

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»

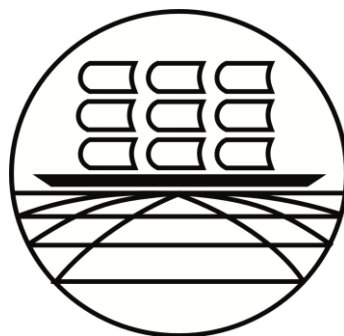
УТВЕРЖДАЮ

Начальник ММРК им. И.И. Месяцева  
ФГБОУ ВО «МГТУ»

И.В. Артеменко

(подпись)

«31» августа 2019 г.



## **МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ИПО ПРАКТИЧЕСКИМ И ЛАБОРАТОРНЫМ РАБОТАМ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

учебной дисциплины ОП.07 Безопасность жизнедеятельности  
программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ)  
специальности 26.02.06 Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики  
по программе базовой подготовки  
форма обучения: очная, заочная

Мурманск  
2019

**Рассмотрено и одобрено на заседании**

Методического объединения преподавателей  
общего гуманитарного и социально-  
экономического цикла по специальностям,  
реализуемым ММРК имени И.И. Месяцева, и  
дисциплин профессионального цикла  
специальности 40.02.01 Право и организация  
социального обеспечения

Председатель МК (МО)

А.А. Имаева

Протокол от «29» мая 2019 г.

**Разработано**

на основе ФГОС СПО по специальности  
26.02.06 Эксплуатация судового  
электрооборудования и средств автоматики,  
утвержденного приказом Министерства  
образования и науки РФ от 07 мая 2014 г. №  
444 и Международная конвенция о  
подготовке и дипломированию моряков и  
несении вахты 1978 года. Кодекс по  
подготовке и дипломированию моряков и  
несению вахты (Кодекс ПДНВ-78) в редакции  
от 25 июня 2010 года (с учетом Манильских  
поправок) с поправками в части выполнения  
требований раздела А-II/1

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

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

Эксперт (рецензент) Тила А.И., преподаватель «ММРК имени И.И. Месяцева» ФГБОУ ВПО «МГТУ»

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







## Содержание

## **Введение**

**Методические указания по практическим и лабораторным работам обучающихся по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»** разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 26.02.06 Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики базовой подготовки, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 07 мая 2014 г. № 444 и Международная конвенция о подготовке и дипломированию моряков и несении вахты 1978 года. Кодекс по подготовке и дипломированию моряков и несению вахты (Кодекс ПДНВ-78) в редакции от 25 июня 2010 года (с учетом Манильских поправок) в части выполнения требований раздела А-II/1; учебного плана очной и заочной форм обучения, утвержденного 31.05.2019 г.

**1.2 Цели и задачи учебной дисциплины** - требования к результатам освоения учебной дисциплины: обеспечить более высокий уровень профессиональной подготовки обучающихся.

### **1.3 Требования к результатам освоения:**

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

У1 - организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

У2 - предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

У3 - использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения;

У4 - ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

У5 - применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

У6 - владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

У7 - оказывать первую помощь пострадавшим;

#### **знать:**

З1 - 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;

З2 - основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

З3 - основы военной службы и обороны государства;

З4 - задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;

З5 - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

З6 - организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

З7 - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

З8 - область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

З9 - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Процесс изучения «Безопасность жизнедеятельности» направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС СПО (табл. 1) и компетентностей в соответствии с требованиями Конвенции ПДНВ (табл. 1.1). \*

Таблица 1 - Компетенции, формируемые дисциплиной «Безопасность жизнедеятельности» в соответствии с ФГОС СПО

<b>Код компетенции</b>	<b>Содержание компетенции</b>	<b>Требования к знаниям, умениям, практическому опыту</b>
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	У 1 – У7, 31 - 39
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	У 1 – У7, 31 - 39
ОК 3.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	У 1 – У7, 31 - 39
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	У 1 – У7, 31 - 39
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	У 1 – У7, 31 - 39
ОК 6.	Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	У 1 – У7, 31 - 39
ОК 7.	Брать ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.	У 1 – У7, 31 - 39
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	У 1 – У7, 31 - 39
ОК 9.	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	У 1 – У7, 31 - 39
ОК 10.	Владеть письменной и устной коммуникацией на государственном и (или) иностранном (английском) языке.	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 1.1.	Обеспечивать оптимальный режим работы электрооборудования и средств автоматики с учетом их функционального назначения, технических характеристик и правил эксплуатации.	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 1.2.	Измерять и настраивать	У 1 – У7, 31 - 39



	электрические цепи и электронные узлы	
ПК 1.3.	Выполнять работы по регламентному обслуживанию электрооборудования и средств автоматики.	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 1.4.	Выполнять диагностирование, техническое обслуживание и ремонт судового электрооборудования и средств автоматики.	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 1.5.	Осуществлять эксплуатацию судовых технических средств в соответствии с установленными правилами и процедурами, обеспечивающими безопасность операций и отсутствие загрязнения окружающей среды	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 2.1.	Планировать и организовывать работу коллектива исполнителей	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 2.2.	Руководить работой коллектива исполнителей.	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 2.3.	Анализировать процесс и результаты деятельности коллектива исполнителей.	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 3.1.	Организовывать мероприятия по обеспечению транспортной безопасности	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 3.2.	Применять средства по борьбе за живучесть судна	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 3.3.	Организовывать и обеспечивать действия подчиненных членов экипажа судна при организации учебных пожарных тревог, предупреждения возникновения пожара и при тушении пожара	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 3.4.	Организовывать и обеспечивать действия подчиненных членов экипажа судна при авариях	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 3.5.	Оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 3.6.	Организовывать и обеспечивать действия подчиненных членов экипажа судна при оставлении судна, использовать спасательные шлюпки, спасательные плоты и иные спасательные средства	У 1 – У7, 31 - 39
ПК 3.7.	Организовывать и обеспечивать действия подчиненных членов экипажа судна по предупреждению и предотвращению загрязнения водной среды	У 1 – У7, 31 - 39

Таблица 1.1 Компетентности, формируемые дисциплиной Безопасность жизнедеятельности в соответствии с Конвенцией ПДНВ. Функция: Судовождение на уровне эксплуатации

Код компетентности	Компоненты компетентности, степень их реализации	Результаты обучения	Соответствующая тема дисциплины
МК 1.7	Компетентность «Использование систем внутрисудовой связи» реализована полностью	Знать: возможности использования систем внутрисудовой связи. Оповещение экипажа об угрозах чрезвычайных ситуаций и действия при них. Использование РЛС и САРП для обеспечения безопасности плавания	Тема 1.1. Тема 1.2 Тема 1.7 Тема 1.9 Тема 1.10
МК 2.5.	Компетентность «Техническое обслуживание систем управления и систем безопасности механизмов бытового судового оборудования» реализована полностью	Знать: правила техники безопасности и охраны труда при обслуживании систем управления и систем безопасности механизмов бытового судового оборудования	Тема 1.1. Тема 1.2 Тема 1.6 Тема 1.7 Тема 1.9 Тема 1.10 Тема 2.5

Таблица 1.2 Компетентности, формируемые дисциплиной Безопасность жизнедеятельности в соответствии с Конвенцией ПДНВ.

Код компетентности	Компоненты компетентности, степень их реализации	Результаты обучения	Соответствующая тема дисциплины
МК 3.1.	Компетентность «Обеспечение выполнения требований по предотвращению загрязнения» реализована полностью	Знать: Меры предостережения, которые необходимо принимать для предотвращения загрязнения морской среды.	Тема 1.1. Тема 1.2 Тема 1.5 Тема 1.7 Тема 1.8

		<p>Меры по борьбе с загрязнениями и все связанное с этим оборудование.</p> <p>Важные меры для охраны морской среды.</p> <p>Последствия эксплуатационного или случайного загрязнения морской окружающей среды</p>	
<b>МК 3.2.</b>	<p>Компетентность «Предотвращение пожаров и борьба с пожарами на судах» реализована полностью</p>	<p>Знать:</p> <p>Противопожарную безопасность и средства пожаротушения</p> <p>Меры противопожарной безопасности</p> <p>Виды и химическую природу возгорания</p> <p>Системы пожаротушения</p> <p>Действия, которые должны предприниматься в случае пожара, включая пожары в топливных системах</p> <p>Конкретные обязанности, закреплённые за членами экипажа в расписании по тревогам; место сбора; правильное использование снаряжения личной безопасности</p>	<p>Тема 1.1</p> <p>Тема 1.2</p> <p>Тема 1.6</p> <p>Тема 1.7</p> <p>Тема 1.8</p> <p>Тема 2.5</p>
<b>МК 3.3.</b>	<p>Компетентность «Использование спасательных средств» реализована полностью</p>	<p>Знать:</p> <p>Спасание людей</p> <p>Умение организовывать учения по оставлению судна и умение обращаться со спасательными штопками, спасательными плотами и</p>	<p>Тема 1.1</p> <p>Тема 1.2</p> <p>Тема 1.3</p> <p>Тема 1.4</p> <p>Тема 1.6</p> <p>Тема 2.5</p>

		<p>дежурными шлюпками, их спусковыми устройствами и приспособлениями, а также с их оборудованием, включая радиооборудование спасательных средств, спутниковые АРБ, транспондеры, используемые при поиске и спасании, гидрокостюмы и теплозащитные средства</p> <p>Способы выживания в море</p>	
<b>МК 3.4.</b>	<p>Компетентность «Применение средств первой медицинской помощи на судах» реализована полностью</p>	<p>Знать:</p> <p>Медицинскую помощь</p> <p>Практическое применение медицинских руководств и медицинских консультаций, передаваемых по радио, включая умение принимать на их основе эффективные меры при несчастных случаях или заболеваниях, типичных для судовых условий</p>	<p>Тема 1.2</p> <p>Тема 1.5</p> <p>Тема 2.5</p>
<b>МК 3.6.</b>	<p>Компетентность «Вклад в безопасность персонала и судна» реализована полностью</p>	<p>Знать:</p> <p>Способы личного выживания.</p> <p>Способы предотвращения пожара и умение бороться с огнем и тушить пожары</p> <p>Приемы первой помощи.</p> <p>Личную безопасность и общественные обязанности.</p>	<p>Тема 1.2</p> <p>Тема 1.5</p> <p>Тема 1.6</p> <p>Тема 1.7</p> <p>Тема 1.8</p> <p>Тема 2.5</p>

		Конкретные обязанности, закреплённые за членами экипажа в расписании по тревогам; место сбора; правильное использование снаряжения личной безопасности	
--	--	--	--

## 2. Тематический план видов практической работы обучающихся

Наименование разделов и тем	Содержание практической работы обучающихся	Максимальная учебная нагрузка обучающегося, час	Аудиторная учебная нагрузка, час	Практическая работа обучающегося, час
1	2	3	4	5
<b>Раздел 1. Гражданская оборона</b>		<b>76</b>	<b>48</b>	<b>32</b>
<b>Тема 1.1. Гражданская оборона система общегосударственных мер по защите населения при ведении военных действий</b>				
<b>Тема 1.2. Организация Гражданской обороны на объектах экономики.</b>				
	<b>Практическая (лабораторная) работа</b>			
	№ 1 Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Подбор противогаза			<b>2</b>
	№ 2. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения, их использование			<b>2</b>
	№ 3. Защита населения путем эвакуации.			<b>2</b>
	№ 4. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического, биологического заражения. Йодная профилактика.			<b>2</b>
<b>Тема 1.3. Единая государственная система предупреждения и</b>	№ 5. Законодательство РФ в области защиты населения и территорий от ЧС. Права и обязанности граждан в области защиты от ЧС природного и техногенного характера.			<b>2</b>

<b>ликвидации чрезвычайных ситуаций. (РСЧС).</b>				
<b>Тема 1.4. Организация РСЧС</b>	№ 6. Международное сотрудничество в области защиты населения и территорий от ЧС Основные направления международного сотрудничества России в области БЖД.			<b>2</b>
<b>Тема 1.5. Защита населения при стихийных бедствиях</b>	№ 7. Противоэпидемические мероприятия. Карантин, обсервация.			<b>2</b>
	№ 8. Пути передачи инфекций			<b>2</b>
<b>Тема 1.6 Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте</b>	№ 9. Сроки выживания человека в воде в зависимости от её температуры. Действия людей, терпящих кораблекрушение. Высадка с судна.			<b>2</b>
<b>Тема 1.7 Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.</b>	№10. Защита от вредного воздействия неблагоприятных факторов экологических опасностей при выбросе биологически опасных веществ. Профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту..			<b>2</b>
	№11. Защита от вредного воздействия технических систем (электромагнитных излучений, шума, вибраций)			<b>2</b>
<b>Тема 1.8 Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах</b>	№12. Отработка и порядок действий при возникновении пожара и применение первичных средств пожаротушения. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.			<b>2</b>
	№13. Аварии и катастрофы с выбросом радиоактивных веществ, их последствия. Отработка действий при			<b>2</b>

	возникновении радиационной опасности. Аварии и катастрофы с выбросом аварийно- химически опасных веществ, их последствия. Отработка действий при возникновении аварии с выбросом аварийно- химически опасных веществ.			
<b>Тема 1.9. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке.</b>	№14. Правила поведения в местах большого скопления людей. Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях			<b>2</b>
<b>Тема 1.10. Обеспечение безопасности при неблагоприятной криминальной обстановке.</b>	№ 15. Необходимая самооборона в криминальных ситуациях. Основные правила самообороны. Уголовная ответственность. Средства самозащиты и их использование.			<b>2</b>
	№ 16. Правила поведения для заложников. Предупреждение криминальных посягательств в отношении детей.			<b>2</b>
<b>Раздел 2. Основы военной службы</b>		<b>24</b>	<b>18</b>	<b>16</b>



<p><b>Тема 2.1 Вооруженные силы на современном этапе</b></p>	<p>№ 17. Правила сборки разборки автомата. Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении воинских подразделений с военно-учетными специальностями, родственными специальностям СПО.</p>			<p><b>2</b></p>
<p><b>Тема 2.2 Уставы вооруженных сил России</b></p>	<p>№ 18. Воинская обязанность. Комплектование ВС личным составом, порядок призыва и прохождения воинской службы. Внутренний порядок и размещение военнослужащих.</p>			<p><b>2</b></p>
<p><b>Тема 2.3. Служба по контракту.</b></p>	<p>№ 19. Социальные гарантии контрактников. Организация и порядок поступления граждан на военную службу в добровольном порядке.</p>			<p><b>2</b></p>
<p><b>Тема 2.4 Правовой статус военнослужащих. Юридическая ответственность военнослужащих.</b></p>	<p>№ 20. Ответственность за уклонение от прохождения воинской службы.</p>			<p><b>2</b></p>

	№ 21. Ответственность за самовольное прекращение прохождения воинской службы			2
<b>Тема 2.5 Медико-санитарная подготовка</b>	№ 22. Первая медицинская помощь. (ПМП). Приемы оказания первой помощи при кровотечениях.			2
	№ 23. Виды повязок. Правила и приемы наложения повязок на раны.			2
	№ 24 Имобилизация и транспортировка пострадавших. Порядок и правила оказания первой помощи при ожогах, отморожениях, отравлениях, утоплении; поражении электрическим током; тепловом, солнечных ударах; укусах ядовитых животных. Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких			2

## **Порядок выполнения практической (лабораторной) работы обучающихся**

### **Раздел 1. Гражданская оборона**

#### **Тема 1.2. Организация Гражданской обороны на объектах экономики.**

##### **№. 1 Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Подбор противогаза**

###### **Цель:**

научиться правильно, подбирать и пользоваться средствами индивидуальной защиты.

###### **Оснащение:**

Противогаз, ватно-марлевая повязка, респиратор, тканевая противопыльная маска, общевойсковой защитный комплект, перчатки диэлектрические, индивидуальная аптечка, Лента сантиметровая (портновская).

###### **Задание:**

В процессе подготовки к занятию и в начале занятия студенты знакомятся с видами СИЗ, их назначением, применением.

Изучить методические указания к практическому занятию «Средства индивидуальной защиты», уметь подбирать средства индивидуальной защиты, правильно подготовить к использованию, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

###### **Порядок выполнения задания:**

Изучив материал по теме практического занятия:

1. Выполнить замеры головы
2. Определить по таблице номер противогаза.
3. Подобрать необходимый противогаз, проверить его готовность, следуя инструкции надеть противогаз.
4. Проверить правильность надетого противогаза (отсутствие щелей, плотность прилегания, открытый клапан)
5. Ответить на контрольные вопросы.

**Форма контроля** – устная защита практической работы

###### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Для чего предназначены СИЗ?
2. Что входит в комплект гражданского фильтрующего противогаза?
3. Какие простейшие СЗ органов дыхания можно изготовить самим?
4. Подручные средства защиты кожи?
5. Чем отличаются изолирующие и фильтрующие средства защиты кожи?

###### **Рекомендуемая литература:**

Интернет – ресурс. Сайт Администрации Мурманской области и сайт Управления ГОЧС и ПБ по Мурманской области.

2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.

## **№ 2. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения, их использование**

### **Цель:**

ознакомить студентов с классификацией защитных сооружений ГО, научить правилам поведения в экстремальной ситуации, научить действовать по сигналам «Внимание», «Воздушная тревога», «Отбой»

### **Оснащение:**

Схемы, плакаты с планами убежищ.

методические указания к практическому занятию «Защитные сооружения гражданской обороны»,

учебный видеофильм «Защитные сооружения гражданской обороны».

### **Задание:**

В процессе подготовки к занятию и в начале занятия студенты знакомятся с порядком и правилами действий по сигналу «Внимание! Говорит Управление по делам ГО и ЧС ...!».

- изучить методические указания к практическому занятию «Защитные сооружения гражданской обороны»

- ответить на контрольные вопросы.

### **Порядок выполнения задания:**

Изучив материал по теме практического занятия:

1. Составить классификацию убежищ и укрытий по назначению, по месту расположения, по срокам строительства, по вместимости, по характеристикам.

2. Начертить план ЗС.

3. Дать характеристику внутреннему оборудованию ЗС (воздухоснабжение, водообеспечение, энергообеспечение, запас продуктов, санитарно-гигиенические условия, маршруты движения, аварийный выход).

4. Составить примерный план действий по сигналу «Внимание!»: в учебном заведении, квартире, во дворе, на транспорте, в лесу, на объекте экономики и др. (по выбранному варианту).

5. Описать назначение, принцип действия защитных сооружений, порядок их использования в мирное время.

**Форма контроля** – устная защита практической работы

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Чем отличаются быстровозводимые убежища от противорадиационных укрытий?

2. Какие свойства местности и местных предметов можно использовать и при каких поражающих факторах?

### **Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс. Сайт Администрации Мурманской области и сайт Управления ГОЧС и ПБ по Мурманской области.

2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.

### **№ 3. Защита населения путем эвакуации.**

#### **Цель:**

Ознакомить обучающихся с видами и организацией эвакуации населения

#### **Оснащение:**

Плакаты, ПК, интернет – ресурсы

#### **Задание:**

изучить организацию и проведение мероприятий по эвакуации работающих и населения из зон чрезвычайных ситуаций, составить памятку по этапам эвакуационных мероприятий.

#### **Порядок выполнения задания:**

1. Определение эвакуации.
2. Эвакуация: по возникновению ЧС (заблаговременная, экстренная); по масштабу ЧС (местная, локальная); по объёму эвакуационных мероприятий (общая, частичная); по виду (транспортная, пешая, комбинированная);
3. При эвакуации необходимо взять с собой: СИЗ, комплект одежды и обуви по сезону, запас продуктов на трое суток, документы, деньги, аптечку необходимыми лекарствами.
4. Порядок проведения эвакуационных мероприятий.
5. Порядок пешей эвакуации.
6. Проведение мероприятий по рассредоточению.

**Форма контроля** – памятка по этапам эвакуационных мероприятий

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Перечислите документы, которые необходимо взять с собой при эвакуации.
2. Предельный вес вещей при пешей, транспортной эвакуации.
3. Какие лекарства войдут в Вашу аптечку?
4. Что необходимо сделать, прибыв на эвакуационный пункт?
5. Что указывается на сумке с вещами?
6. Чем отличается эвакуация от рассредоточения?

#### **Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс. Сайт Администрации Мурманской области и сайт Управления ГОЧС и ПБ по Мурманской области.
2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.

### **№ 4. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического, биологического заражения. Йодная профилактика**

#### **Цель:**

ознакомиться и знать способы защиты населения от оружия массового поражения.

#### **Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, плакаты, ПК, интернет - ресурсы

#### **Задание:**

1. Прочитайте текст
2. Составьте глоссарий по теме

2. Составьте схему классификации ЧС
4. Составьте памятки поведения населения в ЧС
5. Уметь организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

**Порядок выполнения задания:**

- 1.Порядок действий работающего персонала и населения по сигналу оповещения в зонах радиоактивного, химического, биологического заражения:
  - при наличии защитного сооружения;
  - при невозможности покинуть помещение;
  - при эвакуации.
- 2.Проведение йодной профилактики при аварии на РОО и выбросе или разливе радиоактивных веществ, её назначение.

**Форма контроля** – устная защита, анализ памяток для населения

**Вопросы для самоконтроля:**

- Что необходимо сделать в первую очередь услышав звук сирены?
- Как проводится герметизация помещений?
- Каково назначение йодной профилактики, в каких случаях её необходимо проводить?
- Основные правила при движении в ЗС.
- Дайте определение ЧС?
- Перечислите ЧС по природе возникновения.
- Перечислите ЧС по масштабам распространения последствий.
- Перечислите ЧС по причине возникновения.
- Перечислите ЧС по скорости развития
- Перечислите ЧС по ведомственной принадлежности.
- Дайте характеристику ЧС природного происхождения.
- Дайте характеристику ЧС техногенного характера.

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс. Сайт Администрации Мурманской области и сайт Управления ГОЧС и ПБ по Мурманской области.
2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.

**Тема 1.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. (РСЧС).**

**№ 5. Законодательство РФ в области защиты населения и территорий от ЧС.**

**Права и обязанности граждан в области защиты от ЧС природного и техногенного характера**

**Цель:**

ознакомить обучающихся с законодательной базой по защите населения от ЧС, рассмотреть структуру Федерального закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера».

**Оснащение:**

Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера», тетради для практических работ

**Задание:**

1. Составить структуру ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера». (Дать краткую характеристику девяти главам закона)
2. Изучить главу 4-ю Права и обязанности граждан по защите населения от ЧС, выписать основные права и обязанности.

**Порядок выполнения задания:**

1. Ознакомиться с Федеральным законом Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера».
2. Выписать основные права и обязанности.

**Форма контроля** – обсуждение содержания закона, главы 4.

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Перечислить социальные гарантии граждан по защите от ЧС.
2. Когда вступает Закон в силу?
3. Привести примеры работы Закона по защите населения в зонах ЧС.

**Рекомендуемая литература:**

1. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера»
2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.

**Тема 1.4. Организация РСЧС**

**№ 6. Международное сотрудничество в области защиты населения и территорий от ЧС  
Основные направления международного сотрудничества России в области БЖД.**

**Цель:**

ознакомиться с основными направлениями международного сотрудничества России в области БЖ.

**Оснащение:** ПК, Интернет – ресурс.

**Задание:**

Рассмотреть международное сотрудничество России по вопросам защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера занимают отношения:

- с Департаментом ООН по гуманитарным вопросам, на базе которого в 1998 году создано Управление ООН по координации гуманитарных вопросов (УКГВ);
- с Управлением Верховного Комиссара ООН по делам беженцев;
- с Организацией ООН по образованию, науке и культуре;
- с Международной организацией гражданской обороны, с Советом Европы по прогнозированию, предотвращению и оказанию помощи в случае стихийных бедствий и технологических катастроф;

- с Международным агентством по атомной энергии, с Программой ООН по окружающей среде (ЮНЕП);
- с Организацией ООН по продовольствию и сельскому хозяйству, с Всемирной продовольственной программой, с Программой ООН по развитию (ПРООН), с Детским фондом ООН;
- с Всемирной организацией здравоохранения, с Международной федерацией обществ Красного Креста и Красного Полумесяца, с Департаментом чрезвычайного гражданского планирования НАТО и др.

**Порядок выполнения задания:**

1. Рассмотреть международное сотрудничество России по вопросам защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, в соответствии с заданием.
2. Рассмотреть и раскрыть основные направления международного сотрудничества России в области БЖД по основным направлениям: международные организации, международные конвенции и соглашения, многосторонние и двусторонние связи.

**Форма контроля** – обсуждение

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Какова роль России в решении глобальных и региональных проблем?
2. Приведите примеры положительного взаимодействия России с различными государствами по всем представленным направлениям.

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс.
2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.
3. О.Н. Русак «Безопасность жизнедеятельности»: учебное пособие, 8-е издание, СПб.: 2014 г. -448с. Учебник для ВУЗов

**Тема 1.5. Защита населения при стихийных бедствиях**

**№ 7. Противозидемические мероприятия. Карантин, обсервация.**

**Цель:**

ознакомить обучающихся с профилактическими мерами для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту.

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

**Задание:**

Изучить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;  
Изучить мероприятия, проводимые при массовых инфекционных заболеваниях

**Порядок выполнения задания:**

1. Карантин: определение; ответственные структуры за установление и проведение карантинных мероприятий; мероприятия, проводимые при карантине; сроки, установленные для карантина.
2. Инкубационный период.



3.Обсервация: определение; ответственные структуры за установление и проведение обсервационных мероприятий; мероприятия, проводимые при обсервации; сроки, установленные для обсервации.

4.Профилактика инфекционных заболеваний.

**Форма контроля** – защита- обсуждение

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Что такое - инкубационный период?
2. Какие мероприятия проводятся при профилактике инфекционных заболеваний?
3. Какой из режимов жестче (карантин, обсервация)?
4. От чего зависит продолжительность карантина и обсервации?

**Рекомендуемая литература:**

1. А.Ф. Решетова «Учебник подготовки санитарных дружин и санитарных постов». Москва. Медицина 1982г.
2. М.И. Фалеев. «Обучение работников организаций и населения основам Т.О. и защиты в Ч.С. Учебно – методическое пособие. Институт риска и безопасности» Москва 2001г.
3. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.

**№ 8. Пути передачи инфекций**

**Цель:**

изучить источники массовых инфекционных заболеваний, и пути их передачи

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

**Задание:**

Изучить профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту.

**Порядок выполнения задания:**

1. Дать определение массовых инфекционных заболеваний. Эпидемия, эпизоотия, эпифитотия. Пандемия, панзоотия, панфитотия.
2. Составить таблицу: Группы инфекционных заболеваний; пути передачи; факторы передачи; Заболевания, входящие в группу.

**Форма контроля** – устная защита, тест

**Вопросы для самоконтроля:**

1. В чем отличие эпидемии от пандемии?
2. Составить связи:

Эпидемия	панфитотия
Эпизоотия	пандемия
Эпифитотия	панзоотия
3. Санитарно-гигиенические мероприятия, проводимые при вспышке инфекционных заболеваний.

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс.
2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.
3. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.

## **Тема 1.6 Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте**

### **№ 9. Сроки выживания человека в воде в зависимости от её температуры. Действия людей, терпящих кораблекрушение. Высадка с судна.**

#### **Цель:**

изучить профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту.

**Оснащение:** методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

#### **Задание:**

Прогнозирование развития событий и оценка последствий при транспортных ЧС.  
Проанализировать действия пассажиров и экипажа судна, терпящего кораблекрушение

#### **Порядок выполнения задания:**

1. Транспортные аварии.
2. Сигналы, подаваемые с судна, терпящего крушение.
3. Изучить и проанализировать таблицу «Сроки выживания человека в воде в зависимости от её температуры». (Положение в воде в одиночку, в группе; нахождение в воде в спасательных средствах и без них)
4. Действия терпящих кораблекрушение.
5. Высадка с судна. (Очередность покидания судна пассажирами, экипажем, требования к одежде, обуви. Покидание судна прыжком в воду. Покидание судна при высадке в шлюпку или иное плавательное средство.)

**Форма контроля** – устная защита, тест

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Какие части тела подвержены быстрому остыванию в воде?
2. Где необходимо находиться после прыжка в воду с судна терпящего крушение?
3. Какие сигналы подаются с судна, терпящего крушение?
4. Безопасная температура воды
5. Суточный прием воды при высадке в шлюпку или иное плавательное средство

#### **Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс. Сайт Администрации Мурманской области и сайт Управления ГОЧС и ПБ по Мурманской области.
2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.

## **Тема 1.7 Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке**

### **№10. Защита от вредного воздействия неблагоприятных факторов экологических опасностей при выбросе биологически опасных веществ. Профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту**

#### **Цель:**

Ознакомиться с классификацией и характером воздействия вредных веществ на организм работающих, методами и средствами защиты от воздействия вредных факторов. Обеспечением безопасных условий труда в сфере профессиональной деятельности.

#### **Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

#### **Задание:**

Ознакомиться с нормами содержания вредных веществ в воздухе производственных помещений, воздействием неблагоприятных факторов экологических опасностей при выбросе биологически опасных веществ.

Изучить методы определения концентраций вредных веществ в воздухе производственных помещений.

1. Ознакомиться с характеристиками теплового (инфракрасного) излучения.
2. Ознакомиться с воздействием теплового излучения на организм человека
3. Ознакомиться с гигиеническими нормами интенсивности инфракрасного излучения от нагретых поверхностей.

#### **Порядок выполнения задания:**

Защита от вредного воздействия неблагоприятных факторов экологических опасностей при выбросе биологически опасных веществ.

Биологическое загрязнение (основные источники загрязнения: предприятия промышленного биосинтеза, патогенные бактерии, живые клетки организмов, синантропные животные). Разливы нефти и нефтепродуктов. Сельское хозяйство (основные источники загрязнения: удобрения, пестициды, гербициды). Возможное влияние на состояние окружающей среды и здоровье человека этих неблагоприятных факторов. Мероприятия, проводимые для защиты окружающей среды и здоровья человека Государственными органами (Минздравом РФ, Главным санитарным врачом РФ, МЧС РФ, ГО).

При оформлении отчета сделать общие выводы по работе.

В выводах необходимо дать заключение о степени опасности неблагоприятных факторов и предложить организационные и технические мероприятия по снижению уровней загрязнения воздушной среды производственных помещений.

**Форма контроля** – устная защита, тест

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Дайте определение понятия «вредные вещества».
2. Приведите классификацию вредных веществ характеру воздействия на организм человека.
3. Как и какие вредные вещества попадают в организм человека?
4. Каковы последствия нефтяного загрязнения?
5. Основные методы удаления нефтяных пятен.

6. Что представляет собой инфракрасное излучение (физический смысл)?
7. Что является источником инфракрасного излучения? Какое воздействие оказывает инфракрасное излучение на организм человека?
8. От чего зависит опасность пыли?
9. Какие травмы и профессиональные заболевания могут возникнуть при воздействии вредных веществ на организм человека и в каких случаях?
10. Дайте определения понятиям «острое отравление» и «хроническое отравление» и к чему они приводят?
11. Какие побочные явления в организме человека могут вызывать вредные вещества?
12. Назовите основные меры защиты человека от воздействия вредных веществ и профилактики профессиональных заболеваний.

#### **Рекомендуемая литература:**

1. ГОСТ 12.1.005-88. Воздух рабочей зоны. Общие санитарно-гигиенические требования.
2. ГОСТ 12.1.007 -76. Вредные вещества. Классификация и общие требования безопасности.
3. ГН 2.2.5.686-98. Предельно допустимые концентрации вредных веществ в воздухе рабочей зоны.
4. Л.А. Михайлов «Безопасность жизнедеятельности»: издание, СПб.: 2015 г. -302 с. Учебник для ВУЗов

### **№11. Защита от вредного воздействия технических систем (электромагнитных излучений, шума, вибраций)**

#### **Цель:**

Ознакомиться с основными характеристиками шума и его воздействием на организм человека.

Исследовать параметры производственного шума на соответствие требованиям санитарных норм и изучить основные принципы эффективной защиты от шума.

#### **Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

#### **Задание:**

уметь обеспечивать безопасность при неблагоприятной экологической обстановке.

Уметь организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий ЧС.

#### **Порядок выполнения задания:**

Защита от вредного воздействия технических систем (электромагнитных излучений, шума, вибраций)

Электромагнитное излучение (основные источники загрязнения: приборы, работающие на сверхсильных частотах, электротехническое оборудование, установки, высоковольтные линии).

Электростатические поля (основные источники загрязнения).

Шумовое загрязнение (искусственный шум: основные источники загрязнения.)

Возможное влияние на состояние окружающей среды и здоровье человека этих неблагоприятных факторов.

Мероприятия, проводимые для защиты окружающей среды и здоровья человека Государственными органами надзора и контроля, службами объектов экономики.

Субъективно оцените уровень шума внутри камеры при открытой и закрытой заслонке. При этом обратите внимание на звукоизолирующий эффект заслонки (звукоизолирующего материала).

**Форма контроля** – устная защита, тест

**Вопросы для самоконтроля:**

1. Что такое шум?
2. Какие вредные воздействия оказывает шум на организм человека?
3. Назовите способы и меры уменьшения воздействия шума на организм человека.
4. Укажите методы нормирования и допустимые уровни шума.
5. Какие мероприятия используются для борьбы с шумом на производстве?
6. Идентификация потенциально вредных и (или) опасных производственных факторов
7. Исследования (испытания) и измерения вредных и (или) опасных производственных факторов;
8. Вредные и (или) опасные факторы производственной среды и трудового процесса, подлежащие исследованию (испытанию) и измерению при проведении специальной оценки условий труда;
9. Что нужно учитывать при установке ПК в аудитории, кабинете, дома?
10. Как лучше расположить бытовую технику дома?
11. Государственный контроль (надзор) и профсоюзный контроль за соблюдением требований настоящего Федерального закона

**Рекомендуемая литература:**

1. Безопасность жизнедеятельности: учеб. для вузов / С. В. Белов, А. В. Ильницкая, А. Ф. Козьяков [и др.]; под общ. ред. С. В. Белова. – 4-е изд., испр. и доп. – М. : Высш. шк., 2004. – 606 с.
2. Подобед, В. А. Охрана труда: учеб. пособие / В. А. Подобед, Н. Е. Подобед. – 4-е изд., перераб. и доп. – Мурманск: Изд-во МГТУ, 2005. – 366 с.
3. СН 2.2.4/2.1.8.562–96. Шум на рабочих местах, в помещениях жилых, общественных зданий и на территории жилой застройки.
4. СН 2.2.4/2.1.8.566–96. Производственная вибрация, вибрация в помещениях жилых и общественных зданий.
5. ГОСТ Р 52797.1-2007 (ИСО 11690-1:1996) Акустика. Рекомендуемые методы проектирования малозумных рабочих мест производственных помещений.
6. ГОСТ Р 12.4.208–99. ССБТ. Средства защиты органа слуха. Наушники. Общие технические требования. Методы испытаний.
7. ГОСТ Р 12.4.209–99. ССБТ. Средства защиты органа слуха. Вкладыши. Общие технические требования. Методы испытаний.
8. ГОСТ Р 12.4.210–99. ССБТ. Средства защиты органа слуха. Противошумные наушники, смонтированные с защитной каской.
9. ГОСТ Р 12.4.211–99. ССБТ. Средства защиты органа слуха. Противошумы. Субъективный метод измерения поглощения шума.

**Тема 1.8 Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах**

**№12. Отработка и порядок действий при возникновении пожара и применение первичных средств пожаротушения. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.**

**Цель:**

- повышение противопожарной культуры студентов:
- приобретение знаний в области пожарной безопасности;
  - овладение приемами и способами действий при возникновении пожара;
  - выработка умений и навыков по пользованию средствами пожаротушения.

**Оснащение:**

плакаты с изображением первичных средств пожаротушения, методические указания по пожарной безопасности; учебный видеофильм «Первичные средства пожаротушения».

**Задание:**

В процессе подготовки к занятию и в начале занятия студенты знакомятся с порядком и правилами действий при возникновении пожара.

Ознакомление с наименованием, назначением и местонахождением имеющихся на объекте первичных средств пожаротушения, противопожарного оборудования и инвентаря (огнетушители, пожарные краны, бочки с водой, ящики с песком, кошма, стационарные установки пожаротушения).

Практическое ознакомление и работа с огнетушителем на модельном очаге пожара.

Отработка действий при обнаружении на территории объекта задымления, загорания, пожара. Практическая отработка действий по эвакуации из учреждения.

**Порядок выполнения задания:**

Изучив материал по теме практического занятия: Определение пожара.

Поражающие факторы пожара.

Составить примерный план действий при возникновении пожара: в учебном заведении, квартире, во дворе, на транспорте, в лесу, на объекте экономики и др. (по выбранному варианту).

Составить примерный перечень современных средств пожаротушения применяемых на объектах экономики.

Описать назначение, принцип действия, ТТХ, порядок подготовки и применение порошкового, углекислотного огнетушителя. (по выбранному варианту).

**Форма контроля – устная защита, тест****Вопросы для самоконтроля:**

Что такое пожар?

Каковы основные причины пожара?

Поражающие факторы огня (пожара)?

Перечислите порядок действий при возникновении пожара в помещении?

Перечислите порядок действий при возникновении пожара на открытой местности?

Какие существуют способы оповещения и управления эвакуацией людей при пожаре?

Что относится к первичным средствам пожаротушения?

Назначение, устройство, принцип действия и применение углекислотных огнетушителей?

Назначение, устройство, принцип действия и применение порошковых огнетушителей?

Назначение, устройство и оснащение внутренних пожарных кранов. Правила пользования ими при пожаре.?

Подсобные средства защиты (песок, покрывала, ведра и бочки с водой и т.п.) и порядок их применения при тушении пожара (загорания)?

Где располагают планы эвакуации в общественных и производственных зданиях?

### **Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс.
2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.
3. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.

4. Безопасность жизнедеятельности, учебное пособие СПО, Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапов и др., изд.8 стереотип., изд. центр «Академия», 2009г
- 5.Безопасность жизнедеятельности, учебное пособие СПО, В. Ю. Микрюков, изд. «КноРус», 2010г.
- 6.Правила пожарной безопасности в Российской Федерации (ППБ 01-03) утвержденные постановлением Правительства РФ от 25.04.2012. № 390.

### **№13. Аварии и катастрофы с выбросом радиоактивных веществ, их последствия. Отработка действий при возникновении радиационной опасности.**

#### **Аварии и катастрофы с выбросом аварийно- химически опасных веществ, их последствия. Отработка действий при возникновении аварии с выбросом аварийно-химически опасных веществ.**

#### **Цель:**

ознакомить обучающихся с поражающими факторами в очаге поражения, при аварии на радиационно-опасных объектах с выбросом радиоактивных веществ и оценки этой опасности для населения.

- изучить порядок оповещения населения о возникновении аварии с выбросом и угрозой радиоактивного загрязнения,
  - изучить правила поведения и действия граждан в очагах радиоактивного загрязнения
- ознакомить обучающихся с поражающими факторами в очаге поражения, при аварии на химически опасных объектах с выбросом АХОВ и оценки этой опасности для населения.
- изучить порядок оповещения населения о возникновении аварии с выбросом СДЯВ и угрозе химического загрязнения,
  - изучить правила поведения и действия граждан в очагах химического загрязнения.

#### **Оснащение:**

Справочная литература по СДЯВ,  
методические указания к практическому занятию;  
Правила поведения в чрезвычайных ситуациях (видеоролик)

#### **Задание:**

Отработка практических действий при радиационной и химической обстановке в районах радиоактивного и химического заражения.

#### **Порядок выполнения задания:**

Изучив материал по теме практического занятия: Перечислить радиационно – опасные объекты на территории г. Мурманска и Мурманской области, оценить степень опасности, учитывая местоположение, погодные условия. Составить примерный план действий при возникновении угрозы радиоактивного загрязнения на территории, где расположено учебное заведение. (по выбранному варианту: при объявлении эвакуации или укрытия в помещении).

Перечислить химически –опасные объекты на территории г. Мурманска и Мурманской области, оценить степень опасности, учитывая местоположение, погодные условия, количество и состав СДЯВ по одному из предприятий.

Составить примерный план действий при возникновении угрозы химического загрязнения на территории, где расположено учебное заведение. (по выбранному варианту: при объявлении эвакуации или укрытия в помещении).

**Форма контроля** – устная защита, тест

**Вопросы для самоконтроля:**

Какие сигналы оповещения населения приняты в стране ГО при угрозе или возникновении химического загрязнения местности в случае аварии на химически-опасном объекте экономики?

Как следует действовать по сигналу « ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА»?

Какие установлены правила поведения людей при нахождении их в зоне химического заражения?

Перечислите химически-опасные объекты экономики на территории города, района, где вы проживаете?

Биологическое воздействие радиации. Нормы радиационной безопасности.

Поражающие факторы ядерного взрыва, их параметры, единицы измерения, и их действие на инженерные сооружения и человека.

Радиоактивное заражение местности, виды излучений, размеры и форма зараженных площадей.

Оценка уровней радиации по следу радиоактивного облака при ядерном взрыве, закон падения уровня радиации.

Химическая опасность в мирное и военное время.

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс.

2. Г.Н. Кирилова «Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях» учебник – Москва 2010. МЧС.

3. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.

**Тема 1.9. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке.**

**№14. Правила поведения в местах большого скопления людей. Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях**

**Цель:**

Знать правила поведения в случаях посягательств жизнь и здоровье.

Знать меры ответственности за организацию массовых беспорядков и участие в них

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

**Задание:**

Уметь предвидеть опасность и правильно строить свое поведение для снижения уровня угроз.



Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности.

**Порядок выполнения задания:**

Факторы роста числа ЧС социального характера. Виды толпы и характер поведения толпы. Опасность массовых зрелищ и праздников. Правила поведения в местах большого скопления людей.

Ответственность за организацию массовых беспорядков и участие в них призывы к участию в массовых беспорядках.

Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности.

**Форма контроля – обсуждение**

**Вопросы для самоконтроля:**

Почему город является средой повышенной опасности для возникновения ЧС социального характера?

Факторы роста ЧС социального характера.

В чем заключается опасность толпы?

Как построить отношения с конфликтной личностью?

Как погасить конфликт и начале его зарождения?

Как самому не стать конфликтной личностью?

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс.

2. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13 июня 1996 г. № 63 – ФЗ с изменениями и дополнениями.

3. О.Н. Русак «Безопасность жизнедеятельности»: учебное пособие, 13-е издание, СПб.: 2010 г. - 672. Учебник для ВУЗов.

**Тема 1.10.**

**Обеспечение безопасности при неблагоприятной криминальной обстановке.**

**№ 15. Необходимая самооборона в криминальных ситуациях. Основные правила самообороны. Уголовная ответственность. Средства самозащиты и их использование**

**Цель:**

Уметь предвидеть и оценивать опасность, правильно строить свое поведение для снижения уровня угроз.

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

**Задание:**

Рассмотреть правила поведения в случаях посягательств жизнь и здоровье, как из обороняющегося не превратиться в преступника.

Рассмотреть средства самозащиты и их использование.

**Порядок выполнения задания:**

Изучить теоретический материал (ГЛ. 37-41 УК РФ)

Рассмотреть возможные варианты необходимой самообороны в криминальных ситуациях.

Основные правила необходимой самообороны, разрешенные и запрещенные средства защиты, меры ответственности за превышение средств самозащиты.

**Форма контроля** – обсуждение, устная защита

**Вопросы для самоконтроля:**

Почему средства самозащиты должны соответствовать средствам нападения?

Каково основное требование необходимой самообороны?

Какие средства могут быть средствами защиты?

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс.

2. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13 июня 1996 г. № 63 – ФЗ с изменениями и дополнениями.

3. О.Н. Русак «Безопасность жизнедеятельности»: учебное пособие, 13-е издание, СПб.: 2010 г. - 672. Учебник для ВУЗов.

4 Уголовный Кодекс РФ (главы 37-41)

**№ 16. Правила поведения для заложников.**

**Предупреждение криминальных посягательств в отношении детей.**

**Цель:**

Рассмотреть правила поведения в случаях посягательств жизнь и здоровье детей

Знать правила поведения для заложников.

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

**Задание:**

Уметь предвидеть и оценивать опасность, и правильно строить свое поведение для снижения уровня угроз как в повседневной деятельности, так и в критических ситуациях.

Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности.

**Порядок выполнения задания:**

Изучить теоретический материал.

Терроризм как реальная угроза безопасности в современном обществе. Причины терроризма.

Социально-психологические характеристики террориста. Международный терроризм.

Борьба с терроризмом. Уголовная ответственность. Правила поведения для заложников.

Предупреждение криминальных посягательств в отношении детей. Статистика криминальных посягательств в отношении детей за последние 5 лет.

**Форма контроля** – обсуждение

**Вопросы для самоконтроля:**

В чем отличие современного терроризма от терроризма 19 века?

В чем заключается криминальность терроризма?

Какова ответственность за участие в терактах.

Дать социально-психологические характеристики террориста.

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс.
2. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13 июня 1996 г. № 63 – ФЗ с изменениями и дополнениями.
3. О.Н. Русак «Безопасность жизнедеятельности»: учебное пособие, 13-е издание, СПб.: 2010 г. - 672. Учебник для ВУЗов.

## **Раздел 2. Основы военной службы**

### **Тема 2.1 Вооруженные силы на современном этапе**

#### **№ 17. Правила сборки разборки автомата.**

**Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении воинских подразделений с военно-учетными специальностями, родственными специальностям СПО.**

#### **Цель:**

изучить основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении, оснащении воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО

#### **Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

#### **Задание:**

Ознакомиться с инструкцией по сборке и разборке автомата.

Рассмотреть основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении, оснащении воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО

#### **Порядок выполнения задания:**

Изучить инструкцию по сборке и разборке автомата, составить схему.

На основании перечня военно-учетных специальностей составить таблицу основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении, оснащении воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО полученным в колледже.

**Форма контроля** – обсуждение, проверка таблицы

#### **Вопросы для самоконтроля:**

Перечислите этапы сборки автомата.

Объясните понятие «национальная безопасность» и «военная безопасность».

Какие мероприятия включает организация обороны государства?

Какова роль Вооруженных Сил в обеспечении национальной безопасности?

Назовите военно-учетные специальности, соответствующие вашей специальности, получаемой в колледже.

#### **Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс. ФЗ «Об обороне»
2. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин «Основы военной службы» Учеб. пособие для студентов учреждений сред. Проф. Образования - М.: Издательский центр «Академия», 2015 – 240 с.
3. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.

## **Тема 2.2 Уставы вооруженных сил России**

### **№ 18. Военная обязанность. Комплектование ВС личным составом, порядок призыва и прохождения военной службы. Внутренний порядок и размещение военнослужащих.**

#### **Цель:**

ознакомиться с военной обязанностью и комплектованием вооруженных сил Российской Федерации;

#### **Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

#### **Задание:**

Записать порядок прохождения военной службы.

Внутренний порядок. Суточный наряд роты. (цель, предназначение, порядок организации и несения гарнизонной и караульной службы, права и обязанности должностных лиц, военнослужащих, несущих эти службы).

#### **Порядок выполнения задания:**

Ознакомиться и записать порядок прохождения военной службы.

Ознакомиться с внутренним порядком и размещением военнослужащих.

Суточный наряд роты, (цель, предназначение, порядок организации и несения гарнизонной и караульной службы, права и обязанности должностных лиц, военнослужащих, несущих эти службы).

#### **Форма контроля – устная защита**

#### **Вопросы для самоконтроля:**

В чем заключается исполнение обязанностей военной службы?

Какие уставы действуют в Вооруженных Силах РФ?

Что определяет Устав внутренней службы.

Что определяет Устав гарнизонной и караульной служб?

#### **Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс. Общевоинские уставы ВС РФ.
2. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин «Основы военной службы» Учеб. пособие для студентов учреждений сред. Проф. Образования - М.: Издательский центр «Академия», 2015 – 240 с.
3. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.
4. ФЗ «О военной обязанности и военной службе»

## **Тема 2.3. Служба по контракту.**

### **№ 19. Социальные гарантии контрактников. Организация и порядок поступления граждан на военную службу в добровольном порядке.**

**Цель:**

ознакомиться с организацией и порядком поступления граждан на военную службу в добровольном порядке.

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы

**Задание:**

Служба по контракту.

Условия заключения контракта.

Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке.

**Порядок выполнения задания:**

Служба по контракту (право заключение первого контракта, возраст военнослужащего, имеющего право заключения последнего контракта, условия прохождения службы по контракту, что входит в социальные гарантии службы по контракту)

**Форма контроля** – обсуждение, устная защита

**Вопросы для самоконтроля:**

Проживание при прохождении службы по контракту.

Предоставление отпуска при прохождении службы по контракту.

Социальные гарантии контрактников.

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс. Общевоинские уставы Вооруженных Сил России
2. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин «Основы военной службы» Учеб. пособие для студентов учреждений сред. Проф. Образования - М.: Издательский центр «Академия», 2015 – 240 с.
3. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.
4. ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»

**Тема 2.4 Правовой статус военнослужащих. Юридическая ответственность военнослужащих.****№ 20. Ответственность за уклонение от прохождения воинской службы.****Цель:**

ознакомить обучающихся с видами юридической ответственности граждан, уклоняющихся от прохождения военной службы по призыву.

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы, ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»

**Задание:**

Ознакомиться с ФЗ «О воинской обязанности и военной службе».

Изучить вопросы в соответствии с заданием, составить памятку.

Правовой статус военнослужащих.

Виды ответственности за уклонение от прохождения воинской службы:

- что считается уклонением от прохождения воинской службы;
- виды ответственность за уклонение от прохождения воинской службы.

**Порядок выполнения задания:**

Ознакомиться с ФЗ «О воинской обязанности и военной службе».

Изучить вопросы в соответствии с заданием, составить памятку.

Приобретение гражданином статуса военнослужащего, права и свободы, льготы военнослужащих.

Перечислить виды ответственности за уклонение от прохождения воинской службы несут граждане, подлежащие призыву.

- что считается уклонением от прохождения воинской службы;
- виды ответственность за уклонение от прохождения воинской службы.

**Форма контроля** – обсуждение, устная защита, тест

**Вопросы для самоконтроля:**

Когда гражданин приобретает статус военнослужащего?

Какими правами и свободами пользуются военнослужащие?

Какими льготами пользуются военнослужащие?

Какие виды ответственности за уклонение от прохождения воинской службы несут граждане, подлежащие призыву?

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс.

2. Устав гарнизонной и караульной служб.

А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин «Основы военной службы» Учеб. пособие для студентов учреждений сред. Проф. Образования - М.: Издательский центр «Академия», 2015 – 240 с.

3. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.

4. ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»

**№ 21. Ответственность за самовольное прекращение прохождения воинской службы****Цель:**

ознакомить обучающихся с видами юридической ответственности военнослужащих.

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, ПК, интернет – ресурсы, Дисциплинарный Устав ВС РФ.

**Задание:**

Ознакомиться с Дисциплинарным уставом ВС РФ.

Изучить вопросы в соответствии с заданием, составить памятку.

**Порядок выполнения задания:**

Ознакомиться с Дисциплинарным Уставом ВС РФ.

Изучить вопросы в соответствии с заданием, составить памятку.

Виды юридической ответственности военнослужащих:

- ответственность за самовольное прекращение прохождения воинской службы (задержка из увольнения, задержка из отпуска, самовольное покидание воинской части);
- ответственность за самовольное прекращение прохождения воинской службы (дезертирство)

**Форма контроля** – обсуждение, устная защита, тест

**Вопросы для самоконтроля:**

Какой устав ВС РФ определяет виды взысканий и поощрений военнослужащих?

Виды взысканий.

Виды поощрений.

В чем заключается действие Дисциплинарного устава на граждан, уволенных с военной службы с правом ношения военной формы одежды?

**Рекомендуемая литература:**

1. Интернет – ресурс. Дисциплинарный устав ВС РФ.

2. ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»

3. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин «Основы военной службы» Учеб. пособие для студентов учреждений сред. Проф. Образования - М.: Издательский центр «Академия», 2015 – 240 с.

4. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.

**Тема 2.5 Медико-санитарная подготовка****№ 22. Первая медицинская помощь. (ПМП). Приемы оказания первой помощи при кровотечениях.****Цель:**

отработка на тренажерах практических приемов остановки кровотечений

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, жгуты, давящая повязка

**Задание:**

Изучить основные методы и последовательность оказания первой помощи пострадавшему

Изучить основные методы и последовательность остановки кровотечений пострадавшему

Изучить виды кровотечений

**Порядок выполнения задания:**

1. Изучить основные методы и последовательность оказания первой помощи пострадавшему.

2. Рассмотреть способы освобождения пострадавшего от повреждающего фактора.

3. Научиться накладывать жгут.

4. Овладеть методами временной остановки кровотечений (артериального, венозного, капиллярного, носового)

5. Научиться накладывать давящую повязку, использовать подручный материал (брючный ремень, жгут - закрутка) для остановки кровотечений

**Форма контроля** – проверка правильности наложения жгута, давящей повязки, тест

**Вопросы для самоконтроля:**

Правовой аспект оказания первой помощи

Каковы основные методы и последовательность оказания первой помощи пострадавшему?

Как остановить кровотечение?

На какое время накладывается жгут в зимнее, летнее время и почему?

Что необходимо написать в записке, и где ее закрепить?

**Рекомендуемая литература:**

1. И.Ф. Богоявленский «Оказание первой медицинской, реанимационной помощи на месте происшествия и в очагах чрезвычайных ситуаций» Учеб. пособие. СПб: «ОАО Медиус», 2015 – 312; ил. 130с.
2. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.

### **№ 23. Виды повязок. Правила и приемы наложения повязок на раны**

**Цель:** сформировать навыки оказания первой помощи пострадавшим при несчастных случаях

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, перевязочный материал – бинты

**Задание:**

Изучить основные методы и последовательность оказания первой помощи пострадавшему  
Изучить основные методы и последовательность обработки ран и наложения повязок на раны.

**Порядок выполнения задания:**

Изучить основные методы и последовательность оказания первой помощи пострадавшему.

1. Рассмотреть способы освобождения пострадавшего от повреждающего фактора
2. Научиться оказывать первую помощь при травмах и ранах
3. Научиться накладывать повязки:
  - при травме теменной, затылочной частей головы и нижней челюсти;
  - пращевидные повязки;
  - повязка на глаз;
  - чепец;
  - суставы;
  - конечности;
  - грудную клетку

**Форма контроля** – проверка правильности наложения повязок, тест

**Вопросы для самоконтроля:**

Правила наложения повязок (туры бинта)

В чем особенность наложения повязки на грудную клетку?

**Рекомендуемая литература:**

1. И.Ф. Богоявленский «Оказание первой медицинской, реанимационной помощи на месте происшествия и в очагах чрезвычайных ситуаций» Учеб. пособие. СПб: «ОАО Медиус», 2015 – 312; ил. 130с.
2. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.

**№ 24 Имобилизация и транспортировка пострадавших. Порядок и правила оказания первой помощи при ожогах, отморожениях, отравлениях, утоплении; поражении электрическим током; тепловом, солнечных ударах; укусах ядовитых животных. Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких**



**Цель:** сформировать навыки оказания первой помощи пострадавшим при несчастных случаях

**Оснащение:**

методические указания к практическому занятию, тетради для практических работ, учебная литература, тренажер «Максим», шины, бинты

**Задание:**

Изучить способы иммобилизации и транспортировки пострадавшего в медицинское учреждение

Изучить правила искусственной вентиляции легких, непрямого массажа сердца.

Изучить способы оказания первой помощи при ожогах, обморожениях, отравлениях ядохимикатами, укусах животными и других случаях.

**Порядок выполнения задания:**

Изучить способы иммобилизации и транспортировки пострадавшего в медицинское учреждение при различных травмах.

Научиться проводить искусственную вентиляцию легких, непрямого массаж сердца

Научиться оказывать первую помощь при ожогах, обморожениях, отравлениях ядохимикатами, укусах животными и других случаях.

**Форма контроля** – проверка правильности проведения реанимации, тест

**Вопросы для самоконтроля:**

Какие поражающие факторы влияют на исход воздействия электрического тока на организм человека?

От чего зависит сопротивление тела человека?

Как выполняется искусственное дыхание и непрямой массаж сердца?

Перечислите приемы оказания первой помощи при вывихах, растяжениях, переломах.

Как оказать первую помощь при солнечном ударе, ожогах, обморожениях?

Какова помощь при отравлении ядохимикатами и укусах животных?

В чем состоит первая помощь при спасении утопающего?

Каковы особенности транспортировки пострадавшего?

**Рекомендуемая литература:**

1. И.Ф. Богоявленский «Оказание первой медицинской, реанимационной помощи на месте происшествия и в очагах чрезвычайных ситуаций» Учеб. пособие. СПб: «ОАО Медиус», 2015 – 312; ил. 130с.

2. Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова «Безопасность жизнедеятельности» Учебник для студ. сред. учеб. заведений — М.: Издательский центр «Академия», 2014 — 176 с.