредственное воздействие отопительных и нагревательных приборов.
- Температура эксплуатации и хранения от минус 40 до плюс 50°C.
- При тушении электроустановок, находящихся под напряжением, не допускается подводить раструб ближе 1 м до электроустановки и пламени.

- После применения огнетушителя в закрытом помещении, помещение необходимо проветрить.
- Необходимо соблюдать осторожность при выпуске заряда из раструба, т. к. температура на его поверхности понижается до минус 60-70°C.
- Нельзя пользоваться при тушении горячей одежды на человеке — снегообразная масса CO₂ при попадании на незащищенную кожу вызывает обморожение.

Практическое занятие №5 Военная присяга. Боевое знамя воинской части. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих.

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

II. **Задачи.**

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

IV. **Время выполнения** 2ч.

V. **Оборудование.** Презентация, видеофильм, проектор, компьютер, индивидуальные карточки со словами присяги, тетради для практических работ.

VI. **Задание.**

1. Просмотреть презентацию.
2. Просмотреть видеофильм (Приложение 15)
3. Записать слова присяги в тетрадь для практических работ
4. Рассказать присягу наизусть

VII **Контрольные вопросы.**

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

Практическая работа №6-7 Выявление порядка подготовки военных кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации Суточный наряд роты. Воинская дисциплина. Караульная служба. Обязанности и действия часового.

Цель работы: Закрепить теоретические знания в практической деятельности.

Перечень используемого оборудования: Учебник, рабочая тетрадь, раздаточный материал, проектор, ноутбук, наглядные пособия.

Пояснение к работе: Ход выполнения практического занятия фиксируется в рабочих тетрадях.

Задание: Ответить на вопросы:

- Какие военные профессии вы знаете?
- Для чего необходимы военные кадры РФ?
- Кто занимается контролем подготовки военных специалистов?
 - Назовите основные учебные заведения страны, занимающиеся подготовкой военных специалистов.

Практическая работа №8 Составление сравнительной таблицы на тему: «Перечень военно-учетных специальностей». Определение среди перечня военно-учетных специальностей родственные получаемой

специальности и применение профессиональных знаний в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью.

Цель работы: Закрепить теоретические знания в практической деятельности.

Перечень используемого оборудования: Учебник, рабочая тетрадь, раздаточный материал, проектор, ноутбук, наглядные пособия.

Задание: Постройте обобщающую таблицу, в которой охарактеризуете следующие понятия:

- Военные специальности
- Военные кадры
- Старший офицерский состав
- Младший офицерский состав

Составление сводной (обобщающей) таблицы по теме - это вид самостоятельной работы студента по систематизации объёмной информации, которая сводится (обобщается) в рамки таблицы. Формирование структуры таблицы отражает склонность студента к систематизации материала и развивает его умения по структурированию информации. Краткость изложения информации характеризует способность к её свертыванию. В рамках таблицы наглядно отображаются как разделы одной темы (одноплановый материал), так и разделы разных тем (многоплановый материал).

Задание: Ответить на вопросы:

- Какие военные профессии вы знаете?
- Для чего необходимы военные кадры РФ?
- Кто занимается контролем подготовки военных специалистов?
- Назовите основные учебные заведения страны, занимающиеся подготовкой военных специалистов.

5. Заполните таблицу

Виды Вооруженных Сил	Задачи	Структура	Вооружение
Сухопутные войска			
			Самолеты, гидросамолеты, вертолеты. Основа мощи-сверхзвуковые всепогодные самолеты
		Подводные, надводные силы; морская авиация; береговые войска	

Постройте схему, показывающую структуру Вооруженных Сил Российской Федерации.

Вооруженные Силы РФ

Тыл Вооруженных Сил

Военно-Морской Флот

Практическая работа № 9-16 Строевая стойка и повороты на месте. Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него. Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте.

Построение и отработка движения походным строем. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Цель: Выработать навыки в выполнении строевой стойки и поворотов на месте. Дать практику в подаче команд. Выработка строевой выправки обучаемых.

Задачи:

1. Практически отработать строевой прием строевая стойка и повороты на месте.
2. Практически отработать строевой прием движение строевым шагом.

Продолжительность – 1 час

Оборудование:

Строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ

Ход выполнения задания:

Строевая подготовка является одним из важнейших предметов военного обучения и воспитания. Она дисциплинирует обучаемых, вырабатывает у них отличную строевую выправку, умение быстро и четко выполнять строевые приемы, прививает аккуратность, ловкость и выносливость. Строевая подготовка — дело сугубо практическое. Каждый прием или действие нужно отрабатывать многократным повторением, придерживаясь такой последовательности:

- назвать прием (действие) и подать команду, по которой он выполняется;
- показать образцовое выполнение приема (действия) в целом, затем по подразделениям с одновременным кратким объяснением правил и порядка его выполнения;
- научить обучаемых технике выполнения приема (действия) сначала по подразделениям, затем в целом;
- тренировать учащихся в выполнении приема (действия), добиваясь ловкости, быстроты и четкости действия.

Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО». По этой команде стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подогнуть; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию. Строевая стойка на месте принимается и без команды: при отдавании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

Повороты на месте выполняются по командам: «**Напра-ВО**», «**Нале-ВО**», «**Кру-ГОМ**». Повороты кругом, налево производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; повороты направо — в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке. Повороты выполняются в два приема: первый прием — повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела да впереди стоящую ногу; второй прием — кратчайшим путем приставить другую ногу.

Разучивание строевой стойки

1. Выполнение этого подготовительного упражнения осуществляется по команде "**Носки свести, делай – РАЗ, носки развести, делай – ДВА, носки свести, делай – РАЗ**" и т.д. После одиночной тренировки применить попарную тренировку, для чего произвести расчет отделения на первый и второй и подать команду: "**Первые номера налево, а вторые напра – ВО**", затем: "**Первые номера проверяют, вторые выполняют – к попарной тренировке – ПРИСТУПИТЬ**".

2. Приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед, подборание живота, развертывание плеч и опускание рук посередине бедра:

Начиная это упражнение, необходимо сделать глубокий вдох и в таком положении задержать грудную клетку, сделать выдох и продолжить дыхание с приподнятой грудью.

Приподнять грудь, корпус тела следует немного подать вперед и подобрать живот, а плечи развернуть. Руки при этом опускаются так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедер. Разучивание этого подготовительного упражнения производить по команде: **" Грудь приподнять, живот подобрать, плечи развернуть, корпус тела подать живот, делай – РАЗ, принять первоначальное положение, делай – ДВА"**.

3. Слитная тренировка всех элементов строевой стойки.

Подать команду: "СТАНОВИСЬ", "СМИРНО". Проверить правильность выполнения строевой стойки для чего необходимо приказать обучаемым подняться на носки. Если строевая стойка принята правильно, то все обучаемые легко, без наклона вперед выполняют команду. Или подать команду: "Поднять носки, делай – РАЗ". Те, кто принял правильную строевую стойку, носки поднять не смогут.

Руки согнуты в локтях, кисти рук находятся не на середине бедра и не обращены ладонями внутрь, пальцы не полусогнуты и не касаются бедра.

Грудь не приподнята, живот не подобран, плечи не развернуты, корпус не подан вперед.

Голова опущена, выставлен подбородок.

Разучивание поворотов на месте

1. Поворот направо разучивается по разделениям на два счета. Показав прием по разделениям скомандовать: **"Направо, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА"**. Следить за тем, чтобы обучаемые по первому счету, резко повернувшись в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке, сохраняли положение корпуса, как при строевой стойке, и не сгибали ног в коленях, перенося тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Каблук сзади стоящей ноги и носок впереди стоящей ноги должны быть развернуты так, чтобы после окончания поворота носки оказались развернутыми на ширину ступни. Положение рук должно быть, как при строевой стойке. При неправильном или нечетком выполнении элемента по счету **"раз"** подается команда **"Отставить"**. По счету **"делай – ДВА"** кратчайшим путем приставить левую ногу, не сгибая ее в колене. Разучив поворот направо по разделениям, приступить к разучиванию его в целом. Для этого подать команду **"Напра-ВО"** и сопровождать подсчетом вслух **"РАЗ, ДВА"**. Изучение приема можно продолжить под счет самих обучаемых или под барабан.

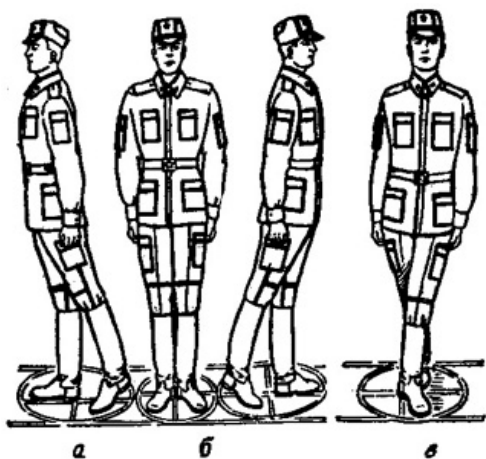
2. Поворот налево разучивается по разделениям на два счета. Показав прием по разделениям скомандовать: **"Налево, по разделениям, делай – РАЗ"**. Обучаемые должны повернуться на левом каблуке и правом носке, перенести тяжесть тела на левую ногу, сохраняя правильное положение корпуса, не сгибая ног в коленях и не размахивая во время поворота руками. По счету **"делай – ДВА"** правую ногу надо кратчайшим путем приставить к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернутыми на ширину ступни.

3. Поворот кругом выполняется по команде **"Кру – ГОМ"** также, как поворот налево, с той лишь разницей, что разворот корпуса делается на 180 градусов. По команде **"Кругом, по разделениям, делай – РАЗ"** надо резко повернуться на левом каблуке и правом носке, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на каблук левой ноги, подавая корпус немного вперед. При повороте кругом также не допускается размахивание руками вокруг корпуса. По счету **"делай – ДВА"** надо кратчайшим путем приставить правую ногу к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернутыми на ширину ступни. Добившись правильного выполнения приема по разделениям перейти к тренировке обучаемых в выполнении поворота кругом в целом.

Во время поворота ноги (нога) сгибаются в коленях.

Кисти рук не посередине бедер и пальцы не касаются бедра.

Нога приставляется не кратчайшим путем.



Положение ног при повороте:

а – направо; б – налево; в - кругом

Движение строевым шагом начинается по команде «**Строевым шагом — МАРШ**» (в движении «**Строевым — МАРШ**»), а движение походным шагом — по команде «**Шагом — МАРШ**». По предварительной команде подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом. При движении строевым шагом (рис. 3) ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15—20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню. Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: вперед — сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела, а локоть находился на уровне кисти руки; назад — до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты, голову держать прямо, смотреть перед собой. При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения около тела. При движении походным шагом по команде «**СМИРНО**» перейти на строевой шаг. При движении строевым шагом по команде «**ВОЛЬНО**» идти походным шагом.

На практическом занятии осуществляется:

Последовательность обучения движению строевым шагом рекомендуется следующая:

- тренировка в движении руками;
- тренировка в обозначении шага на месте;
- тренировка в движении строевым шагом на четыре счета;
- тренировка в движении строевым шагом на два счета;
- тренировка в движении строевым шагом в замедленном темпе (со скоростью 50-60 шагов в минуту);
- тренировка в движении строевым шагом в уставном темпе по разметке строевой площадки.

Разучивать, строевой шаг рекомендуется, по элементам применяя, для этого подготовительные упражнения.

Первое подготовительное упражнение - движение руками, подается команда «**движение руками, делай РАЗ, делай - ДВА**». По счету «**делай - РАЗ**» обучаемые должны согнуть правую руку в локте, производя движение ею от плеча около тела так, чтобы кисть руки поднялась на ширину ладони выше пряжки пояса и находилась на расстоянии ладони от тела; одновременно левую руку отвести назад до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук должны быть полусогнуты, а локоть правой руки слегка приподнят. По счету «**делай ДВА**» обучаемые должны произвести движение левой рукой вперед, а правой начиная от плеча, назад до отказа.

Второе подготовительное упражнение - обозначение шага на месте производится по команде «**На месте, шагом - МАРШ**». По этой команде обучаемые поднимают ногу на 15-20 см от земли и ставят ее на землю на всю ступню.

Для отработки подготовительного упражнения для рук с шагом на месте преподаватель подает команду «**движение руками с шагом на месте, делай - РАЗ, делай - ДВА**». В период тренировки особое внимание обращается на правильное движение и положение рук.

Третье подготовительное упражнение - движения строевым шагом по разделениям на четыре и на два счета по команде «**Строевым шагом, по разделениям на четыре счета, шагом - Марш**». После команды «**МАРШ**» считает: «**РАЗ, два, три, четыре; РАЗ, два, три, четыре**» и т.д. Счет, раз - произносится громко.

После отработки подготовительного упражнения на четыре счета преподаватель повторяет это же движение на два счета, для чего подает команду «**Строевым шагом, по разделениям на два счета, шагом - МАРШ**» и считает: «**раз, два; раз, два**» и т.д. Под счет «раз» выполняется шаг под счет «два - выдержка».

При обучении движению строевым шагом необходимо добиться, чтобы обучаемые, при движении не раскачивались из стороны в сторону. Причина раскачивания - неправильная постановка ног при движении: вместо того, чтобы ставить ноги внутренней частью стоп по оси движения, ставят их в стороны, при этом центр тяжести тела с каждым шагом смещается то вправо, то влево.

Если обучаемый при движении строевым шагом, как бы подпрыгивает, ему надо указать на его ошибку и потребовать, чтобы он переносил тяжесть тела с ноги на ногу, равномерно, а не рывками. Нельзя допускать при движении заноса одной ноги за другую.

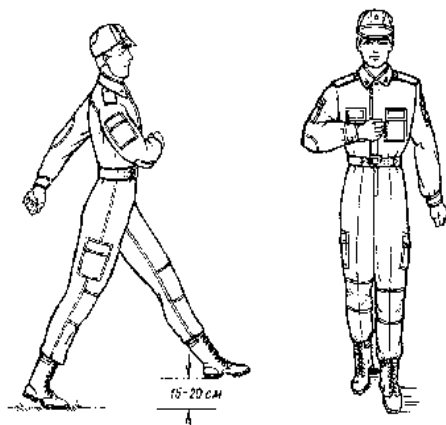


Рис. 3. Движение строевым шагом

Нарушается координация движения рук и ног.

Голова опущена вниз.

Движение руками около корпуса производится не от плеча, а за счет сгибания в локтях.

Движение рук вперед производится значительно выше (ниже) установленной высоты, при этом локоть находится не на уровне кисти руки, а при движении назад рука отводится не до отказа в плечевом суставе.

Не оттянут носок вынесенной вперед ноги.

Ноги не ставятся твердо на всю ступню.

Нарушается строевая стойка.

Темп движения значительно меньше (больше) 110-120 шагов в минуту.

Контрольные вопросы:

1. Для чего нужна строевая подготовка?
2. Когда принимается строевая стойка?
3. Какая команда подается для принятия строевой стойки?
4. Какая команда подается для выполнения поворотов?
5. Для чего применяется строевой шаг?
6. Высота подъема ноги при строевом шаге?
7. Какая команда подается для движения строевым шагом?

8. Какая команда подается для движения походным шагом?

Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении

Воинское приветствие выполняется четко, молодежато, с точным соблюдением правил строевой стойки и движения. Для выполнения воинского приветствия на месте вне строя без головного убора необходимо за три-четыре шага до начальника (старшего) повернуться в его сторону, принять строевую стойку и смотреть ему в лицо, поворачивая вслед за ним голову. Если головной убор надет, то, кроме того, приложить кратчайшим путем правую руку к головному убору так, чтобы пальцы были вместе, ладонь прямая, средний палец касался нижнего края головного убора (у козырька), а локоть был на линии и высоте плеча (рис. 1). При повороте головы в сторону начальника (старшего) положение руки у головного убора остается без изменения (рис. 2). Когда начальник (старший) минует выполняющего воинское приветствие, голову поставить прямо и одновременно с этим опустить руку. В Строевом уставе отмечается, что для выполнения воинского приветствия в движении вне строя без головного убора за три-четыре шага до начальника (старшего) одновременно с постановкой ноги необходимо прекратить движение руками, повернуть голову в его сторону и смотреть ему в лицо. Пройдя начальника (старшего), голову поставить прямо и продолжать движение руками. При надетом головном уборе одновременно с постановкой ноги на землю следует повернуть голову и приложить правую руку к головному убору, левую руку держать неподвижно у бедра (рис. 2); пройдя начальника (старшего), одновременно с постановкой левой ноги на землю голову поставить прямо, а правую руку опустить. При обгоне начальника (старшего) воинское приветствие выполняется с первым шагом обгона. Со вторым шагом голову необходимо поставить прямо и правую руку опустить. Если у военнослужащего руки заняты ношей, воинское приветствие выполняется поворотом головы в сторону начальника (старшего). Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении В Строевом уставе по этому вопросу записано: «Для выполнения воинского приветствия в строю на месте, когда начальник подойдет на 10-15 шагов, командир отделения командует: «Отделение, СМИРНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО, на-СРЕДИНУ)». По этой команде военнослужащие отделения принимают строевую стойку, одновременно поворачивают голову направо (налево) и провожают начальника взглядом, поворачивая вслед за ним голову.

При подходе начальника с тыльной стороны строя командир отделения поворачивает отделение кругом, а затем подает команду для выполнения воинского приветствия. Командир отделения, подав команду для выполнения воинского приветствия, прикладывает руку к головному убору, подходит строевым шагом к начальнику, за два-три шага до него останавливается и докладывает. Например: «Товарищ лейтенант. Второе отделение занимается тем-то. Командир отделения сержант Петров». Начальник, которого приветствуют, прикладывает руку к головному убору после подачи команды для выполнения воинского приветствия. Окончив доклад, командир отделения, не опуская руку от головного убора, делает левой (правой) ногой шаг в сторону с одновременным поворотом направо (налево) и, пропустив начальника вперед, следует за ним в одном-двух шагах сзади и с внешней стороны строя. По прохождении начальника или по команде «ВОЛЬНО» командир отделения командует: «ВОЛЬНО» - и опускает руку. Если начальник обратится к военнослужащему, находящемуся в строю, по воинскому званию и фамилии, он отвечает: «Я», а при обращении только по воинскому званию военнослужащий в ответ называет свою должность, звание и фамилию. На завершающий этап занятия приходится наиболее сложная его часть - отработка воинского приветствия в строю в движении. В Строевом уставе по этому поводу отмечается: «Для выполнения воинского приветствия в строю в движении за 10-15 шагов до начальника командир отделения командует: «Отделение, СМИРНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО)». По команде «СМИРНО» все военнослужащие переходят на строевой шаг, а по команде «Равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО)» одновременно поворачивают голову в сторону начальника и прекращают движение руками. Командир отделения, повернув голову, прикладывает руку к головному убору». По прохождении начальника или

по команде «ВОЛЬНО» командир отделения командует; «ВОЛЬНО» - и опускает руку. После объяснения и показа преподаватель приступает к отработке команд. Для этого он строит группу в колонну по три или четыре, напоминает старшему группы о его командах и действиях, становится от группы на удалении примерно 20 шагов и подает команду «Группа, шагом - МАРШ». При прохождении группы мимо преподавателя он делает замечания отдельным учащимся и всей группе. Строевой устав содержит положения и на случай обращения начальника к строю во время его прохождения мимо него. В нем указывается: «На приветствие начальника или при объявлении благодарности военнослужащие отвечают громко, ясно, согласованно. В движении все военнослужащие начинают ответ с постановкой левой ноги на землю, произнося последующие слова на каждый шаг». Порядок выполнения работы: 1. Прослушать устно разъяснения преподавателя по данной теме; 2. Дополнить фразы: Строевая подготовка Строй - Шеренга - Фланг - Фронт Тыльная сторона строя - Интервал - Дистанция - Ширина строя - Глубина строя - Одношереножный строй - Двухшереножный строй - Ряд - Колонна Разомкнутый строй - Сомкнутый строй - Развернутый строй - Свернутый строй - Походный строй - Направляющий - Замыкающий 3. Сдать работу; 4. Выполнить команды:

28

«Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!», повороты на месте :«Напра-ВО!» «НалеВО», «Кру- ГОМ», «Строевым шагом - МАРШ!», повороты в движении: :«Напра-ВО!» «Нале-ВО», «Кругом

Практическая работа № 17-19 Неполная разборка и сборка автомата. Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата. Принятие положение для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание.

Цель: Ознакомление обучаемых с порядком проведения неполной разборки и сборки автомата. Формирование навыков умелого обращения с оружием.

Воспитание чувства гордости за Отечественное оружие

Задачи:

Выработать практические навыки в проведении неполной разборки и сборки автомата.

Продолжительность – 1 час

Оборудование:

Автомат АК-74, стол для сборки-разборки оружия, руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

Ход выполнения задания:

Разборка автомата может быть неполная и полная:

- неполная разборка применяется для чистки, смазки и осмотра автомата;
- полная разборка применяется для чистки при сильном загрязнении автомата, после нахождения его под дождем или в снегу, при переходе на новую смазку и при ремонте.

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. При сборке автомата сличить номера на его частях; у каждого автомата номеру на ствольной коробке должны соответствовать номера на газовой трубке, затворной раме, затворе, крышке ствольной коробки и других частях автомата.

1. Порядок неполной разборки автомата.

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.

Проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы и



спустить курок с боевого взвода.

Вынуть пенал с принадлежностью из гнезда приклада. 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. У автомата со складывающимся прикладом пенал носится в кармане сумки для



магазинов.

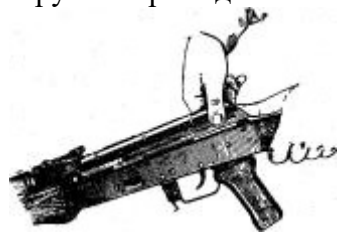
Отделить шомпол. Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки, и вынуть шомпол вверх. При отделении шомпола



разрешается пользоваться выколоткой.

Отделить у автомата дульный тормоз-компенсатор. Утопить отверткой фиксатор дульного тормоза-компенсатора. Свернуть дульный тормоз-компенсатор с резьбового выступа основания мушки (со ствола), вращая его против хода часовой стрелки.

Отделить крышку ствольной коробки.левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и



отделить крышку.

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.



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.

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.

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.



2. Порядок сборки автомата после неполной разборки.

Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой камеры и прижать задний конец ствольной накладки к стволу; повернуть с помощью пенала принадлежности замыкатель на себя до входа его фиксатора в выем на колодке прицела.

Присоединить затвор к затворной раме. Взять затворную раму в левую руку, а затвор в правую руку и вставить затвор цилиндрической частью в канал рамы; повернуть затвор так, чтобы его ведущий выступ вошел в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперед.

Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке. Взять затворную раму в правую руку так, чтобы затвор удерживался большим пальцем в переднем положении.левой рукой обхватить шейку приклада, правой рукой ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы, небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.

Присоединить возвратный механизм. Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперед и, опустив несколько книзу, ввести его пятку в продольный паз ствольной коробки.

Присоединить крышку ствольной коробки. Вставить крышку ствольной коробки передним концом в полукруглый вырез на колодке прицела; нажать на задний конец крышки ладонью правой руки вперед и книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошел в отверстие крышки ствольной коробки.

Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель. Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик вверх до отказа.

Присоединить дульный тормоз-компенсатор. Навернуть дульный тормоз-компенсатор на резьбовой выступ основания мушки (на ствол) до упора.

Присоединить, шомпол.

Вложить пенал в гнездо приклада. Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой.

Присоединить магазин к автомату. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина и повернуть магазин на себя так, чтобы защелка заскочила за опорный выступ магазина.

Контрольные вопросы:

1. Назначение и ТТХ АК-74?
2. В каких случаях производится неполная и полная разборка и сборка АК-74?
3. Назначение частей АК-74?

Практическая работа № 20

Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей. Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности. Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий.

Цель: приобрести навыки оказания первой медицинской помощи при кровотечениях

Ход работы

Приемы и способы остановки артериальных кровотечений, правила наложения повязок при ранениях прижатием

При наличии у человека кровоточащих ран важно как можно быстрее остановить кровотечение. Наиболее быстро это можно сделать, прижав пальцем кровеносный сосуд к прилегающей кости (рисунок 1).

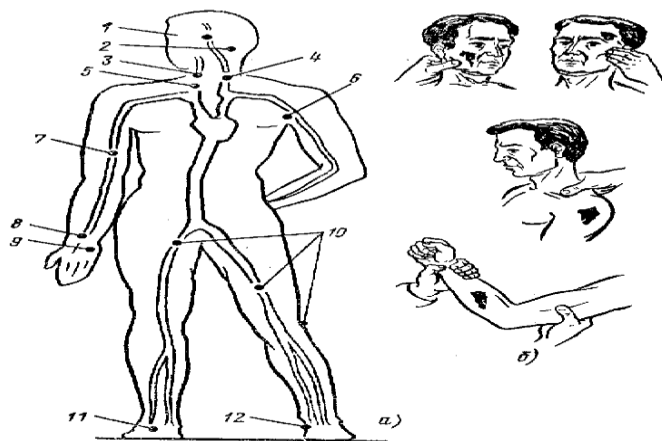


Рисунок 1- Места прижатия артерий для остановки кровотечения из сосудов
а- главные места прижатия артерий: 1- височной; 2- затылочной; 3, 4-сонной; 5-подключичной; 6- подмышечной; 7- плечевой; 8- лучевой; 9-локтевой; 10- бедренной; 11-передней большеберцовой; 12- задней большеберцовой; б- примеры пальцевого прижатия

При кровотечениях из ран головы прижимают височную артерию впереди козелка уха, на уровне брови. При кровотечении из ран щеки или губы прижимают нижнечелюстную артерию на нижней челюсти против малого коренного зуба; кровотечение из ран головы и лица можно остановить также путем прижатия одной из сонных артерий (сбоку от гортани) к шейным позвонкам.

с помощью жгута или закрутки

Кровотечение из плечевой артерии можно остановить, вдавив тугий валик из ваты в подмышечную впадину; из ран на ноге - путем прижатия бедренной артерии по середине пахового сгиба (рисунок 2).

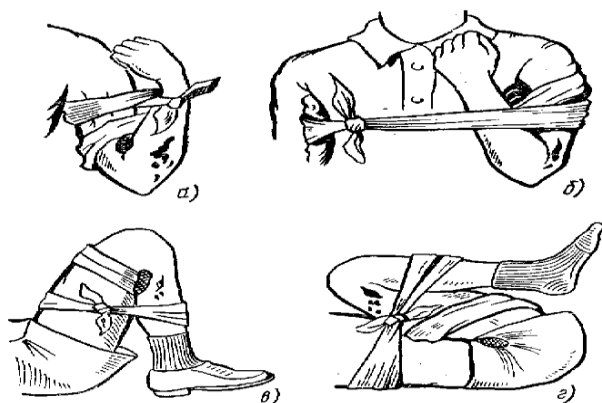


Рисунок 2- Сгибание конечности в суставах для остановки кровотечения:
а- из предплечья; б- из голени; в- из голени; г- из бедра

Сильное артериальное кровотечение из ран на конечностях останавливается наложением выше ран жгута или закрутки (рисунок 3). Перед наложением жгута (резинового) под него необходимо подложить мягкую подкладку из материи, ваты или марли. Жгут слегка растягивают и делают вокруг конечности несколько витков один к другому. чтобы образовалась широкая давящая поверхность; концы жгута скрепляют с помощью крюча и цепочки или завязывают.

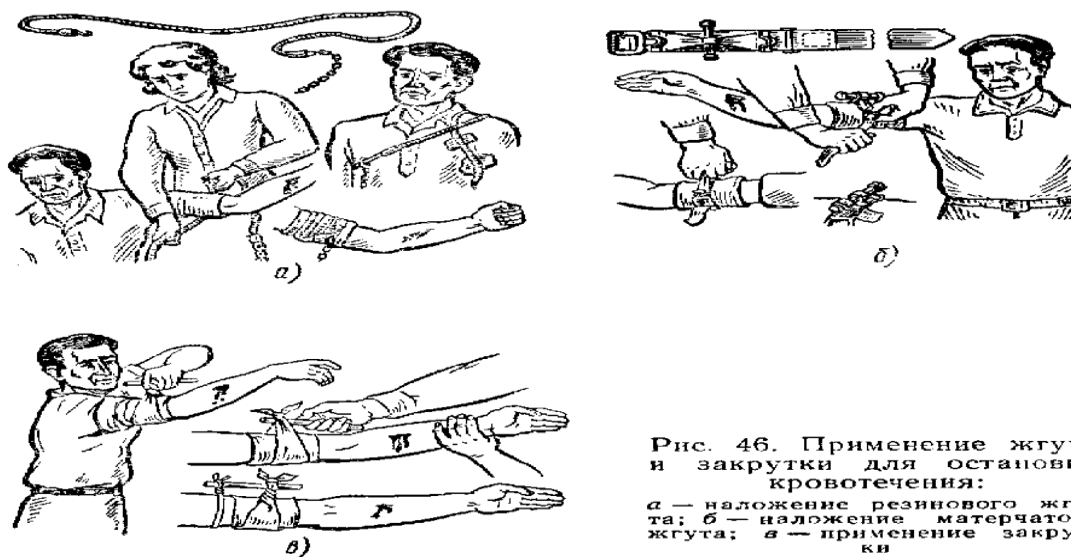


Рис. 46. Применение жгута и закрутки для остановки кровотечения:
а — наложение резинового жгута; б — наложение матерчатого жгута; в — применение закрутки

Рисунок 3 - Применение жгута и закрутки для остановки кровотечения:
а - наложение резинового жгута; б - наложение матерчатого жгута; в - применение закрутки

. Матерчатый жгут - хлопчатобумажную тесьму- накидывают на конечность и наматывают в несколько слоев. Свободный конец тесьмы затем продевают в пряжку, затягивают как можно туже и закрепляют с помощью закрутки. При отсутствии жгута можно использовать подручные средства (веревку, платок, бинт, брючный ремень), с помощью которых накладывается закрутка. Жгут (закрутка) накладывается не более чем на 1,5...2 часа, а в холодное время- не более чем на 1 час, иначе может произойти омертвление конечностей.

Время наложения жгута (закрутки) обязательно отмечают (карандашом, ручкой) на самой повязке или на бумаге, которую подкладывают под жгут (закрутку).

максимальным сгибанием конечностей

Другим надежным способом остановки кровотечения из ран конечностей является максимальное сгибание конечности в суставах с фиксацией ее в таком положении (рисунок 4).

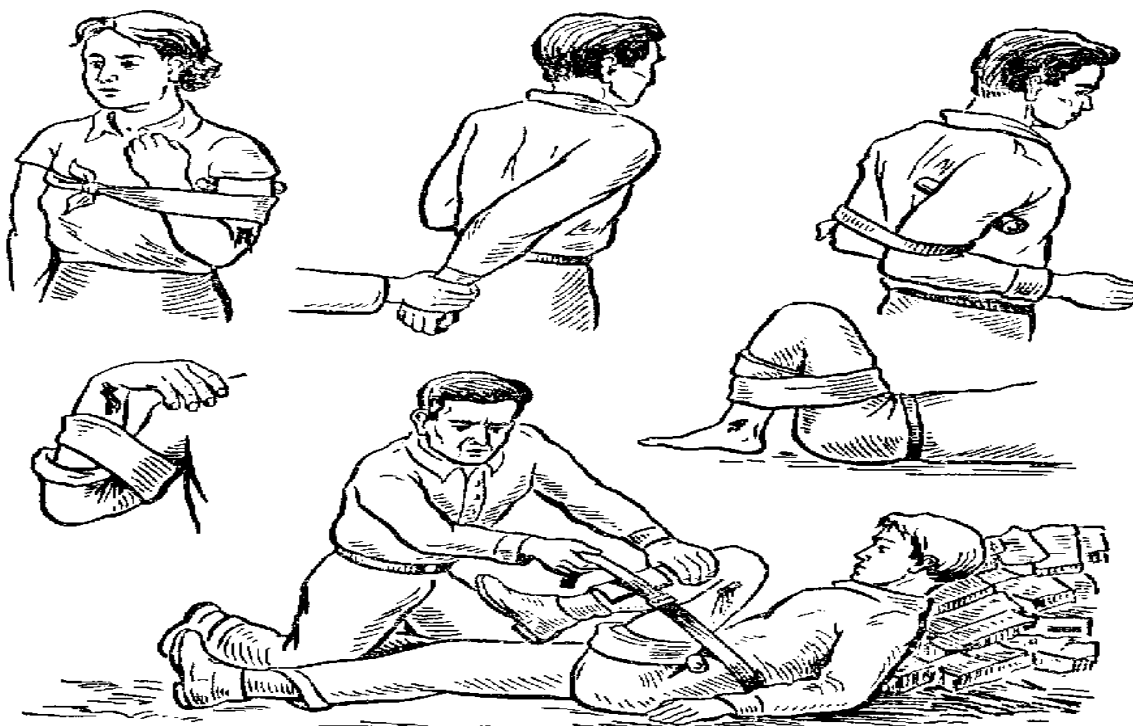


Рисунок 4 - Приемы остановки кровотечения максимальным фиксированным сгибанием конечности

Задание.

1. Решить ситуационные задачи.

2. Изучить материал учебника БЖД стр. 248-266. Ответить на контрольные вопросы письменно.

3. Работа в парах: наложить закрутку, наложить повязки на руку, голову, ногу, наложить шину при переломе голени.

Контрольные вопросы.

Дайте формулировку кровотечению.

Перечислите виды кровотечений.

Что такое асептика?

Что такое антисептика?

Перечислите виды ран.

Какие способы остановки кровотечений существуют?

Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов.

Как оказать помощь при открытом переломе?

Как оказать помощь при закрытом переломе?

Задание 1. Расставьте в правильном порядке действия при наложении жгута при артериальном кровотечении.

1. Концы жгута фиксируются при помощи крючка. 2. Если жгут наложен правильно то конечность бледнеет, кровотечение останавливается. 3. Жгут накладывают поверх одежды (длинной мягкой подкладки, нескольких слоев бинта). 4. К одежде пострадавшего на самом видном месте прикрепляется записка с точным указанием даты часа и минут наложения жгута. 5. Конечность приподнимают. 6. Жгут накладывают на конечность в растянутом состоянии выше места кровотечения и как можно ближе к месту повреждения, чтобы ограничить обескровливание конечности. 7. делают 2 - 3 витка, непосредственно прилегающих. 8. Жгут растягивают.

Задание 2. Решите ситуационную задачу, В результате дорожно-транспортного происшествия у пострадавшего началось артериальное кровотечение, Каковы будут ваши действия?

Задание 3. Отработайте навыки оказания первой помощи по остановке: 1) артериального кровотечения, используя методы пальцевого прижатия артерии, наложения жгута, жгута закрутки, максимального сгибания конечности в суставе; 2) венозного кровотечения, используя метод наложения давящей повязки. Техническое оснащение: подстилка на пол, жгут, жгут- закрутка, палочка, бинты, салфетки, муляж человека

Практическая работа № 21 Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания. Наложение шины на место перелома, транспортировка поражённого.

Цель: ознакомиться с первой медицинской помощи при переломах

Ход работы

При переломах пострадавшему необходимо обеспечить покой и неподвижность (иммобилизацию) сломанной кости. Иммобилизация достигается путем наложения стандартных или изготовленных из подручных материалов шин. В качестве подручных средств можно использовать палки, трости, лыжи, зонты, доски, фанеру, пучки веток т.д. Шины накладывают на наружную и внутреннюю поверхности сломанной конечности. Они должны обязательно обеспечивать неподвижность двух прилегающих к месту перелома суставов (рисунок 6). При наложении шин на обнаженную поверхность их необходимо обложить ватой или любым мягким подручным материалом, а затем закрепить бинтом, полотенцем, косынками, ремнями и т.д.

При открытых переломах сначала с помощью жгута останавливают кровотечение, а затем на рану накладывают повязку. После этого пострадавшему вводят обезболивающее средство и обеспечивают иммобилизацию конечности. Если при первичном осмотре трудно отличить ушибы и вывихи от переломов костей, то помощь необходимо оказывать, как при переломах.

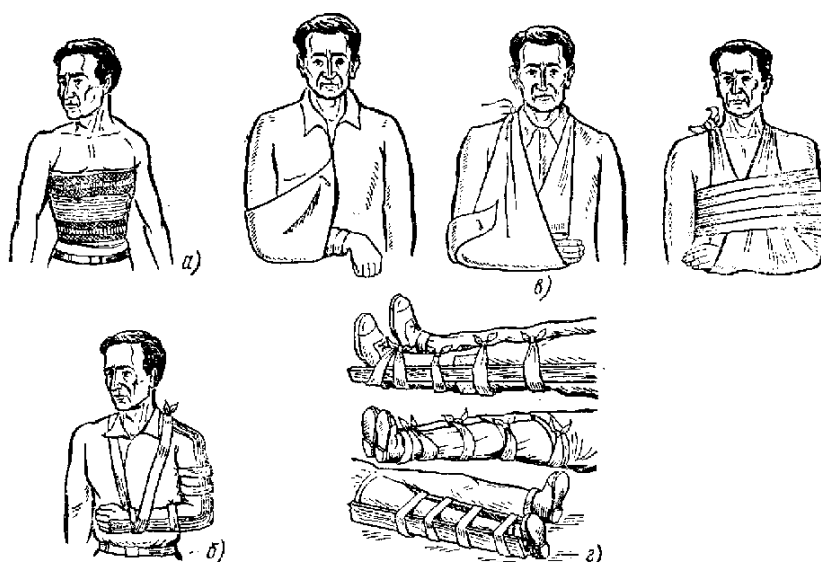


Рисунок 6 - Способы иммобилизации при переломах:

а - ребер; б - плеча; в - костей предплечья; г - нижних конечностей

При переломе костей предплечья руку в локтевом суставе сгибают под прямым углом ладонью к туловищу. Шину берут такой длины, чтобы один ее конец охватывали пальцы

руки, а второй заходил за локтевой сустав. В таком положении шину закрепляют бинтом, а руку подвешивают на косынке или ремне.

При переломе плечевой кости предплечье сгибают под прямым углом в локтевом суставе, а на сломанную кость плеча накладывают две шины: одну с наружной стороны плеча, а другую от подмышечной впадины до локтевого сустава. Затем обе шины прибинтовывают к плечу и согнутое предплечье подвешивают на ремень или косынку (рисунок 6).

При отсутствии табельной шины или подручных средств согнутую в локте руку подвешивают на косынке, ремне и прибинтовывают к туловищу.

Для наложения шинной повязки при переломе бедра необходимо иметь как минимум две большие шины. Одну из них накладывают по наружной поверхности конечности, при этом один ее конец должен находиться подмышкой, а другой немного выступать за стопу. Вторую шину накладывают по внутренней поверхности ноги так, чтобы один ее конец достигал области промежности, а другой выступал за край стопы. В таком положении шины прибинтовывают к туловищу.

В случае отсутствия табельных шин или подручных средств поврежденную ногу следует прибинтовать к здоровой.

При переломе голени первую помощь оказывают так же, как и при переломе бедра.

При переломе таза пострадавшего необходимо уложить на спину и подложить под колени валик (скатку пальто, куртку, подушку, чтобы уменьшить напряженность мышц бедер и живота).

Раненого в позвоночник следует очень бережно в горизонтальном положении положить на твердую подстилку (щит, доску), избегая при этом любых сотрясений и сгибания позвоночника.

При переломах ребер на грудную клетку нужно наложить тугую круговую повязку.

При переломе ключицы в подмышечную впадину с травмированной стороны подкладывают ком ваты и плечо туго прибинтовывают к туловищу, а предплечье подвешивают на косынке, второй косынкой прикрепляют руку к туловищу.

При переломах челюсти нужно прикрыть рот и зафиксировать челюсть повязкой.

Приложение №1 «Ситуационные задачи»

Задача № 1

На твоих глазах грузовой машиной сбит пешеход. Он без сознания, лежит на спине. Его лицо в крови, правая нога неестественно повернута, а во круг нее растекается лужа крови. Дыхание шумное, с характерным свистом на вздохе.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

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

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

Задача № 2

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

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. вызвать скорую помощь

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

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

Задача № 3

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

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

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

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

Задача № 4

В походе туристу деревом придавило ноги. Он в таком состоянии находится уже более 2-ух часов, но в сознании.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. поднять дерево и освободить ноги
2. не поднимать дерево и не тревожить пострадавшего до прибытия спасательных служб, даже если на их ожидание потребуются сутки
3. снять обувь и обложить ноги и обложить ноги ниже препятствия бутылками или фляжками с горячей водой (воду согреть на костре)
4. обложить ноги бутылками и фляжками, заполненными ледяной родниковой водой
5. туго забинтовать ноги до места повреждения
6. предложить обильное теплое питье (например, чай из термоса)
7. исключить прием, какой-либо жидкости
8. дать 2-3 таблетки анальгина
9. наложить защитные жгуты на бедра выше места сдавливания
10. постоянно растирать и массировать ноги до освобождения пострадавшего
11. наложить импровизированные шины от подмышек до пяток
12. наложить импровизированные шины от паховой складки до пяток

13. туго забинтовать до паховых складок
14. переносить или перевозить пострадавшего только на носилках, даже при удовлетворительном самочувствии

Правильные ответы: 4,5,6,8,9,1,13,11,14

Приложение №2 «Доврачебная помощь»

Доврачебная помощь — комплекс простейших срочных мероприятий для спасения жизни человека и предупреждения осложнений при несчастном случае или внезапном заболевании, проводимых на месте происшествия самим пострадавшим (самопомощь) или другим лицом, находящимся поблизости (взаимопомощь). Доврачебная помощь оказывается пострадавшему до прибытия профессиональной медицинской помощи и призвана:

- спасти человеку жизнь;
- не допустить ухудшения его состояния;
- создать условия для его дальнейшего лечения и выздоровления.

Доврачебная помощь пострадавшим должна оказываться немедленно и профессионально. От этого зависят жизнь и последствия травм, ожогов, отравлений. Доврачебная помощь пострадавшему не должна заменять помощи со стороны медицинского персонала и оказывается лишь до прибытия врача. Она должна ограничиваться строго определенными видами помощи (временная остановка кровотечения, перевязка раны, неподвижная повязка при переломах, искусственное дыхание и т. д.).

Прежде, чем оказывать доврачебную помощь пострадавшему, необходимо оценить ситуацию и определить:

- что произошло;
- что явилось причиной происшедшего;
- количество пострадавших;
- сохраняется ли опасность для вас и пострадавшего (пострадавших);
- можно ли кого-нибудь привлечь для оказания помощи;
- следует ли вызывать скорую помощь и как это сделать.

Оценивая ситуацию, особое внимание следует уделить вопросу, сохраняется ли опасность для вас и пострадавшего и насколько эта опасность велика. Важно выяснить, есть ли доступ к пострадавшему (пострадавшим) и что нужно сделать, если этот доступ затруднен. При оценке ситуации необходимо сохранять хладнокровие и здравый смысл, чтобы принятое решение не оказалось ошибкой. Во многих ситуациях быстрая и точная оценка может оказаться жизненно важной для пострадавшего.

Если в ходе оценки ситуации установлено, что имеется опасность для вас и для пострадавшего, необходимо

Практическая работа №22 Первая (доврачебная) помощь при ожогах. Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током. Первая (доврачебная) помощь при утоплении.

Цель: закрепление теоретических знаний по проведению первой медицинской помощи, приобретение практических умений при ожогах
Оборудование: бинт, вата, марлевые салфетки, нашатырный спирт, раствор пищевой соды, вазелин, несоленое масло.
Задачи. 1. Составить алгоритм проведения ПМП 2. Научиться проводить ПМП 3. Решить ситуационные задачи
Ход работы: 1. Ожоги Ожог - повреждение тканей, вызванное воздействием высокой температуры (световое излучение, пламя, кипятком) - термический ожог, воздействие химических веществ - химический ожог. В зависимости от глубины поражения ожоги подразделяются на 4 степени тяжести (I-IV). Первая помощь: - тушение горящей одежды; - повязка на обожженную поверхность тела; - холод (лед, вода). При химических ожогах обожженный участок тела обильно орошают струей воды и накладывают повязку. Во всех случаях рекомендуется дать подсоленное питье. Ход работы 1. При оказании помощи при

ожогах следует помнить, что они бывают трех степеней. Ожоги первой степени повреждают поверхностные слои кожи, при этом пораженные участки кожи краснеют и

припухают. При ожогах второй степени на покрасневшей и припухшей коже появляются пузыри разных размеров, наполненные жидкостью. При ожогах третьей степени происходит не только повреждение всех слоев кожи, но и тканей, которые залегают глубже. Поврежденные участки кожи мертвеют, обугливаются. Обморожения — это повреждения, которые возникают вследствие воздействия низких температур. При обморожении первой степени происходит побледнение кожи и появляется сильная боль. Вторая степень обморожения сопровождается припухлостью кожи, образованием темно-красных пятен и потерей чувствительности. При обморожении третьей степени происходит омертвление кожи. При оказании первой помощи необходимо дифференцированно подходить к каждому случаю повреждения кожи вследствие ожога или обморожения.

2. Окажите помощь условно потерпевшему от ожогов. При ожогах первой степени обожженный участок (например, кисть руки) промойте раствором соды, далее на поврежденное место наложите содовую примочку. При отсутствии соды поврежденное место необходимо смазать вазелином или несоленым маслом. Окажите помощь условно потерпевшему от ожогов второй или третьей степени. Для этого необходимо взять стерильный бинт и сделать «потерпевшему» перевязку условно поврежденной части кожи. Помните, что в этих случаях нельзя дотрагиваться руками до поврежденных участков кожи, вскрывать пузыри; потерпевшего необходимо как можно скорее доставить в лечебное учреждение. Если отсутствует стерильный перевязочный материал, обычный бинт или вату можно стерилизовать, смочив в растворе перманганата калия или этиловом спирте.

3. Окажите помощь условно потерпевшему при обморожении первой степени. Для этого поврежденный участок кожи чисто вымытыми руками (либо обеззараженными этиловым спиртом) или при помощи чистого полотенца, носового платка разотрите до покраснения и смажьте поврежденный участок любым жиром. При обморожениях второй или третьей степени больному накладывают на поврежденное место стерильную повязку и как можно быстрее доставляют к врачу. При общем переохлаждении замерзшего человека переносят в теплое помещение, тело освобождают от одежды и растирают чистыми руками или чистым полотенцем до покраснения кожи. Если потерпевший потерял сознание, ему дают понюхать нашатырный спирт. При остановке дыхания потерпевшему необходимо делать искусственное дыхание. Дополнительные задания

1. Что представляет собой ожог кожи? Ожоги кожи представляют собой повреждения кожи, слизистых и глубже лежащих тканей, вызванные термическими, химическими, радиационными

Цель работы: сформировать знания о изучить приёмы первой медицинской помощи при утоплении

1. Помощь утопающим. а) Оказание помощи при истинном (синем) утоплении: - сразу же после извлечения утопающего из воды перевернуть его лицом вниз и опустить голову ниже его таза; - очистить рот от инородного содержимого и слизи; - резко надавить на корень языка; - при появлении рвотного рефлекса добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка; - при отсутствии рвотного рефлекса и дыхания - положить на спину и приступить к реанимации, периодически удаляя содержимое ротовой полости и носа; - при появлении признаков жизни перевернуть лицом вниз и удалить воду из легких и желудка; - в случае развития отека легких: усадить, наложить жгуты на ребра, наладить дыхание кислорода через пары спирта; -переносить пострадавшего только на носилках. б) Оказание помощи при бледном утоплении (после извлечения из проруби): - перенести тело на безопасное расстояние от проруби; - при отсутствии пульсации на сонной артерии приступить к сердечно-легочной реанимации; - при появлении признаков жизни перенести в теплое помещение, переодеть в сухую одежду, дать теплое питье; - вызвать “Скорую помощь”. Недопустимо! - терять время на удаление воды из легких и желудка при появлении признаков клинической смерти (помутнение роговицы глаз, трупные пятна);

- переносить пострадавшего в теплое помещение, если нет признаков жизни. Реанимация (оживление) При прекращении сердечной деятельности и дыхания пораженного положить на спину, под лопатки положить валик, голову максимально запрокинуть, раскрыть рот (при необходимости очистить), на рот наложить носовой платок (марлю), встать сбоку от пораженного (на колени), сделать глубокий вдох, плотно прижать свои губы к губам пораженного, зажать нос и с силой вдуть воздух в пораженного. Ритм проведения - 1618 раз в минуту. При остановке сердечной деятельности, одновременно с проведением искусственной вентиляции легких, приступают к непрямому массажу сердца. Пострадавший лежит на спине. Оказывающий помощь кладет ладони одна на другую, затем на нижнюю треть грудины и ритмично надавливает на нее со смещением на глубину 3-4 см., 50-60 раз в минуту. На 1 вдох делают 4-5 надавливаний на грудную клетку. Оживление считается эффективным при появлении пульса на сонных (лучевых) артериях, сужение зрачков, исчезновение синюшной окраски кожи, самостоятельного.

Практическая работа №23 Первая (доврачебная) помощь при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании.

Цель: закрепление теоретических знаний по проведению первой медицинской помощи, приобретение практических умений при обморожении. **Задачи.** 1. Составить алгоритм проведения ПМП 2. Научиться проводить ПМП 3. Решить ситуационные задачи. **Теоретическая часть** Симптомы: при обморожении 1 степени - побледнение кожи с потерей чувствительности, после согревания появляются покраснение и синюшность кожи с небольшой ее припухлостью; при обморожении 2 степени - после отогревания на коже появляются пузыри с кровянистым содержанием; при обморожении 3 степени - развивается омертвление всех слоев кожи; при обморожении 4 степени - омертвление мягких тканей и костей, всей конечности. **Первая медицинская помощь:** • быстро отогреть обмороженную часть тела, желательнее в теплом помещении; • поглаживание обмороженной части тела в направлении к сердцу; • при возникновении пузырей массаж делать не рекомендуется; • пострадавшему дают горячий чай или кофе, алкогольные напитки; • согревшийся обмороженный участок обтирают спиртом; • накладывают повязку со значительным количеством ваты;

• согревшийся обмороженный участок обтирают спиртом; • согревшийся обмороженный участок обтирают спиртом; **Профилактика отморожения** Одежда Ни для кого не секрет, что одежда играет решающую роль, так как защищает подавляющую часть тела, поэтому именно одежде стоит уделить максимальное внимание для того, чтобы избежать обморожения. Одежда должна быть теплой. Как бы это банально ни звучало. Очень важно, чтобы она не стесняла движения, была одновременно легкой и водонепроницаемой, так как намокание одежды в несколько раз увеличивает риск обморожения. В случае влажной погоды (дождь, туман, мокрый снег) одежда быстро теряет свои теплоизоляционные свойства, поэтому по возможности старайтесь просушить ее. Сделайте это перед выходом на воздух, или в походном случае - возле открытого огня, костра. В экстремальных условиях, если у вас нет возможности развести огонь согреться и просушить одежду, желательнее не прекращать движение. Любые физические нагрузки позволяют увеличить приток крови ко всем частям тела, согревая их. Двигайтесь туда, где у вас появится возможность согреться (ближайший населенный пункт, ну или к себе домой). В случае дождя или мокрого снега, старайтесь снизить площадь поражения или полностью укрыться в недоступном для непогоды месте. **Обувь** Не стоит носить тесную обувь. Это не только неудобно и доставляет проблем нижним конечностям, но и приводит к сдавливанию сосудов, что увеличивает вероятность обморожения. Ноги более всего подвержены воздействию низких температур, так как все время находятся в постоянном контакте с поверхностью земли. Обувь, большая по размеру, приводит к трению, что повышает уязвимость. Надевайте обувь по размеру. При длительных переходах ноги могут отекают, так что обувь по размеру также может причинить неудобства. В случае длительных прогулок, регулярно сжимайте и разжимайте пальцы на ногах, это позволит

улучшить приток крови и предотвратить обморожение. Не менее важна и ее сухость. И если, по тем или иным причинам, у вас не получается сохранить ее в таком состоянии, примите меры по сушке или скорому возвращению в теплое помещение. Стоит отказаться от курения для предотвращения обморожения. Курение провоцирует сужение капилляров, спазм, который продолжается несколько часов, поэтому каждая сигарета снижает общие защитные функции всего организма. Также не рекомендуется употреблять алкоголь, несмотря на распространенное мнение о его согревающих способностях. Алкоголь расширяет сосуды, увеличивая при этом теплоотдачу, чем и повышает риск обморожения. Алкогольные напитки следует рассмотреть в качестве профилактических и согревающих уже в теплом помещении, когда действие низких температур позади, расширение сосудов в таком случае поможет восстановить подверженные холоду части тела. Вот основные моменты, которые следует помнить, отправляясь на свежий воздух в холодное время года. Первая помощь при обморожениях Первая помощь при обморожениях - немедленное согревание пострадавшего, особенно обмороженной части тела, для чего пострадавшего необходимо как можно быстрее перевести в теплое помещение. Необходимо согреть обмороженную часть тела, восстановить в ней кровообращение. Наибольший эффект достигается через теплую ванну с температурой 20 оС с постепенным за 20-30 мин. повышением температуры до 40 оС. После ванны участки необходимо высушить, закрыть стерильной повязкой и тепло укрыть. Нельзя их смазывать жиром, мазями, т.к. это затруднит последующую обработку. Обмороженные участки тела нельзя растирать снегом (льдинки ранят кожу, что будет способствовать инфекционному заражению). Можно массажировать чистыми руками, начиная от периферии к туловищу. При обморожении носа, ушей их можно согревать теплом рук. До ввода пострадавшего в помещение следует наложить теплоизолирующую повязку. Пострадавшему необходимо обеспечить покой, повязку следует оставлять до появления чувства жара, тепла. Давать аспирин, анальгин, крепкий чай, кофе.

Вопросы: 1. Признак ожога 4-й степени.

2. Ожог, вызванный пламенем. 3. Признак ожога 2-й степени. 4. Как называется плотная обуглившаяся кожная ткань, образовавшаяся от ожога 3-й степени? 5. Почему возникают и чем характеризуются отморожения? 6. возникновение отморожений? 7. В чем заключается первая медицинская помощь при отморожениях? Словарная работа: отморожение

Практическая работа № 24 Первая (доврачебная) помощь при отравлениях. Доврачебная помощь при клинической смерти. Отработка прекардиального удара и искусственного дыхания. Отработка непрямого массажа сердца.

Практические навыки : овладеть навыками выполнения искусственного дыхания.

Цель работы: Изучить способы проведения искусственного дыхания и непрямого дыхания сердца. Научится методике проведения, искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. Правильно определять точку надавливания на сердечную мышцу.

Перечень используемого оборудования: Раздаточный материал, учебник, рабочая тетрадь, демонстрационный материал

1. Пояснение к работе.

Проведение искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

При нарушении или остановке у пораженного естественного дыхания ему делают искусственное дыхание. При его осуществлении следует соблюдать ряд правил:

- по возможности обеспечить приток к пострадавшему свежего воздуха, освободить его от стесняющей одежды

- при наличии во рту пораженных рвотных масс, песка, земли и др. веществ, закупоривающих горло – очистить рот от них указательным пальцем, обёрнутым платком или куском марли;

- если язык запал – вынуть его;

- соблюдать нормальный ритм дыхания (60 раз в минуту для взрослого, 100 раз в минуту для ребенка).

Способ «изо рта в рот», «изо рта в нос». Пораженного кладут на спину и запрокидывают голову назад (под лопатки подкладывают что-нибудь твердое). Удерживая одной рукой голову, пораженного в указанном положении, другой рукой ему оттягивают нижнюю челюсть к низу так, чтобы рот был полуоткрыт. Сделав глубокий вдох, оказывающий помощь прикладывает через платок или кусок марли свой рот ко рту пораженного и вдыхает в него воздух из своих легких 10 раз. Одновременно, пальцами рук, удерживающий голову, он сжимает пораженному нос. Грудная клетка пострадавшего при этом расширяется – происходит вдох. Затем оказывающий помощь отнимает свои губы ото рта, пораженного и надавливая руками в течение 2-3 секунд на его грудную клетку, выпускает воздух из легких – происходит выдох. Эти действия повторяют 16-18 раз в минуту. Наряду с остановкой дыхания у пораженного может прекратиться деятельность сердца. В этом случае, одновременно с искусственным дыханием, следует произвести непрямой массаж сердца. Если помощь оказывают два человека, то один делает искусственное дыхание по способу «изо рта в рот». 1 раз, второй же, встав возле пораженного с левой стороны, кладет ладонь одной руки на нижнюю треть его грудины, а вторую – первую и при выдохе пораженного ритмически делает 5 толчкообразных надавливания. Если помощь оказывает один человек то, надавив 10 раз на грудину, он прерывает массаж и один раз вдвухает воздух в легкие пораженного, затем повторяет надавливания на грудину и вдвухает воздух 2 раза. При непрямом массаже сердца делают 60-70 движений в минуту. И так до тех пор, пока пораженный не начнет самостоятельно дышать.

2. Задание

2.1. Произвести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца на кукле.

2.2. Заполнить таблиц «Способы реанимации»

Способы реанимации	Возраст	Кол-во человек, выполнивших реанимацию	Количество надавливаний и вдохов
Непрямой массаж сердца	Ребенок	1 2	
	Взрослый	1 2	
Искусственное дыхание	Ребенок	1 2	
	Взрослый	1 2	

2.3. Ответьте на контрольные вопросы:

1. Что такое острая сердечная недостаточность, чем она характеризуется?
2. Как оказать первую медицинскую помощь при острой сердечной недостаточности?
3. Что такое непрямой массаж сердца и в каких случаях он проводится?

Информационное обеспечение обучения
Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

- 1 Арустамов Э.А., Безопасность жизнедеятельности: Учебник для СПО. – М.: Издательский Центр «Академия», 2017.-176 с.
- 2 Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: Учебник. - М.: КНОРУС, 2017. - 288 с.
- 3 Сапронов Ю.Г., Сыса А.Б., Шахбазян В.В. Безопасность жизнедеятельности, 2017 г. ОИЦ «Академия».
- 4 Горячев, С. Ф. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / С. Ф. Горячев. – Ростов н / Д.: Феникс, 2017. – 576 с.
- 5 Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс: учебник для учащихся 10 класса / В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов и др. – М.: Дрофа; ДИК, 2017. - 320 с.
- 6 Марков, В. В. Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс: учебник для учащихся 11 класса / В. В. Марков, В. Н. Латчук, С. К. Миронов и др. – М.: Дрофа; ДИК, 2017. - 228 с.
- 7 Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс: учебник для учащихся 10 класса / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В. А. Васнев. – М.: Просвещение, 2017. – 161 с.
- 8 Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс: учебник для учащихся 11 класса / А. Т. Смирнов, М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов. – М.: ООО Фирма «Издательство АСТ», 2017. – 320 с.
- 9 Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Г. Я. Ястребов; под редакцией Б. В. Карабухина. Изд. 3 –е. – Ростов н. / Д.: Феникс, 2017. – 397 с.
- 10 Арустамов, Э. А. Безопасность жизнедеятельности: учебник /Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко и др. – 9-е изд., стер. – М.: Академия, 2017. – 176 с.

Дополнительные источники:

- 1 Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 2017. - 640 с.
- 2 Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. -М.: Эксмо, 2017. - 608 с.

Нормативно-правовые акты:

1. Федеральный закон от 21 декабря 1994 «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» №68-ФЗ
2. Федеральный закон от 27.05.1998 «О статусе военнослужащих» N76-ФЗ
3. Указ Президента РФ от 12.05.2009 N 537 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года»

Интернет-ресурсы:

- 1 Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО <http://go-oborona.narod.ru>.
- 2 Культура безопасности жизнедеятельности на сайте по формированию культуры безопасности среди населения РФ <http://www.kbzhd.ru>.
- 3 Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru>.
- 4 Портал Академии Гражданской защиты: <http://www.amchs.ru/portal>.
- 5 Портал Правительства России: <http://government.ru>.
- 6 Портал Президента России: <http://kremlin.ru>.
- 7 Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»: <http://www.rhbz.ru/main.html>.

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ
ОП.05 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Учебный год	Вид изменений (объём времени, порядок освоения УД и ПМ и.т.п.)	В какой документ ППССЗ вносятся изменения	Конкретное содержание изменений	Экспертное суждение о необходимости и целесообразности внесения изменений	Подпись председателя ЦК/ представителей работодателей
2021-2022	Включение планируемых личностных результатов (ЛР)	Методические рекомендации по выполнению практических работ	Включение следующих планируемых результатов: ОП.05 Безопасность жизнедеятельности ЛР 3,10,13-19, согласно Рабочей программы воспитания 42.02.01 Реклама	Приказ Минпросвещения России № П-7 от 27.01.2022	