

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА
Улан-Удэнский колледж железнодорожного транспорта -
филиал Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Иркутский государственный университет путей сообщения»
(УУКЖТ ИрГУПС)

О. Э. Голубенко

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
по выполнению практических работ

дисциплины ОП.08. Безопасность жизнедеятельности

для специальности

23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте
(по видам)

Базовая подготовка
среднего профессионального образования

Очная форма обучения на базе
основного общего образования / среднего общего образования

Заочная форма обучения на базе среднего общего образования

Улан-Удэ - 2022

Электронный документ выгружен из ЕИС ФГБОУ ВО ИрГУПС и соответствует оригиналу

Подписант ФГБОУ ВО ИрГУПС Трофимов Ю.А.
00a73c5b7b623a969ccad43a81ab346d50 с 08.12.2022 14:32 по 02.03.2024 14:32 GMT+03:00
Подпись соответствует файлу документа



УДК 614.8 (07)

ББК 68.69

Г – 621

Голубенко О. Э.

Г – 621 ОП.08. Безопасность жизнедеятельности: Методическое пособие по выполнению практических занятий для обучающихся очной формы обучения специальности 23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам)/Голубенко О. Э.; Улан-Удэнский колледж железнодорожного транспорта ИрГУПС. – Улан-Удэ: Сектор информационного обеспечения учебного процесса УУКЖТ ИрГУПС, 2022. – 34 с.

В методических указаниях рассматривается учебный материал для проведения практических занятий по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности». В каждой практической работе расписан порядок выполнения действий. Определен перечень вопросов для закрепления материала обучающимися.

Методические рекомендации предназначены для обучающихся профессиональных образовательных организаций железнодорожного транспорта.

УДК 614.8 (07)

ББК 68.69

Рассмотрено на заседании ЦМК протокол № 6 от 18.04.22 и одобрено на заседании Методического совета колледжа протокол №7 от 20.04.22

© Голубенко О. Э., 2022
©УУКЖТ ИРГУПС, 2022

Содержание

Пояснительная записка	3
Практическая работа 1 Действия при угрозе и осуществлении террористических актов	7
Практическая работа 2 Действия при угрозе возникновения пожара и при пожаре	8
Практическая работа 3 Организация коллективной защиты населения	9
Практическая работа 4 Применение индивидуальных средств защиты органов дыхания	10
Практическая работа 5 Оказание первой помощи при переломах, вывихах, ушибах	11
Практическая работа 6 Наложение повязок при ранениях	13
Практическая работа 7 Остановка кровотечений	14
Практическая работа 8 Оказание помощи при поражении электрическим током	15
Практическая работа 9 Строевые приемы и движение без оружия.	16
Практическая работа 10 Строевые приемы и движение без оружия.	18
Практическая работа 11 Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения. Выполнения воинского приветствия в строю на месте и в движении	19
Практическая работа 12 Строи подразделений в пешем порядке. Развернутый и походный строй взвода	20
Практическая работа 13 Оказание первой помощи.	22
Практическая работа 14 Назначение, боевые свойства и устройство автомата	23
Практическая работа 15 Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы	24
Практическая работа 16 Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	26
Практическая работа 17 Несение караульной службы - выполнение боевой задачи.	27
Практическая работа 18 Обязанности лиц суточного наряда.	28
Практическая работа 19 Комната для хранения оружия, ее оборудование	30
Практическая работа 20 Преодоление войсковой полосы препятствий	31
Практическая работа 21 Движения солдата в бою. Обязанности наблюдателя	32
Практическая работа 22,23 Выполнение упражнений начальных стрельб	33

Пояснительная записка

Методические указания по выполнению практических работ разработаны в соответствии с рабочей учебной программой дисциплины ОП.08. Безопасность жизнедеятельности специальности 23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам) и требованиями к результатам освоения программы подготовки специалистов среднего звена ФГОС СПО по данной специальности.

Цель данных методических указаний – оказать помощь обучающимся при выполнении практических работ и закреплении теоретических знаний по основным разделам дисциплины.

Практические работы проводятся в специально оборудованном кабинете «Безопасности жизнедеятельности», формой организации обучающихся на практических работах является – групповая (4-5 человек), индивидуальная.

Выполнение практических работ направлено на формирование общих и профессиональных компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ПК 1.1. Выполнять различные виды геодезических съемок.

ПК 1.2. Обрабатывать материалы геодезических съемок.

ПК 1.3. Производить разбивку на местности элементов железнодорожного пути и искусственных сооружений для строительства железных дорог.

ПК 2.1. Участвовать в проектировании и строительстве железных дорог, зданий и сооружений.

ПК 2.2. Производить ремонт и строительство железнодорожного пути с использованием средств механизации.

ПК 2.3. Контролировать качество текущего содержания пути, ремонтных и строительных работ, организовывать их приемку.

ПК 3.1. Обеспечивать выполнение требований к основным элементам и конструкции земляного полотна, переездов, путевых и сигнальных знаков, верхнего строения пути.

ПК 3.2. Обеспечивать требования к искусственным сооружениям на железнодорожном транспорте.

ПК 3.3. Проводить контроль состояния рельсов, элементов пути и сооружений с использованием диагностического оборудования.

В результате выполнения практических работ обучающийся должен:

уметь:

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

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

использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

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

применять первичные средства пожаротушения;

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

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

оказывать первую помощь пострадавшим.

знать:

принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычай-

ных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

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

основы военной службы и обороны государства;

порядок стрельбы и обращения с оружием;

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

меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;

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

правила несения гарнизонной, караульной и внутренней служб;

область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Каждая практическая работа завершается отчетом в форме ответов на контрольные вопросы и получением оценки.

Критерии оценок:

«отлично» выставляется, если обучающийся правильно выполняет все практические задания и отвечает на контрольные вопросы, свободно использует справочную литературу, делает обоснованные выводы;

«хорошо» выставляется, если обучающийся с некоторыми недочётами выполняет практические задания и отвечает на контрольные вопросы, умеет ориентироваться в справочной литературе, делает обоснованные выводы;

«удовлетворительно» выставляется, если обучающийся с помощью преподавателя выполнил практические задания и ответил на контрольные вопросы, показал умения пользоваться справочной литературой, правильно сделать выводы или самостоятельно с допущением ошибок;

«неудовлетворительно» выставляется, если обучающийся не выполнил практическую задачу, не умеет пользоваться справочной литературой, делать выводы.

Перечень практических работ для очной/заочной формы обучения	Коды формируемых компетенций	Кол-во часов для очной/заочной формы обучения
Практическая работа 1 Действия при угрозе и осуществлении террористических актов	ОК 2,6,7,9 ПК 3.2	2
Практическая работа 2 Действия при угрозе возникновения пожара и при пожаре	ОК 2,6,7,9 ПК 3.2	2
Практическая работа 3 Организация коллективной защиты населения	ОК 6,7,8 ПК 2.3,3.3	2
Практическая работа 4 Применение индивидуальных средств защиты органов дыхания	ОК 6,7,8 ПК 2.3,3.3	2
Практическая работа 5 Оказание первой помощи при переломах, вывихах, ушибах	ОК 6,7	2
Практическая работа 6 Наложение повязок при ранениях	ОК 6,7	2
Практическая работа 7 Остановка кровотечений	ОК 5,6,7	2
Практическая работа 8 Оказание помощи при поражении электрическим током	ОК 5,6,7	1
Практическая работа 9 Строевые приемы и движение без оружия	ОК 1,2,3,7,8	2
Практическая работа 10 Строевые приемы и движение без оружия.	ОК 1,2,3,7,8	2
Практическая работа 11 Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения. Выполнения воинского приветствия в строю на месте и в движении	ОК 1,2,3,7,8	2
Практическая работа 12 Строи подразделений в пешем порядке. Развернутый и походный строй взвода	ОК 1,2,3,7,8	2
Практическая работа 13 Оказание первой помощи.	ОК 5,6,7	2
Практическая работа 14 Назначение, боевые свойства и устройство автомата	ОК 1,3,6,7,8	2
Практическая работа 15 Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы	ОК 1,3,6,7,8	2
Практическая работа 16 Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	ОК 1,3,6,7,8	2
Практическая работа 17 Несение караульной службы - выполнение боевой задачи	ОК 1,3,6,7,8	2
Практическая работа 19 Обязанности лиц суточного наряда	ОК 1,3,6,7,8	2
Практическая работа 19 Комната для хранения оружия, ее оборудование	ОК 1,2,3,7,8	2
Практическая работа 20 Преодоление войсковой полосы препятствий	ОК 1,3,6,7,8	2
Практическая работа 21 Движения солдата в бою. Обязанности наблюдателя	ОК 1,3,6,7,8	2
Практическая работа 22, 23 Выполнение упражнений начальных стрельб	ОК 1,3,6,7,8	4
Всего:		45

Практическая работа 1

Тема: Действия при угрозе и осуществлении террористических актов.

Цель: практическим путем выработать навыки поведения при обнаружении взрывных устройств, угрозе террористических актов и закрепить теоретические знания о терроризме.

Перечень учебно-наглядных пособий: плакаты, памятка для населения о действиях при угрозе и осуществлении террористических актов.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
 2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
 3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: меры личной безопасности при угрозе и осуществлении террористических актов, действия в случае захвата в качестве заложников, внешние признаки опасных предметов.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить внешние признаки взрывных устройств и меры личной безопасности при угрозе террористических актов.
2. По внешним признакам описать условно подозрительный или опасный предмет (самодельное взрывное устройство, гранату, растяжку и т.п.)
3. Составить алгоритм поведения при обнаружении взрывного устройства.
4. Осуществить практические действия по сигналу «террористическая угроза».

Контрольные вопросы:

1. Где в зданиях закладываются взрывные устройства?
2. Каковы ваши действия в случае, если вы оказались под обломками конструкций здания в результате срабатывания взрывного устройства?
3. Каковы ваши действия в случае захвата в качестве заложников?

Практическая работа 2

Тема: Действия при угрозе возникновения пожара и при пожаре

Цель: научиться соблюдать правила при спасении и эвакуации людей, и практическим действиям при угрозе возникновения пожара и при пожаре.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, памятка для населения о действиях в чрезвычайных ситуациях, средства противопожарной защиты, средства индивидуальной защиты.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.:ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod.ru>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: меры личной безопасности при угрозе возникновения пожара и при пожаре, опасности для людей возникающие при пожаре, правила поведения при спасении пострадавших и тушении пожара; действия, если случился пожар.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить опасности для людей возникающие при пожаре и источники пожара.
2. Изучить меры безопасности и правила при спасении пострадавших при пожаре.
3. Изучить действия при возникновении пожара.
4. Изучить план эвакуации на случай возникновения пожара.
5. Составить алгоритм действий при возникновении пожара.
6. По учебному сигналу «пожарная тревога» отработать практические действия при возникновении пожара.

Контрольные вопросы:

1. Что необходимо делать, если случился пожар?
2. Какие правила необходимо соблюдать при тушении или спасении пострадавших в задымленных помещениях?

Практическая работа 3

Тема: Организация коллективной защиты населения.

Цель: ознакомиться с устройством и требованиями, предъявляемыми к защитным сооружениям гражданской обороны, и научиться быстрому и правильному использованию их.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, индивидуальные средства защиты, убежище гражданской обороны.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
 2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
 3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod.ru>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: основные способы защиты населения от оружия массового поражения, виды коллективной защиты и для чего они предназначены, состав, внутреннее оборудование и оснащение убежищ, правила заполнения, пребывания в нем и выхода из него; возможности приспособления заглубленных и наземных помещений под противорадиационное укрытие, способы строительства укрытий простейшего типа и защитные свойства местности.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить устройство, требования, предъявляемые к убежищам для защиты людей, состав и назначение помещений, внутреннее оборудование и оснащение убежища.
2. Изучить порядок заполнения убежища, правила размещения и поведения в них людей.
3. Практически отработать правила заполнения убежища, пребывания в нем и выхода из него.
4. Изучить устройство противорадиационного укрытия, правила заполнения и пребывания в них людей, и возможность приспособления заглубленных и наземных помещений под противорадиационные укрытия.
5. Составить план действий по сигналу «Воздушная тревога» по заполнению и нахождению в укрытии.

6. Изучить укрытия простейшего типа.
7. Составить схему и план строительства укрытия простейшего типа (щель и перекрытая щель).
8. Изучить защитные свойства местности.
9. Описать защитные свойства местности, правила их использования и показать свои знания и умения в использовании защитных свойств местности.

Контрольные вопросы:

1. Для чего нужны убежища и противорадиационные укрытия?
2. Какие требования предъявляются к защитным сооружениям гражданской обороны?
3. Где и как устраиваются защитные сооружения ГО?
4. Какой порядок заполнения и выхода из убежища?
5. Как устроено убежище?
6. Какие правила поведения необходимо соблюдать в убежище (укрытии).
7. Что относится к простейшим укрытиям и кем они строятся?
8. Какими защитными свойствами характеризуется перекрытая щель?

Практическая работа 4

Тема: Применение индивидуальных средств защиты органов дыхания.

Цель: изучить индивидуальные средства защиты органов дыхания, их устройство и принцип действия, научиться быстрому и правильному использованию этих средств, привить прочные навыки в использовании средств индивидуальной защиты.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, инструкции, противогазы, дезинфицирующий раствор, вата, матерчатый метр, схемы, индивидуальный противохимический пакет.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.:ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: средства защиты органов дыхания, назначение, устройство, принцип защитного действия и правила пользования противогазом.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить средства индивидуальной защиты органов дыхания.
2. Изучить принцип действия, устройство и назначение противогаза.
3. Изучить порядок подборки и подгонки шлем – маски, проверки, сборки и укладки противогаза.
4. Произвести подборку шлем – маски.
5. Отработать приемы проверки, сборки и укладки противогаза.
6. Изучить правила ношения и пользования противогазом.
7. Провести тренировку в ношении и пользовании противогаза.
8. Изучить правила надевания противогаза на пораженного в очаге химического заражения.
9. Провести тренировку в надевании противогаза на пораженного.
10. Выполнить норматив «Надевание противогаза».

Контрольные вопросы.

1. На чем основано защитное действие фильтрующего противогаза?
2. На чем основано защитное действие изолирующих противогазов?
3. Как проверить правильность сборки и исправности противогаза?
4. Какие правила необходимо соблюдать при пользовании противогазом в особых условиях зимнего времени?
5. Каковы правила пользования поврежденным противогазом?
6. Что необходимо сделать для замены поврежденного противогаза, исправным, в зараженной атмосфере?

Практическая работа 5

Тема: Оказание первой помощи при переломах, вывихах, ушибах.

Цель: научиться своевременному выполнению первоочередных приемов по оказанию первой помощи при переломах, вывихах, ушибах и проведению иммобилизации табельными и подручными средствами, и способам транспортировки пострадавших.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, перевязочный материал, средства иммобилизации.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.:ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.

2. Дополнительная учебная литература:

2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.

3. Интернет – ресурсы:

3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru

3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru

3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания: задачи первой помощи, мероприятия первой помощи, основные правила оказания первой помощи, табельные и подручные средства, применяемые при оказании первой помощи.

Виды переломов и правила оказания помощи при переломах, вывихах, ушибах, способы иммобилизации и транспортировки пострадавшего.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания.

2. Изучить основные понятия о переломах и травматическом шоке, вывихах, ушибах и правила оказания первой помощи при этих травмах.

3. Практически выполнить иммобилизацию при переломе ключицы, ребер, костей предплечья, плеча, бедра, голени шинами.

4. Практически выполнить иммобилизацию при переломе ключицы, ребер, костей предплечья, плеча, бедра, голени подручными средствами.

5. Нарботать приемы транспортировки пострадавшего до места их загрузки на транспорт.

6. Выполнить норматив иммобилизации предплечья, бедра, голени подручными средствами при переломах.

Контрольные вопросы.

1. Какие виды переломов вы знаете?

2. В чем заключается первая помощь при шоке?

3. Каковы основные правила оказания первой помощи при переломе?

4. Для чего проводится иммобилизация?

5. Как надо оказывать первую помощь при растяжениях связок и вывихах?

6. Какие признаки наблюдаются при ушибах и в чем заключается первая помощь при этой травме?

7. Какие виды первой помощи вы знаете?

Практическая работа 6

Тема: Наложение повязок при ранениях.

Цель: освоить правильное выполнение приемов наложения различных типов повязок при ранениях.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, перевязочный материал.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.:ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания. Основные понятия о ране, классификацию ран и их осложнения, основные понятия первой помощи при ранениях и правила наложения стерильных повязок.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания.
2. Изучить основные понятия о ране, классификацию ран и их осложнения, основные понятия первой помощи при ранениях.
3. Изучить правила наложения стерильных повязок на голову, грудь, живот и верхние конечности.
4. Практически наработать навыки наложения повязок на голову, грудь, живот и верхние конечности.
5. Изучить правила наложения стерильных повязок на промежность и нижние конечности.
6. Практически наработать навыки наложения повязок на промежность и нижние конечности.
7. Выполнить нормативы наложения первичной повязки: на голову «чепцом», на предплечье, локтевой, коленный и голеностопный суставы.

Контрольные вопросы.

1. Что такое рана?

2. Какие различают виды ран?
3. Что такое асептика и антисептика?
4. Что такое повязка и перевязка?
5. Какой перевязочный материал используется для наложения повязок?
6. Как накладывается повязка по Маштафарому?
7. Какие виды повязок накладываются на голову и грудь?

Практическая работа 7

Тема: Остановка кровотечений.

Цель: освоить правильное выполнение приемов наложения кровоостанавливающего жгута (закрутки) и самого доступного и быстрого способа временной остановки артериального кровотечения - пальцевое прижатие артерий.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, перевязочный материал, подручные средства, жгут.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod.ru>

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания. Виды кровотечений и их характеристики. Правила оказания первой помощи при кровотечениях.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания.
2. Изучить виды кровотечений и их характеристики. Правила оказания первой помощи при кровотечениях.
3. Составить таблицу точек пальцевого прижатия артерий.
4. Практически наработать навыки нахождения артерий в местах пальцевого их прижатия на партнере, у себя и прижатия их к кости.

5. Провести тренировку основного способа временной остановки кровотечения при повреждении крупных артериальных сосудов конечностей - наложение жгута.

6. Провести тренировку приема наложение закрутки.

7. Выполнить норматив наложения кровоостанавливающего жгута (скрутки) на плечо (бедро).

Контрольные вопросы.

1. Какие существуют способы временной остановки артериального кровотечения?

2. Какие артерии и где прижимаются для остановки кровотечения?

3. Какие правила наложения кровоостанавливающего жгута и закрутки?

4. Для чего и как используется шприц-тюбик?

5. Как останавливаются венозное и капиллярное кровотечение?

Практическая работа 8

Тема: Оказание помощи при поражении электрическим током.

Цель: научиться правильным действиям при оказании помощи пораженному электрическим током и проведению реанимационных приемов непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, перевязочный материал, подручные средства, средства защиты, тренажер.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:

1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.

2. Дополнительная учебная литература:

2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.

3. Интернет – ресурсы:

3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru

3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru

3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания. Правила оказания первой помощи при внезапной остановке сердечной деятельности и дыхания. Правила по освобождению пораженного от действия электрического тока, меры личной безопасности и правила оказания первой помощи.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания.
2. Изучить правила оказания первой помощи при внезапной остановке сердечной деятельности и дыхания. Правила по освобождению пораженного от действия электрического тока, оказания первой помощи и меры личной безопасности.
3. Практически отработать способы освобождения пораженного от действия электрического тока.
4. Провести тренировку практического выполнения искусственного дыхания
5. Провести тренировку непрямого массажа сердца.
6. Провести одновременно непрямой массаж сердца и искусственное дыхание способом «изо рта в рот».
7. Провести реанимационные действия по восстановлению сердечной деятельности и дыхания на тренировочном тренажере.

Контрольные вопросы.

1. Какие способы искусственного дыхания вы знаете?
2. Как проводится одновременно непрямой массаж сердца и искусственное дыхание способом «изо рта в рот»?

Практическая работа 9

Тема: Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение команд: "Становись", "Равняйсь", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (одеть)". Повороты на месте. Движение строевым шагом

Цель: выработка образцового внешнего вида, отличной строевой выправки, молодцеватости, умения быстро и четко выполнять строевые приемы в одиночном порядке и в составе подразделения.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, строевой плац.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
 2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
 3. Интернет – ресурсы:

3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru

3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru

3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность:
<http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: значение строевого обучения, основы строевой подготовки, сущность и содержание выполняемых приемов, предварительные и исполнительные команды и требования Строевого устава.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить значение строевого обучения, основы строевой подготовки и требования Строевого устава.

2. Изучить последовательность проведения строевого смотра.

3. Практическим путем ознакомиться с выполнением строевого смотра:

- назвать прием и указать, где и для какой цели он применяется;

- подать команду, по которой выполняется прием;

- показать строго по уставу, как выполняется прием в целом, а затем в медленном темпе и по разделениям с кратким пояснением порядка его выполнения.

4. Разучить строевые приемы:

- в целом;

- по разделениям;

- с помощью подготовительных упражнений.

5. Провести тренировку в выполнении приема в многократном его повторении до выработки прочных навыков. Тренировку провести вначале в медленном темпе, а затем в обычном.

6. Провести состязание на лучшее исполнение строевых приемов.

7. Провести разбор исполнения приемов.

Контрольные вопросы.

1. Что вырабатывает у военнослужащих строевая подготовка?

2. Чему способствует строевое обучение?

3. В какой последовательности проводится обучение строевым приемам?

4. Что является основой строевой подтянутости военнослужащего

Практическая работа 10

Тема: Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия в движении.

Цель: научиться умелому, своевременному, молодцеватому выполнению воинского приветствия и формирование навыков правильного поведения и взаимного уважения в повседневной жизни.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, строевой плац, зеркала, малый барабан.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:

1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.:ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.

2. Дополнительная учебная литература:

2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.

3. Интернет – ресурсы:

3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru

3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru

3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: значение строевого обучения, основы строевой подготовки, сущность и содержание выполняемых приемов, предварительные и исполнительные команды и требования Строевого устава.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить значение строевого обучения, основы строевой подготовки и требования Строевого устава.

2. Изучить правила отдания воинской чести.

3. Практическим путем ознакомиться с выполнением строевого приема (отдание чести в движении):

- назвать прием и указать, где и для какой цели он применяется;

- подать команду, по которой выполняется прием;

- показать строго по уставу, как выполняется прием в целом, а затем в медленном темпе и по разделениям с кратким пояснением порядка его выполнения.

4. Разучить строевые приемы (отдание воинской чести в движении).

- в целом;

- по разделениям;

- с помощью подготовительных упражнений.

5. Провести тренировку в выполнении приема в многократном его повторении до выработки прочных навыков. Тренировку провести вначале в медленном темпе, а затем в обычном.

6. Провести состязание на лучшее исполнение строевых приемов.

7. Провести разбор исполнения приемов.

Контрольные вопросы.

1. Что должны совершать военнослужащие при встрече (обгоне)?

2. Кто первым должен совершать воинское приветствие?

3. Что является основой строевой подтянутости военнослужащего?

4. Какие правила должен соблюдать военнослужащий при отдавании чести?

5. В какое время военнослужащий должен уметь молодцевато отдавать честь начальнику вне строя?

6. Что существенно влияет на формирование навыков правильного поведения и взаимного уважения военнослужащих в повседневной жизни?

Практическая работа 11

Тема: Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения. Выполнения воинского приветствия в строю на месте и в движении

Цель: выработка образцового внешнего вида, отличной строевой выправки, молодцеватости, умения быстро и четко выполнять строевые приемы в одиночном порядке и в составе подразделения.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, строевой плац.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:

1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.

2. Дополнительная учебная литература:

2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.

3. Интернет – ресурсы:

3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru

3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru

3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: значение строевого обучения, основы строевой подготовки, сущность и содержание выполняемых приемов, предварительные и исполнительные команды и требования Строевого устава.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить значение строевого обучения, основы строевой подготовки и требования Строевого устава.
2. Изучить последовательность обучения строевым приемам.
3. Практическим путем ознакомиться с выполнением строевого приема (строевая стойка, повороты на месте):
 - назвать прием и указать, где и для какой цели он применяется;
 - подать команду, по которой выполняется прием;
 - показать строго по уставу, как выполняется прием в целом, а затем в медленном темпе и по разделениям с кратким пояснением порядка его выполнения.
4. Разучить строевые приемы (строевая стойка, повороты на месте):
 - в целом;
 - по разделениям;
 - с помощью подготовительных упражнений.
5. Провести тренировку в выполнении приема в многократном его повторении до выработки прочных навыков. Тренировку провести вначале в медленном темпе, а затем в обычном.
6. Провести состязание на лучшее исполнение строевых приемов.
7. Провести разбор исполнения приемов.

Контрольные вопросы.

1. Что вырабатывает у военнослужащих строевая подготовка?
2. Чему способствует строевое обучение?
3. В какой последовательности проводится обучение строевым приемам?
4. Что является основой строевой подтянутости военнослужащего?
5. На основе какого строевого приема можно правильно освоить приемы «Повороты на месте»?

Практическая работа 12

Тема: Строи подразделений в пешем порядке. Развернутый и походный строй взвода.

Цель: достижение строевой слаженности подразделения, дисциплины строя, четкости и однообразия выполнения строевых приемов, выработка умелых действий в пеших строях.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, строевой плац, малый барабан.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:

- 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
 3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: значение строевого обучения, основы строевой подготовки, сущность и содержание выполняемых приемов, предварительные и исполнительные команды и требования Строевого устава.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить значение строевого обучения, основы строевой подготовки и требования Строевого устава.
2. Изучить последовательность обучения строевым приемам.
3. Практическим путем ознакомиться с выполнением строевого приема (построение, движение походным строем):
 - назвать прием и указать, где и для какой цели он применяется;
 - подать команду, по которой выполняется прием;
 - показать строго по уставу, как выполняется прием в целом, а затем в медленном темпе и по разделениям с кратким пояснением порядка его выполнения.
4. Разучить строевые приемы (построение, движение походным строем):
 - в целом;
 - по разделениям;
 - с помощью подготовительных упражнений.
5. Провести тренировку в выполнении приема в многократном его повторении до выработки прочных навыков. Тренировку провести вначале в медленном темпе, а затем в обычном.
6. Провести состязание на лучшее исполнение строевых приемов.
7. Провести разбор исполнения приемов.

Контрольные вопросы.

1. Чему способствует строевое обучение личного состава?
2. С чего следует начинать обучение слаженным действиям в развернутом строю?

3. По какой команде производится построение взвода в развернутый одношереножный строй?

4. Для чего проводится строевое слаживание подразделений?

Практическая работа 13

Тема: Оказание первой помощи. Проведение неотложных реанимационных мероприятий. Оказание первой помощи при ранениях.

Цель: научиться правильным действиям при оказании первой медицинской и проведению реанимационных приемов непрямого массажа сердца и искусственного дыхания, освоить правильное выполнение приемов наложения различных типов повязок при ранениях.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: стенды, плакаты, схемы, учебное оружие и боеприпасы.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:

1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.

2. Дополнительная учебная литература:

2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.

3. Интернет – ресурсы:

3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru

3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru

3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod.ru>

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания. Правила оказания первой помощи при внезапной остановке сердечной деятельности и дыхания. Основные понятия о ране, классификацию ран и их осложнения, основные понятия первой помощи при ранениях и правила наложения стерильных повязок.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить виды первой помощи, значение первой помощи и правила её оказания.

2. Изучить правила оказания первой помощи при внезапной остановке сердечной деятельности и дыхания. Правила по освобождению пораженного от действия электрического тока, оказания первой помощи и меры личной безопасности.

3. Провести тренировку практического выполнения искусственного дыхания
4. Провести тренировку непрямого массажа сердца.
5. Провести одновременно непрямым массаж сердца и искусственное дыхание способом «изо рта в рот».
6. Провести реанимационные действия по восстановлению сердечной деятельности и дыхания на тренировочном тренажере.
7. Изучить основные понятия о ране, классификацию ран и их осложнения, основные понятия первой помощи при ранениях.
8. Изучить правила наложения стерильных повязок на голову, грудь, живот и верхние конечности.
9. Практически наработать навыки наложения повязок на голову, грудь, живот и верхние конечности.
10. Выполнить нормативы наложения первичной повязки: на голову «чепцом», на предплечье, локтевой, коленный и голеностопный суставы.

Контрольные вопросы.

1. Какие способы искусственного дыхания вы знаете?
2. Как проводится одновременно непрямым массаж сердца и искусственное дыхание способом «изо рта в рот»?
3. Что такое рана?
4. Какие различают виды ран?
5. Что такое асептика и антисептика?
6. Что такое повязка и перевязка?
7. Какой перевязочный материал используется для наложения повязок?
8. Как накладывается повязка по Маштафарому?
8. Какие виды повязок накладываются на голову и грудь?

Практическая работа 14

Тема: Назначение, боевые свойства и устройство автомата.

Цель: Сознательное и активное закрепление знаний при изучении устройства оружия и выработка твердых навыков в обращении с оружием.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: учебное оружие (АКМ) и боеприпасы, плакаты, схемы.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ «УМЦ ЖДТ», 2015.
2. Дополнительная учебная литература:

2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.

3. Интернет – ресурсы:

3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru

3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru

3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: историю создания АКМ, общее устройство оружия, принцип его работы, материальную часть автомата, меры безопасности при работе с оружием, и основные правила разборки и сборки автомата.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить историю создания АКМ.
2. Изучить общее устройство оружия и принцип его работы.
3. Изучить материальную часть автомата (названия, назначения и устройство отдельных частей и механизмов).
4. Изучить меры безопасности при работе с оружием и основные правила разборки и сборки автомата.
5. Произвести неполную разборку автомата с объяснением действий.
6. Произвести сборку автомата.
7. Произвести неполную разборку и сборку автомата.
8. Отработать правила разборки и сборки автомата по нормативам.
9. Выполнить нормативы по разборке и сборке автомата.

Контрольные вопросы.

1. Какой выдающийся советский конструктор изобрел АКМ?
2. В чем заключается сущность автоматического действия оружия?
3. В чем заключается сущность устройства и работы основных механизмов автомата?
4. Какие меры безопасности и правила необходимо соблюдать при работе с оружием?
5. Какова последовательность разборки и сборки автомата?

Практическая работа 15

Тема: Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы.

Цель: сознательное усвоение вопросов обращения с оружием, правил стрельбы и выработка твердых навыков в правильном принятии положения стрельбы из стрелкового оружия и точное выполнение правил прицеливания.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: учебное оружие (АКМ) и боеприпасы, плакаты, схемы.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.:ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
 2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
 3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: основы стрельбы из стрелкового оружия, наставления по стрелковому делу, меры безопасности и правила обращения с оружием и боеприпасами, устройство частей и механизмов АКМ.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить основы стрельбы из стрелкового оружия.
2. Изучить меры безопасности и правила обращения с оружием.
3. Изучить наставление по стрелковому делу.
4. Изучить приемы стрельбы из автоматического оружия.
5. Выполнить приемы подготовки к стрельбе, изготовления и прицеливания:
 - принять положение для стрельбы и зарядить оружие;
 - установить прицел;
 - произвести прикладку с использованием упора и с руки;
 - произвести прицеливание и спустить курок (затвор, затворную раму).
6. Выполнить прием прекращения стрельбы:
 - прекратить нажим на спусковой крючок;
 - поставить на предохранитель;
 - разрядить оружие.
7. Выполнить прием изготовления и производства стрельбы из-за различных укрытий и после передвижения.

Контрольные вопросы.

1. Что называется выстрелом?
2. На чем основано устройство автоматического оружия при выстреле?
3. Какие силы действуют на пулю при полете в воздухе?

4. Какие необходимые условия следует выполнить для обеспечения попадания в цель при стрельбе из автоматического оружия?
5. В какой последовательности принимается положение для стрельбы лежа?
6. Что является главным при спуске курка?
7. Какие меры безопасности необходимо соблюдать при обращении с оружием?

Практическая работа 16

Тема: Средства индивидуальной защиты и пользование ими. Способы действий личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения.

Цель: ознакомить обучающихся со способами действий личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения. Изучить индивидуальные средства защиты органов дыхания, их устройство и принцип действия, научиться быстрому и правильному использованию этих средств, привить прочные навыки в использовании средств индивидуальной защиты.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, инструкции, противогазы, ОЗК, схемы, индивидуальный противохимический пакет.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: сигналы, подаваемые при радиационном, химическом и биологическом заражении, действия при применении противником ядерного и химического оружия, правила поведения при биологическом заражении местности.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить сигналы радиоактивной, химической и биологической тревоги.

2. Изучить порядок заполнения убежища, правила размещения и поведения в них людей.
3. Практически отработать правила заполнения убежища, пребывания в нем и выхода из него.
4. Изучить устройство противорадиационного укрытия, правила заполнения и пребывания в них людей, и возможность приспособления заглубленных и наземных помещений под противорадиационные укрытия.
5. Изучить укрытия простейшего типа.
6. Изучить защитные свойства местности.
7. Описать защитные свойства местности, правила их использования и показать свои знания и умения в использовании защитных свойств местности.
8. Изучить принцип действия, устройство и назначение противогаза.
9. Выполнить норматив «Надевание противогаза».
10. Изучить принцип действия, устройство и назначение ОЗК.
11. Выполнить норматив «Надевание ОЗК в виде плаща».
12. Выполнить норматив «Надевание ОЗК в виде комбинезона».

Контрольные вопросы.

1. Сигналы, подаваемые при воздушном нападении противника?
2. Виды укрытий?
3. Какие защитные свойства местности можно использовать при химическом заражении местности?
4. Какие защитные свойства местности можно использовать при применении противником ядерного оружия?
5. Правила поведения при применении противником биологического оружия?
6. Нормативы при надевании ОЗК в виде плаща?
7. Нормативы при надевании ОЗК в виде комбинезона?

Практическая работа 17

Тема: Несение караульной службы - выполнение боевой задачи. Состав караула. Часовой и караульный. Обязанности часового. Пост и его оборудование.

Цель: ознакомить обучающихся с требованиями несения караульной службы, выполнения боевой задачи, составом караула, часовым и караульным.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: стенды, плакаты, схемы.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: требования Устава гарнизонной и караульной служб, требования к караульным городкам и караульным помещениям, обязанности часового и караульного.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить требования к оборудованию караульного помещения.
2. Изучить требования к оборудованию поста.
3. На занятии внимательно осмотреть караульное помещение.
4. Изучить обязанности часового.
5. Изучить обязанности караульного.
6. Изучить статьи Уголовного кодекса РФ об ответственности за нарушение устава гарнизонной и караульной служб.
7. Изучит, что запрещается часовому.

Контрольные вопросы.

1. С какой целью в гарнизоне организуется гарнизонная и караульная службы?
2. Что такое караул?
3. Обязанности часового?
4. Что такое пост?
5. Что указывается в таблице постам?
6. Кого запрещается назначать в караул?
7. Какие бывают караулы?
8. Что запрещается часовому?

Практическая работа 18

Тема: Обязанности лиц суточного наряда. Назначение суточного наряда, его состав и вооружение. Подчиненность и обязанности дневального по роте.

Цель: Добиться усвоения учащимися знаний, связанных с военной службой. Сформировать представление о несении службы в суточном наряде по подразделению. Воспитание патриотизма, сознательной дисциплины, понимание необходимости прохождения военной службы.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: стенды, плакаты, схемы.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:

1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.:ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.

2. Дополнительная учебная литература:

2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.

3. Интернет – ресурсы:

3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru

3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru

3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: порядок назначения суточного наряда, порядок его подготовки, обязанности должностных лиц суточного наряда.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить порядок назначения суточного наряда.
2. Изучить порядок подготовки суточного наряда.
3. Изучить порядок развода внутреннего наряда и караула.
4. Изучить обязанности дневального по роте.
5. Изучить обязанности дежурного по роте.
6. Изучить обязанности дневального свободной смены.
7. Изучить порядок приема пищи внутренним нарядом.

Контрольные вопросы.

1. Чьим приказом назначается суточный наряд?
2. Какие задачи по поддержанию внутреннего порядка у суточного наряда?
3. Кто проверяет подготовку суточного наряда?
4. Обязанности дневального по роте?
5. Обязанности дежурного по роте?
6. Из числа кого назначается дежурный по роте?

Практическая работа 19

Тема: Комната для хранения оружия, ее оборудование.

Цель: ознакомить обучающихся с требованиями для комнаты хранения оружия и ее оборудования.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: учебное оружие (АКМ) и боеприпасы, плакаты, схемы.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:

1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.

2. Дополнительная учебная литература:

2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.

3. Интернет – ресурсы:

3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru

3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru

3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>

3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod.ru>

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать для чего необходима комната для хранения оружия, какое вооружение и имущество там храниться, какими техническими средствами щхраны она оборудуется, как происходит выдача оружия и боеприпасов.

1. Изучить каким инвентарем оборудуется комната для хранения оружия.

2. Изучить какие должны быть полы, двери и перекрытия.

3. Изучить, кем охраняется комната для хранения оружия.

4. Изучить, у кого находятся ключи от комнаты для хранения оружия.

5. Изучить, какое вооружение хранится в комнате для хранения оружия.

6. Изучить порядок выдачи оружия и боеприпасов.

7. Изучить, что запрещается хранить в комнате для хранения оружия.

8. Изучит каким техническими средствами охраны оборудуется комната для хранения оружия.

Контрольные вопросы.

1. Какое вооружение хранится в комнате для хранения оружия?

2. Что запрещается хранить в комнате для хранения оружия?

3. У кого находятся ключи от комнаты для хранения оружия?

4. У кого находятся запасные ключи от комнаты для хранения оружия?

5. Кем производится выдача оружия и боеприпасов?

6. Какая ответственность наступает за хищение оружия и боеприпасов?

Практическая работа 20

Тема: Преодоление войсковой полосы препятствий

Цель: развитие выносливости, ловкости, скорости, силы, формирование и совершенствование у студентов навыков в преодолении искусственных и естественных препятствий.

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: войсковая полоса препятствий.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
 2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
 3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: какие элементы входят в состав войсковой полосы препятствий, меры безопасности при преодолении войсковой полосы препятствий, порядок преодоления войсковой полосы препятствий.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить какие элементы входят в состав войсковой полосы препятствий.
2. Ознакомиться с мерами безопасности при преодолении войсковой полосы препятствий.
3. Изучить порядок самостраховки при преодолении полосы препятствий
4. Изучить правила преодоления войсковой полосы препятствий по элементам.
5. Провести тренировку преодоления войсковой полосы препятствий.

Контрольные вопросы.

1. Какая ширина препятствия «ров»?
2. Какие меры безопасности при преодолении войсковой полосы препятствий?

3. Каким методом лучше всего проходить препятствие «лабиринт»?
4. Какими способами преодолевается препятствие «забор»?
5. Каким способом преодолевается препятствие «разрушенная лестница»?
6. Что нужно сделать перед преодолением препятствия «стена с проломами»?

Практическая работа 21

Тема: Движения солдата в бою. Обязанности наблюдателя.

Цель: изучить обязанности солдата в бою, обязанности наблюдателя, изучить и отработать способы передвижения солдата в бою

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты, иллюстрации, стенд методы преодоления искусственных и естественных препятствий, АК -74.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ ”УМЦ ЖДТ”, 2015.
 3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod>.

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: что для достижения успеха в бою он должен в совершенстве знать и содержать в постоянной боевой готовности свое оружие и боевую технику, умело применить их. Он должен быть готовым, при необходимости, заменить выбывшего из строя товарища, солдата в бою.

Порядок выполнения работы:

1. Изучить обязанности солдата в бою.
2. Изучить обязанности наблюдателя.
3. Изучить способы передвижения солдата в бою.
4. Изучить порядок выбора места наблюдения, оборудование, маскировку и оснащение наблюдательного поста.
5. Изучить обязанности наблюдателя.
6. Изучить правила ведения огня.

Контрольные вопросы.

1. Назовите обязанности солдата в бою?
2. Почему солдат должен знать боевую задачу отделения и взвода?
3. Объясните понятия храбрости, инициативы и находчивости?
4. Почему солдат должен охранять и защищать командира в бою?
5. Назовите способы передвижения солдата в бою?
6. Обязанности наблюдателя?
7. Как оборудуется место наблюдения?
8. Какие документы готовит наблюдатель?

Практическая работа 22, 23

Тема: Выполнение упражнений начальных стрельб.

Цель: изучить условия выполнения начального упражнения стрельб из АК-74, практически выполнить упражнения учебных стрельб и метания учебных гранат, сформировать чувство уверенности за боевую технику и вооружение

Перечень учебно-наглядных пособий, оборудования: плакаты по огневой подготовке стенд по огневой подготовке, АК-74.

Рекомендуемая литература:

1. Основная учебная литература:
 - 1.1. Петров С. В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – М.:ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
2. Дополнительная учебная литература:
 - 2.1. Кочетков С. Н. Методическое пособие по проведению практических занятий. – М.: ФГБОУ "УМЦ ЖДТ", 2015.
3. Интернет – ресурсы:
 - 3.1. Сайт МЧС РФ: www.mchs.gov.ru
 - 3.2. Сайт Минобороны: www.mil.ru
 - 3.3. Сайт Государственные символы России. История и реальность: <http://simvolika.rsl.ru>
 - 3.4. Сайт первой медицинской помощи: <http://www.meduhod.ru>

Для выполнения практической работы обучающемуся необходимо знать: меры безопасности при проведении начального упражнения стрельб из АК-74, устройство и тактико-технические данные автомата, основные положения Курса стрельб и правила выполнения упражнения..

Порядок выполнения работы:

1. Указать на местности исходное положение и огневые позиции обучаемых, основные и опасные направления стрельбы.
2. Проверить знание обучаемыми основных положений Курса стрельб и довести требования безопасности при проведении стрельб.
3. Убедиться в готовности смены и участка к стрельбе.
4. Довести порядок стрельбы по мишени и оценочные показатели.

5. Проверить готовность оружия к стрельбе.
6. Довести правила ведения и прекращения огня.
7. Провести тренировку принятия положения к стрельбе.
8. Провести тренировку порядка заряжания и разряжания оружия.
9. Выполнить упражнение начальных стрельб из АК-74.

Контрольные вопросы.

1. Меры безопасности при проведении стрельб?
 2. Порядок выполнения упражнения, согласно Курса стрельб?
 3. Оценочные показатели при выполнении упражнения?
 5. Что запрещается при выполнении упражнения?
 5. Назовите действия при обнаружении низколетящей цели?
6. Порядок действий при завершении стрельбы?