Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Златоустовский индустриальный колледж им. П. П. Аносова»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

для практических работ

по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

для обучающихся по профессии «Швея», «Штукатур».

составитель: Ушакова Ю. В.

(ФИО)

2017

Методические указания для практических работ

по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» для обучающихся по профессии «Швея», «Штукатур».

составитель: Ушакова Ю. В., преподаватель

Рекомендовано к использованию решением методического совета

ГБПОУ «ЗлатИК им. П. П. Аносова»

Протокол №\_\_\_\_ от\_\_\_\_ \_\_\_\_ 20\_\_\_\_г.

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Пояснительная записка |
| 2 | Правила выполнения практических работ |
| 3 | Практические работы: |
|  | Практическая работа № 1 Применение первичных средств пожаротушения |
|  | Практическая работа № 2 Планирование и организационные вопросы выполнения эвакуационных мероприятий.  Организация получения и использования средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях. |
|  | Практическая работа № *3* Отработка навыков в планировании и организации аварийно-спасательных работ и выполнении неотложных работ при ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. |
|  | Практическая работа № *4* Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при кровотечениях и ранениях. |
|  | Практическая работа № *5* Отработка навыков оказания первой медицинской помощи травмах опорно-двигательного аппарата. |
|  | Практическая работа № 6 Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при остановке сердца. |

**1. Пояснительная записка**

Методические указания к выполнению практических работ по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» предназначены для закрепления теоретических знаний, полученных на лекциях, а также для овладения студентами умений и навыков применять эти знания при самостоятельной работе.

Перечень практических работ соответствует учебной программе, составленной основе требований ФГОС среднего общего образования.

Выполнение студентами практических работ по дисциплине проводится с целью:

* закрепления полученных теоретических знаний по дисциплине;
* углубления теоретических знаний в соответствии с заданной темой;
* формирования умений решать практические задачи;
* развития самостоятельности, ответственности и организованности;

– подготовки к зачету.

Методические указания выполняют функцию управления самостоятельной работой студента, поэтому каждое занятие имеет унифицированную структуру, включающую определение целей занятия, оснащения занятия, порядок выполнения работы, а также задания и контрольные вопросы для закрепления темы.

При выполнении практических работ основными методами обучения являются самостоятельная работа студентов под управлением преподавателя.

Студенты на практических занятиях в зависимости от формы и сложности заданий работают:

* индивидуально;
* в парах;
* в группах (4-6 чел.);
* всей группой.

По окончании работы студенты самостоятельно или с помощью преподавателя осуществляют взаимоконтроль, обсуждают результаты и подводят итоги работы.

Оценка преподавателем выполненной студентом работы осуществляется комплексно:

* по результатам выполнения заданий;
* по устной работе;
* по выполненной домашней работе;
* оформлению работы.

Организация выполнения и контроля практических работ по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» является подготовительным этапом к сдаче зачета по данной дисциплине.

**2. Правила выполнения практических занятий**

Методические указания по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» для выполнения практическихработ созданы Вам в помощь для работы на занятиях, подготовки к ним и к дифференцированному зачету.

Приступая к выполнению практической работы, вы должны внимательно прочитать цель и задачи занятия, ознакомиться с требованиями к уровню Вашей подготовки в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами, краткими теоретическими и учебно-методическими материалами по теме практической работы, ответить на контрольные вопросы.

Вы должны строго выполнять весь объем домашней подготовки к практической работе, так как выполнению каждой работы предшествует проверка готовности студента, которая производится преподавателем.

После выполнения работы студент или группа студентов, которая назначается преподавателем на весь период работы, должна представить отчет о проделанной работе с обсуждением полученных результатов и выводов.

Наличие положительной оценки по практическим работамнеобходимо для получения оценки за семестр, а также допуска к зачету. Поэтому в случае отсутствия на занятии по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за практическуюработу,Вы должны найти время для ее выполнения или пересдачи.

**Внимание!** Если в процессе подготовки к практическим работамили при решении задач у Вас возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удается, необходимо обратиться к преподавателю для получения разъяснений или указаний в дни проведения дополнительных занятий.

Время проведения дополнительных занятий можно узнать у преподавателя.

**3. Практические работы**

**Практическая работа № 1**

**Тема раздела:** Прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях.

**Тема:** Применение первичных средств пожаротушения

**Цель:** Ознакомится со способами, средствами и правилами тушения пожаров, устройством и принципом первичных средств пожаротушения.

**Литература:**

1.Безопасность жизнедеятельности: учебник/ В. Ю. Микрюков. – М.: Форум, 2014. – 464 с.

2. Основы безопасности жизнедеятельности/ Т. А. Хван, П. А. Хван. –Изд. 10-Ростов н/ Д: Феникс, 2014, с. : ил.

3. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. Учреждений сред. Проф. Образования/ Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – М. : Академия, 2016.

**Оборудование**: учебник, тетрадь, ручка.

**Необходимый теоретический материал:** Пожары, возникающие по тем или иным причинам на различных объектах экономики, наносят огромный материальный ущерб и

нередко сопровождаются травмами и гибелью людей. Выбор способов и средств пожаротушения зависит от объекта, характеристики горящих материалов и класса пожара.

Наиболее простым, дешевым и доступным средством является вода. К недостаткам воды следует отнести плохую смачиваемость и проникающую способность по отношению к ряду материалов. Воду нельзя применять для тушения ряда материалов, их гибридов, карбидов, а также электрических установок. Широко распространенным, эффективным и удобным средством тушения пожаров являются пены. Пены подразделяются на химическую и газо-химическую. Пожары в начальной стадии тушат из огнетушителей, которые подразделяются на воздушно-пенные, химические пенные, углекислотные, аэрозольные и порошковые.

Техническая характеристика ручных огнетушителей.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Марка огнетушителя | Продолжитель  ность действия, с | Дальность  струи, м | Огнегасящая  способность, м2 | Область  применения | Хранение |
| ОХП-10 | 50-60 | 4-5 | 1,07 | Для тушения твердых веществ и материалов, легковоспламеняющихся жидкостей, кроме  щелочных материалов и  веществ, горение которых  происходит без доступа воздуха, спиртов, электрооборудования,  находящегося под напряжением. | Зимой убирать в помещение |
| ОВП-10 | 40 | 3 | 1,73 | Для тушения твердых  веществ  и материалов, легковоспламеняющихся жидкостей, кроме щелочных материалов и веществ, горение которых  происходит без доступа воздуха спиртов, электрооборудования,  находящегося под напряжением | Зимой убирать  в помещение |
| ОУ-2 | 8 | 3 | 0,41 | Для тушения твердых веществ и материалов, электроустановок,  находящихся под напряжением,  двигателей внутреннего  сгорания, горючих жидкостей.  Запрещается тушить  материалы, горение которых  происходит без доступа  воздуха. | Хранить в  отдалении от  нагревательных  приборов. |
| ОП-5 | 10 | 5 | 2,81 | Для тушения нефтепродуктов,  легковоспламеняющихся  жидкостей, растворителей  твердых веществ, а также  электроустановок под  напряжением. | Хранит в сухом  помещении |

Задание.

**1.Написать отчет и сдать преподавателю.**

Содержание отчѐта:

1.1.Название работы.

1.2.Цель работы.

1.3.Перечень используемого оборудования.

2.Задание: **Ответьте на контрольные вопросы.**

Контрольные вопросы:

1Назовите основные способы пожаротушения.

2. В каких случаях воду использовать нельзя?

3. Что относится к первичным средствам пожаротушения?

4. Что надо делать при воспламенении одежды пострадавшего?

5. Каковы действия в случае возникновения пожара, который не может быть

ликвидирован собственными силами?

6. В чем состоит первая медицинская помощь при ожогах?

**Форма отчета:** письменно в тетради

**Критерии оценивания: Оценка «отлично»** ставится в том случае, если студент

- правильно понимает сущность вопроса, дает точное определение и истолкование основных понятий;

- строит ответ по собственному плану, сопровождает ответ новыми примерами, умеет применить знания в новой ситуации;

- может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом, а также с материалом, усвоенным при изучении других дисциплин.

**Оценка «хорошо»** ставится, если

- ответ студента удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку 5, но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других дисциплин;

- студент допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью преподавателя.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится, если студент

- правильно понимает сущность вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала;

- допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов.

**Оценка «неудовлетворительно»** ставится, если студент

- не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

- не может ответить ни на один из поставленных вопросов.

**Практическая работа № 2**

**Тема раздела:** Основы военной службы и обороны государства

**Тема:** Планирование и организационные вопросы выполнения эвакуационных мероприятий. Организация получения и использования средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях.

**Цель:** Способствовать формированию умений на практике составлять алгоритм действий в условиях эвакуации.

**Литература:**

1.Безопасность жизнедеятельности: учебник/ В. Ю. Микрюков. – М.: Форум, 2014. – 464 с.

2. Основы безопасности жизнедеятельности/ Т. А. Хван, П. А. Хван. –Изд. 10-Ростов н/ Д: Феникс, 2014, с. : ил.

3. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. Учреждений сред. Проф. Образования/ Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – М. : Академия, 2016.

**Оборудование**: учебник, тетрадь, ручка.

**Необходимый теоретический материал:**

**Эвакуационные мероприятия** — комплекс мероприятий по временному отселению населения, эвакуации материальных и историко-культурных ценностей из зоны ЧС (в военное время в том числе из зоны возможного поражения) и их размещению в безопасных районах, проводимых заблаговременно и отвечающих условиям жизнеобеспечения, а также сохранности материальных и историко-культурных ценностей.

Эвакуационные мероприятия проводятся в соответствии с планами временного отселения населения, эвакуации материальных и историко-культурных ценностей в безопасные районы (планы эвакуации).

**Основные *эвакуационные мероприятия*:**

1. **До начала эвакуации:**

– оповещение соответствующих руководителей и населения об угрозе возникновения ЧС;

– приведение в готовность к развертыванию эвакуационных комиссий;

– уточнение расчетов для вывоза временно отселяемого населения, эвакуации материальных и историко-культурных ценностей всеми видами транспорта;

– определение маршрутов эвакуации и их подготовка;

– подготовка (оборудование) транспортных средств, защитных сооружений, мест размещения временно отселяемого населения.

2. **С началом проведения эвакуационных мероприятий:**

– укрытие населения в защитных сооружениях в местах сбора (приема) отселяемого населения при возникновении ЧС;

– временное отселение населения, эвакуация материальных и историко-культурных ценностей в безопасные районы, предусмотренные планами эвакуации с учетом сложившейся конкретной обстановки;

– отправка необходимого транспорта в распоряжение групп транспортного обеспечения по указанию эвакуационных комиссий;

– организация учета эвакуационными комиссиями временно отселяемого населения (призывников и военнообязанных запаса совместно с военными комиссариатами) и контроль за их размещением и др.

**Критерии для принятия решения по проведению эвакуации населения:**

– при радиационных авариях — превышение установленных уровней мощности дозы (50 мкЗв/ч — укрытие в защитных убежищах, 200 мкЗв/ч и более — рассмотрение вопроса о временном переселении населения, 500 мкЗв/ч и более — проведение эвакуационных мероприятий);

– при химическом заражении — превышение пороговых токсодоз [**СДЯВ**](http://studopedia.ru/2_87900_vidi-sdyav-ih-harakteristika.html);

– нарушение систем жизнеобеспечения населения выше допустимого уровня;

– непосредственная угроза жизни и здоровью населению при нахождении в зоне ЧС (пожары, наводнения и др.);

– в военное время — нахождения населения в приграничных районах, местах ведения (возможного ведения) боевых действий.

Проведение эвакуационных мероприятий включает рассредоточение, частичную эвакуацию и общую эвакуацию. Рассредоточение — рабочие и служащие объекты, находящиеся в зоне ЧС, продолжают работать на них, но отдыхают в безопасной зоне. При проведении частичной эвакуации предусматривается вывоз из населенных пунктов части населения, не занятого в производстве и сфере обслуживания.

**Принимают решение на проведение эвакуационных мероприятий в мирное и военное время и осуществляют общее руководство**:

– при локальных чрезвычайных ситуациях — руководители организаций: начальники ГО организаций;

– местных чрезвычайных ситуациях — председатели исполнительных комитетов (главы администраций городских районов): начальники ГО городов (районов);

– региональных чрезвычайных ситуациях — председатели исполнительных комитетов: начальники ГО областей (г. Минск);

– республиканских и трансграничных ЧС — Премьер-министр Республики Беларусь: начальник ГО Республики Беларусь.

Эвакуация населения организуется комбинированным способом по производственно-территориальному принципу. При этом эвакуация рабочих, служащих и членов их семей осуществляется через предприятия (учреждения организации), остальное население эвакуируется через ЖЭС по месту жительства. Особое внимание уделяется наиболее уязвимым категориям: инвалиды, больные, беременные женщины, женщины с детьми до 10 лет.

При этом выбор безопасных районов для размещения временно отселяемого населения, эвакуируемых материальных и историко-культурных ценностей предусматривается соответствующими эвакуационными комиссиями по согласованию с исполнительными и распорядительными органами этих районов.

**Для организации и проведения мероприятий по рассредоточению и эвакуации создаются следующие эвакуационные органы:**

1. [**Эвакуационные комиссии**](http://studopedia.ru/6_55341_evakuatsionnie-organi-ih-struktura-i-zadachi.html). Они создаются органами государственного управления и иными государственными организациями, подчиненными Правительству России, местными исполнительными и распорядительными органами, другими организациями.

Председателем назначается, как правило, заместитель руководителя данной организации. Численность персонала эвакуационной комиссии и ее состав определяется соответствующим начальником ГО исходя из объемов планируемых эвакуационных мероприятий.

Главными обязанностями эвакуационной комиссии являются планирование, организация и проведение мероприятий, связанных с эвакуацией населения, а также решение вопросов видов обеспечения этих мероприятий (транспортное, материальное, медицинское и бытовое обслуживание, размещение и трудоустройство людей на новых местах и т. д.).

2. Для непосредственного проведения рассредоточения и эвакуации развертывают сборные эвакуационные пункты ([**СЭП**](http://studopedia.ru/7_51937_naznachenie-sostav-i-razmeshchenie-elementov-sep.html)). Они предназначены для сбора, регистрации и организованной отправки населения в безопасную зону. Под них обычно отводят школы, клубы и другие общественные здания, близко расположенные к подъездным путям и площадкам для посадки людей на транспорт, или непосредственно предприятия, организации и учебные заведения. Расположение СЭП на окраине города позволяет ускорить эвакуацию населения в загородную зону.

Каждому СЭП присваивается порядковый номер, за ним закрепляются определенные организации и территория. Общая численность СЭП может быть 15–20 человек, в составе могут быть медицинские работники.

3. Промежуточные пункты эвакуации (ППЭ). Организовываются для эвакуируемого пешим порядком населения, районы размещения которого назначены на удалении более суточного перехода. Они располагаются за пределами опасных зон в населенных пунктах, находящихся вдоль эвакуационных маршрутов и вблизи дорог, чтобы облегчить вывоз с них людей транспортом в конечные пункты эвакуации. ППЭ предназначены для кратковременного отдыха прибывающего населения, обогрева, питания и мер обслуживания людей и отправки их к местам постоянного расселения.

4. Пункты погрузки. Предназначаются для отправки населения железнодорожным, автомобильным и водным транспортом в безопасную зону. Они организуются на железнодорожных вокзалах, на станциях, в портах и на пристанях.

5. Пункты управления транспортными средствами.

6. Пункты высадки. Располагаются вблизи мест расселения эвакуируемого населения.

7. Приемные пункты временно отселяемого населения и эвакуируемых материальных и историко-культурных ценностей. Они предназначены для обеспечения приема, регистрации и непосредственного расселения прибывших людей. Обычно размещаются в общественных зданиях и обслуживаются рабочим аппаратом численностью 30–40 чел.

Пешие колонны формируются в количествах от 500 до 1000 чел. по производственно-территориальному принципу. Во главе колонн ставятся опытные руководители. Колонну разбивают на группы по 20–30 чел. (в каждой группе назначается старший группы). Скорость движения пешей колонны — 3–5 км/ч. Первый привал (10–15 мин) через 2 часа, затем через 1–1,5 часа движения. Большой привал продолжительностью 1–2 часа назначается в начале второй половины суточного перехода.

Для вывоза населения автомобильным транспортом формируются автоколонны по 20 машин. Движение колонны осуществляется по утвержденному графику и маршруту. Назначается начальник колонны.

Вывоз населения из городов железнодорожным транспортом производится по уплотненному графику пассажирскими или грузовыми поездами, при этом к ним цепляют дополнительные вагоны.

В населенных пунктах, расположенных на берегах рек и водохранилищ, для перевозки населения может использоваться водный транспорт.

**Задание: Составить алгоритм действий в условиях эвакуации.**

**Форма отчета:** письменно в тетради.

**Критерии оценивания:** «5» (отлично): выполнены все задания практической работы, обучающийся четко и без ошибок разработал памятки.

«4» (хорошо): выполнены все задания практической работы; обучающийся составил правила с замечаниями.

«3» (удовлетворительно) выполнены все задания практической работы с замечаниями;

«2» (не зачтено): обучающийся не выполнил или выполнил неправильно задания практической работы; студент не смог составить правила поведения.

**Практическая работа № 3**

**Тема раздела:** Основы обороны государства

**Тема:** Отработка навыков в планировании и организации аварийно-спасательных работ и выполнении неотложных работ при ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

**Цели:** 1.ознакомиться с организацией проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ при чрезвычайных ситуациях;

2.изучить основное содержание и обеспечение аварийно-спасательных работ и других неотложных работ.

**Задание:** Отработка навыков в планировании и организации аварийно-спасательных работ и выполнении неотложных работ при ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

**Литература:** 1.Латчук, В.Н., Марков, В.В., Миронов, С. К., Вангородский, С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.; - М.: Дрофа, 2012.-363,: ил.

2.Марков, В.В., Латчук, В.Н., Миронов, С. К., Вангородский, С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.; - М.: Дрофа, 2012.-303,: ил.

3.Фролов, М.П., Литвинов, Е.Н., Смирнов, А.Т. и др.; Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.; Под ред. Воробьёва, Ю. Л.-М.: ООО «Издательство Астрель» : ООО «Издательство АСТ», 2009.-350 с.: ил.

4.Фролов, М.П., Литвинов, Е. Н., Смирнов, А.Т. и др.; Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.; Под ред. Воробьёва, Ю. Л.-М.: ООО «Издательство Астрель» : ООО «Издательство АСТ», 2009.-366 с.: ил.

**Оборудование:** учебник, конспект лекций, тетрадь, плакат «АСДНР в зонах ЧС».

**Необходимые теоретические материалы:**

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы (АСДНР) в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени, в очагах массового поражения являются одной из главнейших задач ГО.

**Аварийно-спасательные работы** – это действия по спасению людей, материальных и культурных ценностей, по защите природной среды в зоне чрезвычайных ситуаций, локализация чрезвычайных ситуаций и подавлению до минимального уровня воздействия характерных для них опасных факторов.

**Цель проведения спасательных работ** – спасение людей и оказание медицинской помощи пострадавшим, ликвидация аварий.

**Другие неотложные работы-** деятельность по всестороннему обеспечению аварийно-спасательных работ, оказанию населению, пострадавшему в ЧС, медицинской и других видов помощи, созданию условий минимально необходимых для сохранения жизни и здоровья людей, поддержания их работоспособности.

**Неотложные работы при ликвидации ЧС** имеют целью создать условия для проведения спасательных работ, обеспечения жизнедеятельности населения.

**Спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения включают:**

1. разведку очага поражения, в результате которой получают истинные данные о сложившейся обстановке;
2. локализацию и тушение пожаров, спасение людей из горящих зданий;
3. розыск и вскрытие заваленных защитных сооружений, розыск и извлечение из завалов пострадавших;
4. оказание пострадавшим первой медицинской помощи, эвакуации пораженных в медицинские учреждения, эвакуация населения из зон возможного катастрофического воздействия (затопления, радиационного и другого заражения);
5. санитарная обработка людей, обеззараживание транспорта, технических систем, зданий, сооружений и промышленных объектов;
6. вскрытие заваленных защитных сооружений и спасение находящихся в них людей;
7. подачу воздуха в заваленные защитные сооружения с поврежденными фильтрационными системами;
8. эвакуацию населения из опасных зон (районов);
9. ремонт и укрепление линий связи;
10. обнаружение и обезвреживание неразорвавшихся боеприпасов;
11. устройство проездов (проходов);
12. локализация аварий в газовых, водопроводных, канализационных сетях в целях создания условий для проведения спасательных работ

По решению начальника ГО района в мирное время создается группировка сил и средств ГО.

Ликвидация ЧС осуществляется силами и средствами предприятий, учреждений и организаций независимо от их организационно-правовой формы, органов местного самоуправления, органов исполнительной власти субъектов РФ, на территории которых сложилась ЧС, под руководством соответствующих комиссий по ЧС.

Ликвидация ЧС считается завершенной по окончании проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ.

Спасательные работы невозможно провести эффективно без применения современной техники, поэтому в зависимости от вида проводимых работ используются группы технических средств:

1. **объектовая техника** – бульдозеры, экскаваторы со сменным оборудованием, автомобили-самосвалы, автогрейдеры, моторные и прицепные катки, пневматический инструмент и т.д.;
2. **спецтехника, находящаяся в распоряжении спасательных формирований** – специальные подъемно-транспортные машины, корчеватели-собиратели, ручной спасательный инструмент, бетоноломы, средства контроля и жизнеобеспечения.

**Задание**: 1. Изучить материал

2.Заполнить таблицу, исходя из определений и целей АСДНР:

|  |  |
| --- | --- |
| Аварийно-спасательные работы | Другие неотложные работы |
|  |  |

**Форма отчета:** письменно в тетради заполнить таблицу

**Критерии оценивания:** «5» (отлично): выполнены все задания практической работы, обучающийся четко и без ошибок заполнил таблицу.

«4» (хорошо): выполнены все задания практической работы; обучающийся составил таблицу с замечаниями.

«3» (удовлетворительно) выполнены все задания практической работы с замечаниями;

«2» (не зачтено): обучающийся не выполнил или выполнил неправильно задания практической работы; обучающийся не смог составить таблицу.

**Практическая работа № 4**

**Тема раздела:** Основы оказания первой медицинской помощи

**Тема:** Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при кровотечениях и ранениях.

**Цель:** научиться оказывать ПМП при кровотечениях; уметь: оказывать ПМП пострадавшим; знать правила оказания ПМП пострадавшим.

**Литература:** 1.Безопасность жизнедеятельности: учебник/ В. Ю. Микрюков. – М.: Форум, 2014. – 464 с.

2. Основы безопасности жизнедеятельности/ Т. А. Хван, П. А. Хван. –Изд. 10-Ростов н/ Д: Феникс, 2014, с. : ил.

3. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. Учреждений сред. Проф. Образования/ Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – М. : Академия, 2016.

**Оборудование:**

1.Инструкция к работе.

2.Бинты.

3.Жгуты.

4.Плакаты.

**Необходимый теоретический материал:**

Кровотечением называют истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении целости их стенки. В зависимости от того, какой сосуд поврежден и кровоточит, кровотечение может быть артериальным, венозным, капиллярным и паренхиматозное.

Артериальное – из повреждѐнной артерии. Опасность при артериальном кровотечении состоит в том, что кровь под давлением выбрасывается из сердца. При повреждении крупных артерий в течение нескольких минут может произойти кровопотеря, несовместимая с жизнью.

Цвет крови: алый. Помощь: наложение жгута, жгута – закрутки.

Венозное –возникает при повреждении вен. Давление из вен меньше, поэтому кровь бежит медленнее, равномерно, непрерывной струѐй. Цвет крови: вишнѐвый. Это кровотечение реже носит угрожающий характер. В повреждѐнные вены шеи и грудной клетки в момент вдоха возникает отрицательное давление, поэтому при ранении в их просвет может поступать воздух (смерть).

Капиллярное кровотечение наблюдается при неглубоких ранениях, ссадинах. При хорошей свѐртываемости крови оно проходит само.

Паренхиматозное кровотечение (внутреннее). Это кровотечение появляется при поражении внутренних органов. Пострадавший жалуется на общую слабость, головокружение, шум в ушах, тошноту. Кожные покровы становятся бледными, пульс частый поверхностный, снижается артериальное давление.

Первая помощь: госпитализация.

Взрослый человек может совсем не ощутить потери 300-400 мл крови, а ребѐнок может умереть. Смертельная доза потери крови для взрослого человека 2-2,5 л.

Способы остановки кровотечения:

1.Придание повреждѐнной части тела приподнятого положения по отношению к туловищу.

2.Прижатие кровоточащего сосуда в месте ранения с помощью давящей повязки.

3.Пальцевое прижатие. Это самый эффективный и быстрый способ остановки кровотечения. Применяется при артериальном, венозном кровотечении. В дальнейшем накладывается кровоостанавливающий жгут.

4.Фиксирование конечности в положении максимального сгибания или разгибания.

5.Круговое сдавливание конечности жгутом. Ряд артерий легко доступен для пальпации и может быть полностью перекрыт прижатием их к подлежащим костным образованиям. Прижать артерию можно большим пальцем, несколькими пальцами, кулаком.

**Задание к работе:**

1.Наложить повязку на голову в виде «чепца».

2.Наложить восьми образную повязку на голеностопный сустав.

3.Остановить с помощью жгута артериальное кровотечение плечевой артерии.

Методика выполнения задания:

1. Составить алгоритм оказания ПМП при ранении и наложении жгута.

2. Взять бинт и наложить повязку на голову в виде «чепца» и восьми образную повязку на голеностопный сустав.

3.С помощью жгута остановить артериальное кровотечение плечевой артерии.

**Контрольные вопросы:**

1.Что называется кровотечением?

2.Перечислите способы остановки кровотечения.

**Форма отчета:** письменно в тетради ответить на вопросы и заполнить таблицу.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид работ | Отметка о выполнении | замечания |
| повязка на голову в виде «чепца» |  |  |
| восьми образную повязка на голеностопный сустав |  |  |
| Наложить жгут на плечевую артерию |  |  |

**Критерии оценивания: Критерии оценивания:** **Оценка «отлично»** ставится в том случае, если студент

- правильно понимает сущность вопроса, дает точное определение и истолкование основных понятий;

- строит ответ по собственному плану, сопровождает ответ новыми примерами, умеет применить знания в новой ситуации;

- может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом, а также с материалом, усвоенным при изучении других дисциплин.

-правильно выполнил все повязки и наложил жгут

**Оценка «хорошо»** ставится, если

- ответ студента удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку 5, но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других дисциплин;

- студент допустил одну ошибку или не более двух недочетов в наложении жгута и повязки и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью преподавателя.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится, если студент

- правильно понимает сущность вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала;

- допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов при наложении повязки и повязок.

**Оценка «неудовлетворительно»** ставится, если студент

- не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

- не может ответить ни на один из поставленных вопросов, не справился с выполнением повязок.

**Практическая работа № 5**

**Тема раздела:** Основы оказания первой медицинской помощи

**Тема:** Отработка навыков оказания первой медицинской помощи травмах опорно-двигательного аппарата.

**Цель:** Изучить материал по теме.Способствовать формированию умения составлять алгоритм действий при травмах: ушибах, растяжениях, переломах, разрывах связок, вывихах.

**Литература:** 1.Латчук, В.Н., Марков, В.В., Миронов, С. К., Вангородский, С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.; - М.: Дрофа, 2012.-363,: ил.

2.Марков, В.В., Латчук, В.Н., Миронов, С. К., Вангородский, С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.; - М.: Дрофа, 2012.-303,: ил.

3.Фролов, М.П., Литвинов, Е.Н., Смирнов, А.Т. и др.; Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.; Под ред. Воробьёва, Ю. Л.-М.: ООО «Издательство Астрель» : ООО «Издательство АСТ», 2009.-350 с.: ил.

4.Фролов, М.П., Литвинов, Е. Н., Смирнов, А.Т. и др.; Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.; Под ред. Воробьёва, Ю. Л.-М.: ООО «Издательство Астрель» : ООО «Издательство АСТ», 2009.-366 с.: ил.

**Задание:** составлять алгоритм действий при травмах опорно-двигательного аппарата, по плану:

1. Наименование травмы
2. Причины возникновения
3. Симптомы травмы
4. Порядок оказания ПМП.

**Контрольные вопросы:**

**Форма отчета:** составить алгоритмы письменно в тетради

**Критерии оценивания:** «5» (отлично): выполнены все задания практической работы, обучающийся четко и без ошибок разработал памятки.

«4» (хорошо): выполнены все задания практической работы; обучающийся составил правила с замечаниями.

«3» (удовлетворительно) выполнены все задания практической работы с замечаниями;

«2» (не зачтено): обучающийся не выполнил или выполнил неправильно задания практической работы; студент не смог составить правила поведения.

**Практическая работа № 6**

**Тема раздела:** Основы оказания первой медицинской помощи

**Тема:** Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при остановке сердца.

**Цель:** Формирование представления о технологии реанимационных действий при остановке сердца путем демонстрации иллюстраций презентации.

**Литература:** 1.Латчук, В.Н., Марков, В.В., Миронов, С. К., Вангородский, С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.; - М.: Дрофа, 2012.-363,: ил.

2.Марков, В.В., Латчук, В.Н., Миронов, С. К., Вангородский, С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.; - М.: Дрофа, 2012.-303,: ил.

3.Фролов, М.П., Литвинов, Е.Н., Смирнов, А.Т. и др.; Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.; Под ред. Воробьёва, Ю. Л.-М.: ООО «Издательство Астрель» : ООО «Издательство АСТ», 2009.-350 с.: ил.

4.Фролов, М.П., Литвинов, Е. Н., Смирнов, А.Т. и др.; Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.; Под ред. Воробьёва, Ю. Л.-М.: ООО «Издательство Астрель» : ООО «Издательство АСТ», 2009.-366 с.: ил.

**Оборудование:** конспект, презентация.

**Задание:** 1. При объяснении педагогом материала и демонстрации презентации ответить на вопросы:

1. Причины остановки сердца
2. Способы определения пульса, дыхания
3. Порядок действий при оказании ПМП при остановке сердца.

**Форма отчета:** письменно в тетради.

**Критерии оценивания: Оценка «отлично»** ставится в том случае, если студент

- правильно понимает сущность вопроса, дает точное определение и истолкование основных понятий;

- строит ответ по собственному плану, сопровождает ответ новыми примерами, умеет применить знания в новой ситуации;

- может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом, а также с материалом, усвоенным при изучении других дисциплин.

**Оценка «хорошо»** ставится, если

- ответ студента удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку 5, но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других дисциплин;

- студент допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью преподавателя.

**Оценка «удовлетворительно»** ставится, если студент

- правильно понимает сущность вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала;

- допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов.

**Оценка «неудовлетворительно»** ставится, если студент

- не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

- не может ответить ни на один из поставленных вопросов.