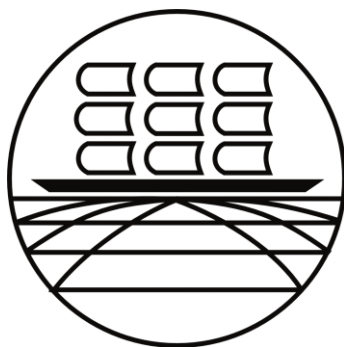


МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МУРМАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «МГТУ»)
«ММРК имени И.И. Месяцева» ФГБОУ ВО «МГТУ»

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ММРК им. И.И. Месяцева
ФГБОУ ВО «МГТУ»
И.В. Артеменко
(подпись)
«31» августа 2019 г.



**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
ПО ПРАКТИЧЕСКИМ РАБОТАМ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

учебной дисциплины БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности
программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ)
специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания
по программе базовой подготовки
форма обучения: очная

Мурманск
2019

Рассмотрено и одобрено на заседании

Разработано

Методическая комиссия преподавателей дисциплин общеобразовательной подготовки по специальностям, реализуемым в ММРК имени И.И. Месяцева

Председатель МК
О.А. Клепцова

Протокол от 29 мая 2019 года

в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования, по специальности 19.02.10 "Технология продукции общественного питания", утверждённым приказом Министерства образования и науки РФ от 22 апреля 2014 г. N 384 с изменениями и дополнениями от 29 июня 2017 № 613

Автор (составитель): А.И. Тила, преподаватель «ММРК имени И.И. Месяцева» ФГБОУ ВПО «МГТУ»

Ф.И.О., ученая степень, звание, должность, квалиф. категория

Эксперт (рецензент): А.А. Недвига., преподаватель высшей категории «ММРК имени И.И. Месяцева» ФГБОУ ВО «МГТУ»

Ф.И.О., ученая степень, звание, должность, квалиф. категория

Введение.

Методические указания по практическим и лабораторным работам обучающихся по учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования, по специальности 19.02.10 "Технология продукции общественного питания", утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 22 апреля 2014 г. N 384 с изменениями и дополнениями от 29 июня 2017 № 613; примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности для профессиональных образовательных организаций, одобренной научно-методическим советом федерального государственного автономного учреждения «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования протокол № 3 от 21 июля 2015 г., учебного плана очной и заочной форм обучения, утвержденного 31.05.2019 г.

1.1 Цели и задачи практической работы – закрепление теоретических знаний и приобретение необходимых практических навыков и умений по отдельным темам курса. Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения и ключевые компетенции.

Методологической основой образовательной программы по дисциплине является системно-деятельностный подход. Рабочая программа устанавливает следующие требования к предметным, метапредметным и личностным результатам обучающихся:

- КК 1. Ценностно-смысловые компетенции.
- КК 2. Общекультурные компетенции.
- КК 3. Учебно-познавательные компетенции.
- КК 4. Информационно-коммуникативные компетенции.
- КК 5. Социально-трудовые компетенции.
- КК 6. Компетенции личного совершенствования.

1.2 Требования к результатам освоения:

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

- У1: умение самостоятельно и мотивированно организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;
- У2: умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);
- У3: умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта;
- У4: умение вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;
- У5: умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;

У6: умение формировать навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;

У7: умение формировать навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;

У8: умение формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;

У9: умение формировать ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, и пути продолжения своего образования.

знать:

З1: опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера;

З2: влияние их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства;

З3: угрозы национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса;

З4: государственная система обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

З5: организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации;

З6: организация подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, при угрозе террористического акта;

З7: меры профилактики наркомании;

З8: роль здорового образа жизни для обеспечения демографической безопасности страны;

З9: права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;

З10: оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

З11: основные положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму;

З12: нормативно-правовые акты Российской Федерации, определяющие порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия терроризму;

З13: предназначение, основные функции и задачи Вооруженных Сил Российской Федерации;

З14: виды Вооруженных Сил Российской Федерации и роды войск;

З15: руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации;

З16: участие Вооруженных сил России в контртеррористических операциях;

З17: государственные и военные символы Российской Федерации;

Процесс изучения дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС СПО (табл. 1)

Таблица 1

Компетенции, формируемые дисциплиной Основы безопасности жизнедеятельности в соответствии с ФГОС СПО

Код компетенции	Содержание компетенции	Требования к знаниям, умениям, практическому опыту
КК 1. Ценностно-смысловые компетенции.	- понимать ценность смысла общечеловеческой культуры, науки, производства, религии; • уметь ориентироваться в	У 1-9, З 1-17

	<p>окружающем мире и осознавать свою роль и предназначение;</p> <ul style="list-style-type: none"> • уметь проявлять эмоциональную устойчивость; • уметь выбирать цели учебной деятельности, повседневной жизни; • уметь выбирать ценностно-смысловые ориентиры для поступков и решений; • уметь нести ответственность за результаты обучения и совершаемые поступки; <p>уметь принимать решения</p>	
<p>КК 2. Общекультурные компетенции.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • уважать интересы представителей других народов, религий; • проявлять терпимость к другим мнениям и позициям; • владеть эффективными способами организации свободного времени; • знать и владеть бытовыми навыками; • знать основы семейных, социальных, общественных явлений и традиций. 	<p>У 1-9, З 1-17</p>
<p>КК 3. Учебно-познавательные компетенции.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • владеть приемами организации продуктивной учебно-познавательной деятельности: • уметь приобретать знания из различных источников; • грамотно формулировать образовательный запрос; • уметь структурировать и расширять полученные знания; • использовать компьютерные технологии для поиска информации и её представления; • уметь контролировать образовательный процесс; • уметь отыскивать причины явлений, событий; • уметь аналитически мыслить; • уметь контролировать свою работу; 	<p>У 1-9, З 1-17</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • уметь планировать, анализировать свою работу; • уметь давать самооценку учебной и познавательной деятельности; • уметь самостоятельно выявлять совершенные ошибки, пробелы в знаниях, умениях и навыках; • уметь работать самостоятельно; • проявлять готовность к самообразованию; • владеть функциональной грамотностью: • владеть измерительными навыками; • уметь использовать вероятностные, статистические методы познания; • уметь отличать факты от домыслов 	
<p>КК 4. Информационно-коммуникативные компетенции.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - уметь осуществлять поиск, отбор, систематизацию, анализ, обработку и сохранение информации; • уметь оценить полезность и целенаправленность полученной информации; • уметь представлять информацию в различных формах (на рисунках, графиках, таблицах, чертежах, диаграммах и пр.); • владеть современными информационными технологиями стандартного программного обеспечения; • владеть техническими средствами информации: телевизор, магнитофон, компьютер, принтер, модем, факс, копир и т.п.; • владеть информационными технологиями: аудиовидеозапись, электронная почта, СМИ, Интернет; • владеть навыками устной и письменной речи; • знать языки, способы взаимодействия с окружающими и 	<p>У 1-9, З 1-17</p>

	<p>удаленными событиями и людьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> • владеть навыками работы с документами; • уметь написать (заполнить) заявление, объяснительную, анкету, опросный лист, тест, письмо и пр.; • уметь задавать вопросы; • уметь представлять и отстаивать свою точку зрения в диалоге и полилоге; • уметь сотрудничать с другими людьми; • уметь работать в группе, команде; • владеть социальными ролями в коллективе; <p>уметь презентовать себя и свой коллектив информации;</p>	
<p>КК 5. Социально-трудовые компетенции.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • владеть этикой гражданско-правовых, трудовых взаимоотношений: выполнение роли гражданина, наблюдателя, избирателя, члена семьи; • знать экономико-правовые основы; • уметь анализировать социально-экономическую ситуацию, положение рынка труда; • знать права и обязанности в области профессионального самоопределения: осознание своей роли в профессиональном пространстве; оценка своих профессиональных потребностей и задатков; выбор будущей профессии; построение собственной профессиональной карьеры; • обладать навыками рациональной самоорганизации рабочего времени; • обладать готовностью к реализации трудовых прав и обязанностей в экономической роли: представителя, потребителя, покупателя, клиента, производителя; <p>уметь действовать с личной и</p>	<p>У 1-9, З 1-17</p>

	общественной выгодой	
КК 6. Компетенции личного совершенствования.	<p>- освоить способы физического, духовного, интеллектуального саморазвития;</p> <ul style="list-style-type: none"> • освоить способы эмоциональной саморегуляции и самоподдержки; • уметь планировать и организовывать свою деятельность; • владеть способами самоопределения и самопознания; • владеть способами развития личностных качеств: гуманность, отзывчивость, организованность, ответственность, откровенность, уверенность в себе, самокритичность, корпоративность, рефлексия, эмоциональная устойчивость, креативность мышления и др.; • уметь включаться в общественную работу: различные кружки, секции, молодежные объединения и т.д.; • владеть медицинскими и санитарными знаниями и навыками (знание и соблюдение норм здорового образа жизни, правил личной гигиены; половой и сексуальной грамотности, умение оказывать первую медицинскую помощь); • владеть навыками безопасной жизнедеятельности; знать основы экологии, уметь бережно относиться к окружающей среде; 	У 1-9, З 1-17

2. Тематический план видов практической работы обучающихся

Наименование разделов и тем	Содержание практической работы обучающихся	Аудиторная учебная нагрузка, час	Практическая работа обучающегося, час
1	2	3	4
Раздел 1.	Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	20	4
Тема 1.2.	Автономное пребывание человека в природной среде.		
	Практическая работа № 1. Определение координат точек на карте, прокладка маршрутов движения		2
Тема 1.3	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях		
	Практическая работа № 2. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях		2
Раздел 4.	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	18	6
Тема 4.4.	Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени		
	Практическое занятие №3: Действия личного состава по сигналам оповещения в чрезвычайных ситуациях.		2
Тема 4.5.	Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени		
	Практическое занятие №4: Правила использования ОЗК органов дыхания, кожи, использования АИ-2 и ИПП-8. Изготовление ватно-марлевых повязок.		2
Тема 4.6.	Организации гражданской обороны в образовательном учреждении.		
	Практическое занятие №5: Правила пользования средствами пожаротушения. Индивидуальная санитарная обработка и санитарная обработка помещений.		2
Раздел 6.	Воинская обязанность. Особенности военной службы.	18	2
Тема 6.2	Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету..		

	Практическое занятие №6: Заполнение тестов по профессионально-психологическому отбору.		2
ИТОГО			12

Порядок выполнения практической работы обучающимся

Практическая работа № 1

Тема: Определение координат точек на карте, прокладка маршрутов движения.

Цель занятия:

напомнить учащимся правила работы с картой, закрепление знаний о правилах ориентирования на местности и навыков движения по азимуту

Умения и навыки, которые должны приобрести обучающиеся на занятии:

правильно работать с картами; определять географические координаты своего местоположения и положения других объектов; определять свое местонахождение на местности с помощью ориентиров; научиться прокладывать маршрут движения по карте с привязкой к окружающим предметам; научиться ориентироваться по небесным светилам, местным признакам, компасу.

Наглядные пособия, оборудование:

учебник, учебные топографические карты разного масштаба, компас, транспортир, линейка, циркуль, плакат

Перечень используемых источников

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
2. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014

Содержание и порядок выполнения работы

Вопросы теории, рассматриваемые в практической работе:

1. Основные способы ориентирования.
2. Ориентирование по карте и компасу.
3. Ориентирование по небесным светилам.
4. Ориентирование по местным признакам и предметам.
5. Как сориентироваться по часам и солнцу
6. Что такое азимут и как он определяется.

Задания для самостоятельного решения

1. Определение объекта на местности по топографической карте
2. Определение географических координат заданных точек и азимутов между точкой нахождения наблюдателя и заданным направлением.
3. Нанесение возможного маршрута к заданной цели

Выводы и предложения по данной практической работе

При вынужденной автономии в природных условиях человек стремиться выйти к людям, т.е вернуться к привычным условиям существования. Благоприятный выход из такой ситуации всегда зависит от степени подготовленности человека, т.е. нужны конкретные знания и

определенные навыки поведения в природных условиях (обеспечение водой, ночлегом, ориентирование на местности и продвижением в заданном направлении).

Контрольные вопросы

1. Какие способы ориентирования используются при автономном существовании на природе?
2. Для чего служит компас и как им пользоваться?
3. Что такое азимут и как он определяется?
4. Как можно ориентироваться по небесным светилам и местным предметам?
5. Как используются при ориентировании культовые сооружения?

Практическая работа № 2

Тема: Отработка правил безопасного поведения при некоторых ситуациях криминогенного характера

Цели занятия:

1. Познакомить учащихся с правилами поведения в ситуациях криминогенного характера.
2. Изучить основные виды криминальных ситуаций.
3. Отработать методы профилактики для обеспечения личной безопасности.

Умения и навыки, которые должны приобрести обучающиеся на занятии:

выработать правила безопасного поведения на улице, в транспорте, в подъезде дома, в лифте.

Учебно-наглядный комплекс: ситуационные предметы – сумочка, свисток, флакон, изображающий баллончик с слезоточивым газом, пилка для ногтей, шпильки и др.

Перечень используемых источников:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО. – М., 2015.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО. – М., 2014.

Содержание и порядок выполнения работы

Вопросы теории, рассматриваемые в практической работе:

1. Правила безопасного поведения на улице.
2. Правила безопасного поведения в транспорте.
3. Правила безопасного поведения в подъезде.
4. Правила безопасного поведения в лифте.

Вопросы для обсуждения:

1. Как вы понимаете, что такое криминогенная ситуация?
2. Какие виды ситуаций вы знаете?
3. Как вы понимаете, что такое обеспечение личной безопасности?
4. Какие ситуации, на ваш взгляд, наиболее актуальны в вашем районе?

Выводы и предложения по данной практической работе:

Определение: криминогенная ситуация – такая ситуация, когда человек оказывается в условиях возникновения преступления или которая ведет к возникновению преступления. Самое важное в таких условиях – не стать источником или жертвой опасности. Основные правила безопасности в криминогенной ситуации: предвидеть, избегать, действовать.

Контрольные вопросы:

1. Какие правила безопасного поведения необходимо соблюдать во время прогулки по улице?
2. Какие меры безопасности вы примете, возвращаясь домой поздно вечером?
3. Как вы будете действовать, если вам покажется, что вас преследуют?
4. Перечислите правила безопасного поведения в общественных местах.
5. В чем заключается криминогенная опасность общественного транспорта? Какие меры безопасности необходимо соблюдать при пользовании им?
6. В чем заключается особенности безопасного поведения при поездке на железнодорожном транспорте?
7. Какие опасные ситуации могут возникать в подъезде дома? Какие правила безопасного поведения надо соблюдать при входе в подъезд и в квартиру?
8. Какие меры безопасности необходимо соблюдать в лифте?

Практическая работа № 3

Тема: Отработка правил безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвате заложника.

Цели занятия:

Отработка правил безопасного поведения при угрозе террористического акта.

Отработка правил безопасного поведения при нахождении в заложниках у террористов.

Умения и навыки, которые должны приобрести обучающиеся на занятии:

выработать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.

Наглядные пособия, оборудование: учебник, муляж взрывного устройства, маски, муляжи оружия.

Перечень используемых источников:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО. – М., 2015.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО. – М., 2014.
3. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: академический учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профильный уровни. – М., 2014.

Содержание и порядок выполнения работы

Вопросы теории, рассматриваемые в практической работе:

1. Правила поведения при возможной опасности взрыва.
2. Если произошел взрыв.
3. Правила поведения в случаях захвата вас в заложники.
4. Правила поведения при перестрелке.

Вопросы для закрепления знаний:

1. В чем опасность террористического акта?
2. В какой форме совершаются террористические акты?
3. Что должен делать человек, заметивший подозрительную личность в общественных местах, в том числе в учебном заведении или на его территории, вблизи жилых домов, в общественном транспорте?
4. Каков порядок действий при обнаружении в общественном месте, в том числе в учебном заведении, в общественном транспорте подозрительных сумок, пакетов, коробок и иных предметов?
5. Что категорически запрещается делать с подозрительными предметами и около них?
6. Кому надо сообщать о находке таких предметов и какую информацию?

Выводы и предложения по данной практической работе

В настоящее время серьезную угрозу национальной безопасности России представляет терроризм. Терроризм – это опаснейшее преступление против человечества, крайняя форма проявления насилия и жестокости в отношении человека, любой террористический акт является преступлением.

Для противодействия терроризму должна быть создана такая же многообразная по формам и сферам приложения усилий система мер, предупреждающих террористические акты и снижающих их последствия. Одним из направлений в этой работе на индивидуальном уровне является подготовка каждого человека к соблюдению мер антитеррористической безопасности в повседневной жизни и умение снизить риск стать жертвой террористического акта.

Необходимо знать и соблюдать рекомендации по правилам безопасного поведения при угрозе теракта.

Необходимо соблюдать ряд общих правил личной безопасности в повседневной жизни, которые позволят вам снизить последствия террористического акта

Контрольные вопросы

- Какие правила безопасности следует соблюдать при обнаружении бесхозной вещи?
- Какие меры безопасности рекомендуется соблюдать в случае захвата вас в заложники?
- Какие меры безопасности рекомендуется соблюдать при штурме спецподразделениями объекта, захваченного террористами?
- Какие меры безопасности рекомендуется соблюдать при перестрелке?

Практическая работа № 4.

Тема: Действия личного состава по сигналам оповещения в чрезвычайных ситуациях.

Цели занятия:

1. Ознакомить учащихся с понятием оповещения и содержанием сообщений об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.
2. Изучить организацию оповещения и способы передачи сообщений.
3. Ознакомить учащихся с действиями личного состава по сигналам оповещения в ЧС мирного и военного времени.

Умения и навыки, которые должны приобрести обучающиеся на занятии:

1. Выработать последовательность действий после получения сигнала «Внимание, всем!»
2. Подготовиться к действиям после получения сигнала о надвигающейся опасности.

Оборудование: учебники, схемы, плакаты, учебный фильм.

Перечень используемых источников:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО. – М., 2015.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО. – М., 2014.
3. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: академический учебник для общеобразоват. учреждений. М., - 2014.

Содержание и порядок выполнения работы**Вопросы теории, рассматриваемые в практической работе:**

1. Понятие оповещения и содержание сообщений.
2. Организация и способы оповещения.

Вопросы для активизации знаний:

1. Что такое оповещение?
2. Для чего оно проводится?
3. Кого оповещают? Кто оповещает?
4. Какие технические средства используются для оповещения населения?

Выводы и предложения по данной практической работе

Оповещение – это передача населению сведений о ЧС или об опасности ЧС, его характере и необходимых мерах безопасности. Цель оповещения – предупредить население, сообщить о необходимых мерах безопасности. Оповещает население, учреждения и организации МЧС. Используются и громкоговорители, и радио, и телевидение, и сирены (иные звуковые сигналы), и все средства связи, включая посыльных.

Оповещение возлагается на органы ГО. Оповещение населения производится централизованно на всей территории региона в соответствии с единым порядком передачи сигналов или речевой информации оповещения. Для оповещения используются следующие типы каналов:

- городская (местная) радиотрансляционная сеть;
- радиовещательные станции;
- телевизионные каналы;
- подвижные звуковещательные станции ГУВД.

Для привлечения внимания населения перед передачей речевой информации включаются электросирены, что означает подачу предупредительного сигнала «Внимание всем!», по которому население обязано включать приемники проводного вещания, радио и телевизионные приемники, принимать другие меры для прослушивания экстренного сообщения.

Содержание сигналов оповещения:

- об угрозе нападения противника;
- о приведении системы ГО в различные степени готовности;
- о воздушной опасности;
- о радиоактивном, химическом и биологическом заражении;
- о начале эвакуационных мероприятий;
- об угрозе стихийных бедствий;
- о крупных производственных авариях и катастрофах.

Контрольные вопросы:

1. С какой целью создаются системы оповещения населения при угрозе возникновения ЧС?
2. Для каких целей создается единая дежурно-диспетчерская служба на базе телефона 112?
3. Как вы будете действовать, если по радио услышали об угрозе наводнения и распоряжение об эвакуации? Что возьмете с собой в первую очередь?
4. Для каких целей подается сигнал «Внимание всем!» и что необходимо сделать по этому сигналу?

Практическая работа № 5

Тема: правила пользования основных средств защиты органов дыхания, кожи, медицинских средств защиты.

Цели занятия:

1. Получить первичные навыки в подборе противогаза и пользовании противогазом.
2. Получить первичные навыки в пользовании ОЗК и Л-1.
3. Ознакомиться с использованием АИ-2 и ИПП-8.
4. Закрепить теоретические знания.

Умения и навыки, которые должны приобрести обучающиеся на занятии:

1. Подбор противогаза и умение пользоваться им.
2. Получить первичные навыки в пользовании ОЗК и Л-1.
3. Ознакомиться с использованием медицинской аптечки АИ-2 и ИПП-8.

Оборудование:

противогазы ГП-5, ГП-7, респираторы, ватно-марлевые повязки, индивидуальные аптечки АИ-2, индивидуальный противохимический пакет ИПП-8.

Перечень используемых источников:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений среднего профессионального образования. – М., 2015.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО. – М., 2014.

3. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: академический учебник для общеобразовательных учреждений. – М., 2014.

Содержание и порядок выполнения практической работы

Вопросы теории, рассматриваемые в практической работе:

1. Средства индивидуальной защиты (СИЗ) органов дыхания, кожи, медицинские средства защиты.
2. Фильтрующие и изолирующие противогазы, противопыльные тканевые маски, ватно-марлевые повязки, респираторы.
3. Общевоинской защитный комплект (ОЗК), легкий защитный костюм (Л-1), защитный комбинезон, защитная фильтрующая одежда (ЗФО).

Вопросы для активизации знаний:

1. Что понимается под индивидуальными средствами защиты органов дыхания? Каково их предназначение?
2. На каких физических принципах основано устройство индивидуальных средств защиты органов дыхания?
3. Возможно ли бытовое использование индивидуальных средств защиты органов дыхания?
4. Что такое средства индивидуальной защиты кожи? На какие типы они подразделяются?
5. Что такое простейшие СИЗК?
6. Понятие и назначение медицинских средств защиты

Выводы и предложения по данной практической работе

Средства индивидуальной защиты населения предназначаются для защиты от попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду радиоактивных, отравляющих веществ и бактериальных средств. По способу изготовления СИЗ делятся на средства, изготовленные промышленностью, и простейшие, изготовленные населением из подручных материалов.

Наиболее надежным средством защиты органов дыхания людей являются противогазы. Они предназначены для защиты органов дыхания, лица и глаз человека от вредных примесей, находящихся в воздухе. Фильтрующие противогазы являются основным средством индивидуальной защиты органов дыхания. Принцип их защитного действия основан на предварительном очищении (фильтрации) вдыхаемого человеком воздуха от различных вредных примесей. В настоящее время для взрослого населения в системе гражданской обороны используются фильтрующие противогазы ГП-5, ГП-7.

В системе ГО наибольшее применение имеет респиратор Р-2. Респираторы применяются для защиты органов дыхания от радиоактивной и грунтовой пыли. От отравляющих и сильнодействующих ядовитых веществ он не защищает. Противопыльная тканевая маска (ПТМ-1) и ватно-марлевая повязка предназначаются для защиты органов дыхания человека от радиоактивной пыли и при действиях во вторичном облаке бактериальных средств. От отравляющих веществ они не защищают.

По своему назначению средства защиты кожи подразделяются на специальные и подручные. Специальными пользуются формирования ГО. К ним относятся: легкий защитный костюм (Л-1), защитный комбинезон в комплекте с резиновыми сапогами и перчатками, защитный плащ ОП-1 в комплекте с защитными чулками и перчатками, защитная фильтрующая одежда (ЗФО) в комплекте с резиновыми сапогами и перчатками. Защитное действие изолирующих материалов, из которых изготавливаются многие специальные костюмы и комбинезоны, состоит в том, что отравляющее вещество, попавшее на них, задерживается в течение некоторого времени.

Специальные средства защиты надевают, как правило, перед работой на зараженной местности. Снимают их только на незараженной местности. При этом необходимо обратить особое внимание на то, чтобы незащищенными частями тела не касаться внешней стороны средств защиты. Стоять необходимо лицом к ветру.

Защитное действие фильтрующих материалов состоит в том, что при прохождении через них зараженного воздуха пары ОВ задерживаются специальными веществами, которыми пропитана ткань. ЗФО состоит из хлопчатобумажного комбинезона, пропитанного специальными веществами. Для защиты открытых участков тела и одежды можно использовать дождевые плащи, обязательно должен быть капюшон; для защиты ног пригодны резиновые сапоги; для защиты рук от ОВ помогут резиновые, а от РВ и БС – кожаные и тканевые перчатки. Брюки внизу нужно завязывать тесьмой.

К медицинским средствам индивидуальной защиты (МСИЗ) относятся аптечка индивидуальная (АИ-2), индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8) и индивидуальный перевязочный пакет. АИ-2 предназначена для оказания само- и взаимопомощи в целях предотвращения тяжелых последствий воздействия поражающих факторов применения средств поражения или аварий на АЭС, а также предупреждения и ослабления инфекционных заболеваний. ИПП-8 состоит из целлофанового пакета, в котором находятся плоский стеклянный флакон емкостью 125-135 мл, заполненный дегазирующим раствором и 4 ватно-марлевых тампона. Предназначен для обеззараживания капельножидких ОВ и некоторых АХОВ, попавших на тело и одежду человека, на СИЗ и инструмент.

Контрольные вопросы:

1. Что такое индивидуальные средства защиты органов дыхания? Что такое индивидуальные средства защиты органов дыхания? А какие разновидности они подразделяются?
2. Что такое противогаз? Какие виды противогазов вы знаете?
3. Как производится подбор шлем-маски противогаза?
4. Что такое респиратор? Какие виды респираторов вы знаете?
5. От чего защищает каждый тип респиратора?
6. Какие простейшие средства защиты органов дыхания вы знаете?
7. На какие типы подразделяются средства индивидуальной защиты кожи?
8. Что такое простейшие СИЗК?
9. Каков состав индивидуальной аптечки АИ-2?
10. Каков состав ИПП-8?

Практическая работа № 6

Тема: правила пользования средствами пожаротушения. Индивидуальная санитарная обработка и санитарная обработка помещений.

Цели занятия:

1. Познакомить учащихся с видами ЧС техногенного характера.
2. Познакомить учащихся с правилами поведения в ситуации такого характера.
3. Познакомить с правилами пользования огнетушителями и другими средствами пожаротушения.

4. Ознакомить с правилами проведения индивидуальной санитарной обработки и санитарной обработкой помещений.

Умения и навыки, которые должны получить учащиеся на данном практическом занятии:

1. Научиться пользоваться огнетушителями разного типа.
2. Научиться правильно действовать при возникновении пожара в доме и возгорании различных предметов.
3. Приобрести первичные навыки для проведения индивидуальной санитарной обработки и санитарной обработки помещений.

Учебно-наглядный комплекс:

1. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО. – М., 2015.
3. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений среднего профессионального образования. – М., 2014.
4. Огнетушители ОУ-3, ОП-2.

Содержание и порядок выполнения практической работы

Вопросы теории, используемые в данной практической работе:

1. Правила поведения при пожаре в доме.
2. Средства пожаротушения и их характеристики.
3. Что такое дегазация, дезактивация и дезинфекция?
4. Правила проведения полной и частичной санитарной обработки.

Вопросы для активизации знаний:

1. Правила тушения большого и небольшого пожара в доме.
2. Правила тушения при возгорании телевизора или компьютера.
3. Правила тушения при возгорании мебели.
4. Правила тушения при возгорании одежды на человеке.
5. Как понимаете частичную санитарную обработку?
6. Как понимаете полную санитарную обработку?

Выводы и предложения по данной практической работе

Пожар – неконтролируемый процесс горения, сопровождающийся уничтожением материальных ценностей и создающий опасность для жизни людей. Причинами возникновения пожаров являются: неосторожное обращение с огнем, нарушения правил пожарной безопасности, неисправность электрооборудования и электроприборов, возгорание сухой растительности и торфа, молнии и др. Опасными спутниками огня являются: ядовитый дым, высокая температура, плохая видимость, паника и растерянность, обрыв электропроводов и возможность поражения электротоком, обрушение конструкций.

Как справиться с пожаром в доме? Если пожар большой, то главная задача в данном случае – срочно выбраться из дома. Если огонь не слишком большой, но в квартире много дыма, нужно срочно эвакуироваться, поскольку дым намного опаснее для человека, чем пламя. Если сможете, смочите водой любую тряпку и прикрывая ею рот и нос, пригнувшись покидайте помещение. Нельзя спускаться из горящего здания на лифте. Если огонь бушует в коридоре, плотно закройте

дверь, забейте все щели мокрыми тряпками, откройте окно и громко зовите на помощь. Если пожар небольшой, то его потушить можно собственными силами. В доме всегда есть средства, позволяющие потушить пожар – одеяла, грубая ткань, ведра и другие сосуды для воды. При этом нельзя открывать окна и двери, тушить водой электроприборы, включенные в сеть. При возгорании одежды необходимо обернуть пострадавшего плотной тканью или пальто, одеялом, лучше мокрым, или облить водой. Пламя можно сбить, катаясь по земле, защитив прежде голову. Нельзя позволить пострадавшим бежать, пытаться срывать одежду. Приложить влажную ткань к ожогам. Не смазывать ожоги. Не трогать ничего, что прилипло к ожогам. Вызвать скорую помощь. Не забинтовывать пострадавшего, а снять с него одежду.

Огнетушитель является простым и в то же время эффективным противопожарным средством, которое борется с очагами пожара, не допуская его распространения. Согласно правилам пожарной безопасности, каждое помещение в зависимости от уровня пожарной угрозы и площади должно оснащаться определенным количеством огнетушителей. Все огнетушители работают по одному принципу – в рабочем баллоне находится противопожарное вещество, которое под действием давления выпускается через сопло и способствует тушению огня. Огнетушители делятся: по объему баллона, заполненного рабочим веществом (малолитражные ручные до 5 литров; промышленные ручные от 5 до 10 л; стационарные и передвижные от 10 л и выше), по способу срабатывания (ручные, самосрабатывающие, комбинированные), по типу пускового устройства, по типу активного огнетушащего вещества (порошковые, воздушно-пенные, газовые: углекислотные и аэрозольные, жидкостные) и др.

Санитарная обработка – это удаление радиоактивных веществ, обезвреживание или удаление ОВ, болезнетворных микробов и токсинов с кожного покрова людей, а также со средств индивидуальной защиты, одежды и обуви. Порядок выполнения частичной санитарной обработки при загрязнении РВ: она проводится по возможности в течение первого часа после загрязнения. Для этого следует снять верхнюю одежду и, встав спиной против ветра, вытряхнуть ее. Затем развесить одежду и тщательно вычистить или выбить ее. Обувь обмыть водой или протереть мокрой тряпкой. Обмыть чистой водой открытые участки рук и шеи, лицевую часть противогаза, снять противогаз, тщательно вымыть лицо, прополоскать рот и горло. Зимой одежду и обувь можно протереть чистым снегом.

Порядок выполнения частичной санитарной обработки при заражении отравляющими веществами. Ее проводит немедленно. Для этого, не снимая противогаз, следует обработать открытые участки кожи, на которые попало ОВ, зараженные места одежды, лицевую часть противогаза раствором из индивидуального противохимического пакета. Последовательность выполнения частичной санобработки при одновременном загрязнении ОВ и РВ: в первую очередь обезвреживаются ОВ, затем бактериальные средства и РВ.

Последовательность выполнения полной санитарной обработки. Полная санобработки заключается в тщательном обмывании всего тела теплой водой и мылом. При этом заменяется или подвергается специальной обработке белье, одежда, обувь.

Что такое дезактивация и как она выполняется? Это удаление радиоактивных веществ с зараженной поверхности. Для дезактивации одежды, обуви и средств защиты их выколачивают и вытряхивают, обмывают или протирают водным раствором моющих средств или незараженной РВ водой. Для дезактивации применяют специальные дезактивирующие растворы, водные растворы стиральных порошков и других моющих средств, а также обычная вода и растворители: бензин, керосин, дизельное топливо.

Дегазация – это удаление или химическое разрушение ОВ. Дегазация одежды, обуви, средств индивидуальной защиты осуществляется кипячением, обработкой пароаммиачной смесью, стиркой и проветриванием. Для дегазации применяют специальные дегазирующие

растворы. Можно использовать местные материалы: промышленные отходы щелочного характера, раствор аммиака, едкое кали или едкий натр, а также растворители.

Дезинфекция – это уничтожение бактериальных средств и химическое разрушение токсинов. Дезинфекция одежды, обуви средств индивидуальной защиты осуществляется обработкой их паровоздушной смесью, кипячением, замачиванием в дезинфицирующих растворах, стиркой. Для дезинфекции применяют специальные дезинфицирующие вещества (фенол, крезол, лизол), а также дегазирующие растворы.

Контрольные вопросы:

1. Правила тушения пожара при возгорании в доме различных предметов.
2. Какие типы огнетушителей вы знаете?
3. Можно ли углекислотным огнетушителем тушить электропроводку?
4. Какие меры необходимо принять при эвакуации из дома при пожаре?
5. Что такое санитарная обработка и какие ее виды?
6. Что такое дезактивация?
7. Что такое дегазация?
8. Что такое дезинфекция?