

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
*«Добрянский гуманитарно-технологический техникум им. П.И. Сюзева»*


**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**  
**ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**  
**ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
**ОУД.13 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
*для специальности*  
**40.02.04 Юриспруденция**

**г. Добрянка , 2024 г.**

РАССМОТРЕНО  
на заседании П(Ц)К общеобразовательных,  
гуманитарных и естественнонаучных  
дисциплин

Протокол № 6 «4» апреля 2024 г.

Председатель П(Ц)К общеобразовательных,  
гуманитарных и естественнонаучных  
дисциплин

 Г.П. Трушникова

ОДОБРЕНО  
методическим советом ГБПОУ ДГТТ им.  
П.И. Сюзева

Протокол № 5 от «21» марта 2024 г.

Методист

 О.Ю. Харламова

Заведующий структурного подразделения

 М.К. Рябкова

**Составитель:** Панчихин Максимилиан Александрович преподаватель ГБПОУ  
«Добрянский гуманитарно–технологический техникум им. П. И. Сюзева»

**Рецензенты:**  
**Внешние:**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|                              |           |
|------------------------------|-----------|
| <b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b> | <b>4</b>  |
| <b>ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ</b>   | <b>7</b>  |
| <b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>     | <b>32</b> |

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ), изучается студентами на первом курсе. Методические рекомендации по выполнению практических работ обеспечивают реализацию рабочей программы по ОБЖ, согласно новому Федеральному государственному образовательному стандарту, для профессий среднего профессионального образования подготовки квалифицированных рабочих, служащих естественнонаучного профиля.

Реализация программы обеспечит компетентность будущих специалистов в области безопасности жизнедеятельности как неотъемлемой части их профессионализма в период вступления в самостоятельную жизнь.

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование практических умений, необходимых в последующей учебной деятельности и жизни.

В соответствии с ведущей дидактической целью и содержанием практических занятий рассматривается решение разного рода задач, в том числе профессиональных, анализ проблемных ситуаций, решение ситуационных задач, средствами индивидуальной защиты, работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях.

Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих **результатов**:

• **личностных:**

– развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

– готовность к служению Отечеству, его защите;

– формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

– исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

– воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

– освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• **метапредметных:**

– овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;

– обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

– выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

– овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

– формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

– приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и

новых информационных технологий;

–развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

–формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

–формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

–развитие умения применять полученные теоретические знания на практике:

–принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

–формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

–развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

–освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

–приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

–формирование установки на здоровый образ жизни;

–развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

–сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

–получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

–сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

–сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

–освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

–освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

–развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

–формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

–развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

–получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы,

уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

–освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

–владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

Данная дисциплина базируется на знаниях умениях и навыках, полученных студентами при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общетехнических дисциплин и в процессе изучения прослеживается теснейшая ее связь с этими дисциплинами.

Данная дисциплина базируется на знаниях умениях и навыках, полученных студентами при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общетехнических дисциплин и в процессе изучения прослеживается теснейшая ее связь с этими дисциплинами.

Обучающийся должен прийти на практическое занятие подготовленным к выполнению практической работы.

#### **Условия выполнения практических работ:**

Каждый обучающийся после проведения работы должен представить отчет о проделанной работе с расчетом полученных результатов и ответами на контрольные вопросы.

Таблицы, рисунки должны выполняться с помощью чертежных инструментов (линейки, циркуля) карандашом.

Расчеты проводить под обозначением пункта выполняемой работы.

Выполненные расчеты проводятся на листах отчета.

Если обучающийся не выполнил практическую работу или часть работы, то он может выполнить ее во внеурочное время, согласованное с преподавателем.

#### **Критерии оценок:**

**оценка «5»** ставится: практическая работа выполнена в полном объеме, в соответствии с заданием, с соблюдением последовательности выполнения, расчеты выполнены без ошибок, самостоятельно; работа оформлена аккуратно.

**оценка «4»** ставится: практическая работа выполнена в полном объеме, в соответствии с заданием, с соблюдением последовательности выполнения, частично с помощью преподавателя, присутствуют незначительные ошибки при расчетах; работа оформлена аккуратно.

**оценка «3»** ставится: практическая работа выполнена в полном объеме, в соответствии с заданием, частично с помощью преподавателя, присутствуют ошибки при расчетах; по оформлению работы имеются замечания.

**оценка «2»** ставится: если обучающийся не подготовился к практической работе, при расчетах допустил грубые ошибки, по оформлению работы имеются множественные замечания.

## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №1

Тема. Как выявить опасности развития

Цель: овладение умением выявления опасностей развития человека на основе алгоритма целе-и ценностного полагания в ситуации конфликта в развитии

О чем новом узнают?

- об опасностях/препятствиях развития человека
- о негативных социальных факторах развития в подростковом возрасте

Как это узнают?

- в ходе поиска ответов на вопросы пирамиды Дилтса;
- в ходе моделирования причинно-следственных связей социальных факторах и развития в подростковом возрасте

Какой новый способ действия построят? (схему организации действия – порядок определения факторов/препятствий на пути к цели/мечте

Чтобы решить, что является опасным фактором/препятствием на пути к мечте/цели, необходимо:

- ✓ Определить для себя ключевые понятия: смысл жизни человека, любовь, мечта
- ✓ Определить зачем они нужны человеку
- ✓ Выявить основные препятствия
- ✓ Определить понятие/сущность препятствий

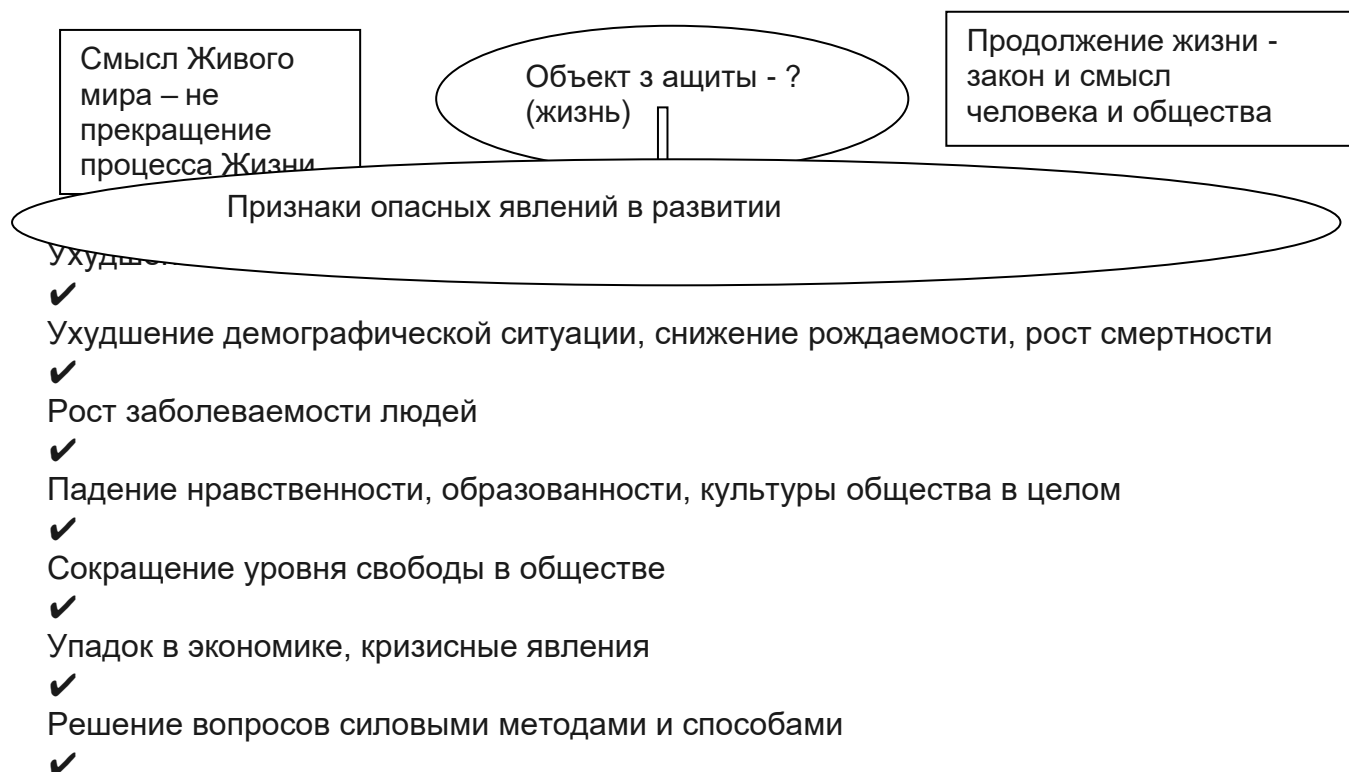
Понятие опасности развития - это способность явлений, процессов, объектов в системе «человек/общество – Жизнь» в определенных условиях препятствовать/нарушать закон сохранения Жизни

Предметное действие: целе-и ценностное полагание в ситуации конфликта в развитии между требованием сохранения Жизни и дефицитами в развитии

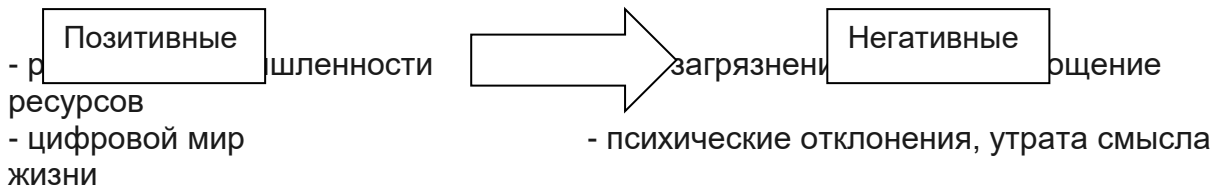
Правило действия: чтобы выявить, что является опасным фактором/препятствием на пути к прогрессу общества/самореализации человека (мечте/цели), необходимо соотнести требование закона сохранения Жизни как общественного и человеческого смысла/ нормы развития с внутренними и внешними условиями его нарушения

Алгоритм целе-и ценностного полагания в ситуации конфликта в развитии.

1 ОБЩЕСТВО. Объект защиты – качество жизни населения



Ослабление страны в целом и её международного положения  
Последствия прогресса



2 ЧЕЛОВЕК. Объект защиты - смысл жизни Человека



Пирамида Дилтса – модель логических уровней:



- **1 базовый уровень «Окружение»** – объединяет то, что окружает каждого из нас. Это место жительства и условия, в которых мы живем, домашняя и рабочая обстановка, люди, с которыми мы общаемся. Здесь мы отвечаем себе на вопрос «Что я имею?»
- **2 уровень «Поведение»** – подразумевает нашу деятельность дома и на работе, когда мы контактируем с другими людьми или же находимся наедине с собой. Ключевым вопросом уровня является «Что я делаю?»
- **3 уровень «Способности и возможности»** – включает навыки, знания и таланты человека от кулинарных и спортивных до рабочих и управленческих. Ключевым вопросом является «Как я выбираю?»
- **4 уровень «Ценности и убеждения»** – говорит сам за себя и подразумевает широкий комплекс понятий: воспитание, образование, менталитет, культура. Ключевой вопрос «Во что я верю?»
- **5 уровень «Идентичность»** – подразумевает ответ на вопрос «Кто я?» и прочие аспекты самоидентификации.
- **6 уровень или вершина пирамиды «Миссия»** – символизирует цели и устремления человека, поиск ответа на вопрос «Зачем я живу?» в самом широком смысле.

**Все задания выполняются письменно.**

1. Старт-задание:

**Дано:**

Понятие о самореализации по А. Маслоу, пирамида Дилтса, важнейшие аспекты самореализации: жизненные Цели, Мечта, Творчество, раскрытие способностей, Любовь к Делу.

**Требуется:** предположить опасности развития человека

2. Задание-эксперимент

Дано: пирамида Дилтса и конструкция вопросов к ней.

**Требуется:** 1) создать понятийную платформу для самореализации из ответов на блоки вопросов; 2) выявить и определить понятийно препятствия к мечте.

### **БЛОК 1. Понимание аспектов самореализации.**

1. В чем смысл жизни вообще (всего живого)?
2. В чем смысл жизни каждого человека?
3. Что такое Любовь? (к близким, к Делу, к малой и большой родине)?
4. Что такое мечта и зачем она нужна?
5. Почему она нужна и важна?

### **БЛОК 2 Базовые понятия-препятствия на осознанном пути к мечте и реализации**

1. Что такое Зло и почему оно вечно?
2. Что такое Страх?
3. Почему страхи надо побеждать?
4. Что такое Лень? И почему ее надо осознавать и побеждать?

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №2**

Одна из наиболее важных частей работы психологов – работа с подростками. Данная тема на наш взгляд очень актуальна, т.к. важно знать какие мысли и ценности являются основополагающими у современных подростков и что, может быть, необходимо сделать, для того, чтобы направить эти ориентиры в нужное русло.

С целью выявления целостного портрета современного подростка, специалистами центра психолого-медико-педагогической помощи «Доверие» г. Ярославля было проведено социально-психологическое исследование, которое было направлено на выявление значимых проблем, которые волнуют современных подростков.

### **задачи:**

- 1) выявить наиболее актуальные вопросы, волнующие современных подростков;
- 2) изучить ценностные ориентации и духовно-нравственные установки современных подростков;
- 3) оценить степень удовлетворенности жизнью подростков;
- 4) проанализировать потребность подростков в психологической помощи;

### **Ожидаемые результаты:**

- Выявление актуальных проблем в подростковой среде;
- Составление целостного портрета современного подростка, с целью внесения изменений в комплексный подход в работе специалистов Центра;
- Повышение интереса подростков к проблемам, существующим в молодежной среде;

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №3**

### **Цели практического занятия:**

- Понять причинно-следственные связи между социальными факторами и сбоями в развитии подростков.
- Продемонстрировать эти связи в виде схемы.

### **Задачи практического занятия:**

- Изучить различные социальные факторы, влияющие на развитие подростков.
- Определить потенциальные сбои в развитии, связанные с каждым фактором.
- Составить схему, демонстрирующую причинно-следственные связи между этими факторами и сбоями.
- Обсудить последствия этих сбоев для развития и благополучия подростков.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №4**

### **Цель практической работы:**

- Как выявить и описать опасности на дорогах
- Ознакомление обучающихся с основными положениями ПДД;
- Изучение обязанностей участников дорожного движения.

### **Ход работы**

#### **1 Изучить опорные понятия теоретического материала:**

#### **Модели поведения пешеходов при организации дорожного движения.**

Пешеходы должны двигаться по тротуарам, пешеходным дорожкам, велопешеходным дорожкам, а при их отсутствии - по обочинам. Пешеходы, перевозящие или переносящие громоздкие предметы, а также лица, передвигающиеся в инвалидных колясках без двигателя, могут двигаться по краю проезжей части, если их движение по тротуарам или обочинам создает помехи для других пешеходов.

4.1. При отсутствии тротуаров, пешеходных дорожек, велопешеходных дорожек или обочин, а также в случае невозможности двигаться по ним пешеходы могут двигаться по велосипедной дорожке или идти в один ряд по краю проезжей части (на дорогах с разделительной полосой - по внешнему краю проезжей части).

4.1. При движении по краю проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств. Лица, передвигающиеся в инвалидных колясках без двигателя, ведущие мотоцикл, мопед, велосипед, в этих случаях должны следовать по

ходу движения транспортных средств.

4.1. При движении по обочинам или краю проезжей части в темное время суток или в условиях недостаточной видимости пешеходам рекомендуется иметь при себе предметы со световозвращающими элементами и обеспечивать видимость этих предметов водителями транспортных средств.

4.1. Движение организованных пеших колонн по проезжей части разрешается только по направлению движения транспортных средств по правой стороне не более чем по четыре человека в ряд. Спереди и сзади колонны с левой стороны должны находиться сопровождающие с красными флажками, а в темное время суток и в условиях недостаточной видимости - с включенными фонарями: спереди - белого цвета, сзади - красного.

4.2. Группы детей разрешается водить только по тротуарам и пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - и по обочинам, но лишь в светлое время суток и только в сопровождении взрослых.

4.2. Пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным, а при их отсутствии - на перекрестках по линии тротуаров или обочин.

4.3. При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках без разделительной полосы и ограждений там, где она хорошо просматривается в обе стороны.

4.3 В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии транспортного светофора.

4.4. На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен. При пересечении проезжей части вне пешеходного перехода пешеходы, кроме того, не должны создавать помех для движения транспортных средств и выходить из-за стоящего транспортного средства или иного препятствия, ограничивающего обзорность, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств.

4.5. Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться, если это не связано с обеспечением безопасности движения. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулирующего).

4.6. При приближении транспортных средств с включенным проблесковым маячком синего цвета (синего и красного цветов) и специальным звуковым сигналом пешеходы обязаны воздержаться от перехода проезжей части, а пешеходы, находящиеся на ней, должны незамедлительно освободить проезжую часть.

4.7. Ожидать маршрутное транспортное средство и такси разрешается только на приподнятых над проезжей частью посадочных площадках, а при их отсутствии на тротуаре или обочине. В местах остановок маршрутных транспортных средств, не оборудованных приподнятыми посадочными площадками, разрешается выходить на проезжую часть для посадки в транспортное средство лишь после его остановки. После высадки необходимо, не задерживаясь, освободить проезжую часть.

4.8 При движении через проезжую часть к месту остановки маршрутного транспортного средства или от него пешеходы должны руководствоваться требованиями пунктов 4.4 - 4.7 Правил.

## **Модели поведения велосипедистов при организации дорожного движения.**

### **Обязанности велосипедистов.**

24.1. Движение велосипедистов в возрасте старше 14 лет должно осуществляться по велосипедной, велопешеходной дорожкам или полосе для велосипедистов.

24.2. Допускается движение велосипедистов в возрасте 14 лет:

- по правому краю проезжей части - в следующих случаях:

отсутствуют велосипедная и велопешеходная дорожки, полоса для велосипедистов либо

отсутствует возможность двигаться по ним;

- \* габаритная ширина велосипеда, прицепа к нему либо перевозимого груза превышает 1 м;

- \* движение велосипедистов осуществляется в колоннах;

- по обочине - в случае, если отсутствуют велосипедная и велопешеходная дорожки, полоса для велосипедистов либо отсутствует возможность двигаться по ним или по правому краю проезжей части;

- по тротуару или пешеходной дорожке - в следующих случаях:

отсутствуют велосипедная и велопешеходная дорожки, полоса для велосипедистов либо отсутствует возможность двигаться по ним, а также по правому краю проезжей части или обочине;

велосипедист сопровождает велосипедиста в возрасте до 7 лет либо перевозит ребенка в возрасте до 7 лет на дополнительном сиденье, в велоколяске или в прицепе, предназначенном для эксплуатации с велосипедом.

Однако если вы просто катите свой велосипед рядом, то автоматически приравниваетесь к пешеходу, а значит, идти по тротуару можете. То же самое относится к пересечению нерегулируемого пешеходного перехода:

спешившись, вы можете пользоваться привилегиями пешеходов и переходить дорогу с велосипедом, обладая преимуществом перед автотранспортом

24.3. Движение велосипедистов в возрасте от 7 до 14 лет должно осуществляться только по тротуарам, пешеходным, велосипедным и велопешеходным дорожкам, а также в пределах пешеходных зон.

24.4. Движение велосипедистов в возрасте младше 7 лет должно осуществляться только по тротуарам, пешеходным и велопешеходным дорожкам (на стороне для движения пешеходов), а также в пределах пешеходных зон.

24.5. При движении велосипедистов по правому краю проезжей части в случаях, предусмотренных настоящими Правилами, велосипедисты должны двигаться только в один ряд.

Допускается движение колонны велосипедистов в два ряда в случае, если габаритная ширина велосипедов не превышает 0,75 м. Колонна велосипедистов должна быть разделена на группы по 10 велосипедистов в случае однорядного движения либо на группы по 10 пар в случае двухрядного движения. Для облегчения обгона расстояние между группами должно составлять 80 - 100 м.

24.6. Если движение велосипедиста по тротуару, пешеходной дорожке, обочине или в пределах пешеходных зон подвергает опасности или создает помехи для движения иных

лиц, велосипедист должен спешиться и руководствоваться требованиями, предусмотренными настоящими Правилами для движения пешеходов.

24.8. Велосипедистам запрещается:

- управлять велосипедом не держась за руль хотя бы одной рукой;
- перевозить груз, который выступает более чем на 0,5 м по длине или ширине за габариты, или груз, мешающий управлению;
- перевозить пассажиров, если это не предусмотрено конструкцией транспортного средства;
- перевозить детей до 7 лет при отсутствии специально оборудованных для них мест;
- поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении;
- пересекать дорогу по пешеходным переходам.

24.9. Запрещается буксировка велосипедов, а также буксировка велосипедами и мопедами, кроме буксировки прицепа, предназначенного для эксплуатации с велосипедом или мопедом.

24.10. При движении в темное время суток или в условиях недостаточной видимости велосипедистам рекомендуется иметь при себе предметы со световозвращающими элементами и обеспечивать видимость этих предметов водителями других транспортных средств.

### **Изучение моделей поведения пассажиров**

#### **5.1. Пассажиры обязаны:**

- при поездке на транспортном средстве, оборудованном ремнями безопасности, быть пристегнутыми ими, а при поездке на мотоцикле — быть в застегнутом мотошлеме;
- посадку и высадку производить со стороны тротуара или обочины и только после полной остановки транспортного средства.

Если посадка и высадка невозможна со стороны тротуара или обочины, она может осуществляться со стороны проезжей части при условии, что это будет безопасно и не создаст помех другим участникам движения.

#### **5.2. Пассажирам запрещается:**

- отвлекать водителя от управления транспортным средством во время его движения;
- при поездке на грузовом автомобиле с бортовой платформой стоять, сидеть на бортах или на грузе выше бортов;
- открывать двери транспортного средства во время его движения.

#### *Безопасность пассажира*

- Ожидать автобус, троллейбус и трамвай можно только на посадочных площадках (на тротуарах, на обочине дороги).
- Посадку в транспортное средство начинают только при полной его остановке, соблюдая очередность и не мешая другим пассажирам.
- При посадке в трамвай, если трамвайные пути расположены посередине улицы и нужно пересечь проезжую часть дороги, необходимо посмотреть в обе стороны и, убедившись, что путь свободен, направиться к остановившемуся трамваю.
- Войдя в салон транспортного средства, необходимо обратить внимание на то, где расположены запасные и аварийные выходы.
- При отсутствии свободных мест для сидения, можно стоять в центре прохода, держась рукой за поручень или за специальное устройство.
- Нельзя стоять у входной двери, а тем более опираться на нее, так как она в любой момент может открыться.
- Передвигаться по салону в общественном транспорте рекомендуется только при его полной остановке.

*Меры \_\_\_\_\_, “\_г\_” безопасности при возникновении пожара в автобусе, троллейбусе, трамвае*

- Немедленно сообщить о пожаре водителю и пассажирам, потребовать остановить транспорт и открыть двери.
- При заблокировании дверей для эвакуации из салона транспортного средства использовать аварийные люки в крыше и выходы через боковые стекла (при необходимости можно выбить стекла ногами).
- При эвакуации не допускать паники и выполнять указания водителя.
- В любом транспортном средстве имеются материалы, которые при горении выделяют ядовитые газы, поэтому необходимо покинуть салон быстро, но без паники, закрывая рот и нос платком или рукавом одежды.
- Помните! В троллейбусе и трамвае металлические части могут оказаться под напряжением, поэтому, покидая салон, к ним лучше не прикасаться.
- Выбравшись из салона, необходимо отойти подальше от транспортного средства, оказать посильную помощь пострадавшим

## **2. Задания:**

2.1 Законспектировать тезисы статей, раскрывающие правила поведения на дорогах пешеходов, велосипедистов, пассажиров.

2.2 Выписать меры безопасности пассажира при возникновении пожара в транспортном средстве.

2.3 Согласно своему варианту составить описание модели поведения в различных дорожных ситуациях:

1 вариант: Вам в роли пешехода необходимо добраться из пункта А в пункт Б, расстояние такое что, движение начато в светлое время суток, а предстоит завершить в ночное время суток. Движение осуществляется вдоль автотрассы. Ваши действия?

2 вариант: Вам в роли велосипедиста в светлое время суток при движении из пункта А в пункт Б вдоль трассы необходимо пересечь автотрассу, Ваши действия?

## **3. Сделать вывод.**

### **Алгоритм выявления и описания опасностей на дорогах**

- ✓ определить объект защиты через позицию участия в дорожном движении (пешеход, велосипедист, самокатер, мотоциклист);
- ✓ выявить источники опасностей для объекта защиты (средства передвижения и участники дорожного движения) и составить их перечень (номенклатура опасностей);
- ✓ провести классификацию источников опасности по происхождению (техногенные, антропогенные, природные);
- ✓ выявить пространственную локализацию каждого источника опасности (места пересечения объекта защиты и источника опасности в пространстве дорожного движения: пешеходные переходы, особенно нерегулируемые, общие дорожки, дворы);
- ✓ выявить условия реализации опасного свойства источников опасностей разных видов (техногенные: отказы в транспортных средствах, сложность/качество участка движения, плохое освещение; антропогенные: превышение скорости, отклонение от нормы в состоянии водителя (опьянение, резкое ухудшение здоровья, отсутствие), незнание правил; природные: погодные);
- ✓ определить воздействие на организм объекта защиты (удар, приводящий к травмирующим, летальным/смерть последствиям);
- ✓ определить ограничения у объекта защиты к воздействию опасных факторов (кости не выдерживают удара, кожа не выдерживает соприкосновение с дорожным покрытием).\_\_

**Составить буклет для детей младшего возраста на тему «Правила поведения на дороге»**

### **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №6**

**Подготовить доклад на тему «Выявления и описание опасностей в ситуации пожара в дошкольном учреждении».**

1. выписать в рабочую тетрадь основные мероприятия по защите населения от средств поражения.

#### **Решение задачи:**

Находясь в современном обществе, живя в большом городе, не так уж трудно оказаться в месте массового скопления людей. Поэтому необходимо знать основные правила поведения в случае возникновения пожаров и иных происшествий. При пожарах главным фактором, несущим угрозу для жизни человека, зачастую становится не сам огонь, а дым. Поэтому первостепенная задача при пожаре в общественных местах – это как можно быстрее покинуть опасную зону, выйти из помещения, здания на улицу.

**Алгоритм выявления опасностей в ситуации пожара в общественном месте на примере торгового центра, кинотеатра, клубах)**

1. выявить пространственную локализацию ЧС (в местах массового скопления людей (торговые центры, бизнес-центры), в транспорте (учитывать особенности водного, наземного, воздушного, железнодорожного транспорта);
2. определить объект защиты (сотрудник, посетитель);
3. выявить источники опасности (опасные факторы пожара) для объекта защиты и составить их перечень (дым, пары вредных газов, открытое пламя, осколки, части разрушившихся строений, высокая температура окружающей среды);
4. выявить условия активизации опасных факторов пожара (разрушение конструкций строения, расплавление пластика, применение огнетушащих веществ, приток воздуха, вдыхание дыма);
5. провести классификацию источников опасности по поражающему воздействию на объект защиты (воздействие на дыхательную, опорно-двигательный аппарат, кожные покровы);
6. определить варианты поражения организма объекта защиты (ожог, травма, потеря сознания, удушье, летальное/смерть).

## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №7

**Подготовить памятку «Действия сотрудников образовательного учреждения при вооруженном нападении»**

1. написать в рабочую тетрадь памятку на тему «Действия сотрудников образовательного учреждения при вооруженном нападении».
2. использовать готовый план «Действия сотрудников образовательного учреждения при вооруженном нападении» для своей памятки.

## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №8

**Алгоритм действий в ЧС (по выбору студента)**

**Цель:**

1. Написать в рабочую тетрадь алгоритм действий в ЧС (по выбору студента)

### **Контрольные вопросы**

1. Основные задачи при ЧС.
2. Организация мероприятий по этапам.
3. Спасательные работы в очагах поражения .
4. Специфика спасательных работ.
5. Виды спасательных работ .
6. Неотложные работы при ликвидации ЧС.

Действие в чрезвычайных обстоятельствах начинается со следующих мероприятий.

1. Организация подготовки к действиям при ЧС. Отработка документов по организации и проведению мероприятий предупреждения и ликвидации ЧС, управления силами должна начинаться с разработки плана действий объекта по предупреждению и ликвидации ЧС.

Основные задачи подготовки, в том числе и в военное время, следующие:

1. Обучение населения правилам поведения и основам защиты от ЧС, приемам оказания первой медпомощи пострадавшим, правилам пользования защитными сооружениями и индивидуальными средствами защиты;

2. Обучение и переподготовка руководителей и специалистов объекта и выработка навыков по подготовке и управлению силами и средствами для ликвидации ЧС;

3. Практическое освоение руководящим составом служб ГО объекта, личным составом

формирований своих обязанностей при аварийно-спасательных (АС) и других неотложных работ (ДНР) и методов их проведения.

4. Подготовка специальных невоенизированных формирований проводится непосредственно на объекте по действующим программам.

5. Разработка материально-технической базы КЧС:

– создание и совершенствование систем оповещения, связи и управления, включая локальные;

– создание требуемого запаса средств индивидуальной и медицинской защиты (запасы

средств размещаются с учетом возможности быстрой их выдачи сотрудникам объекта и населению). Для обеспечения производства работ по дезактивации, дегазации и дезинфекции территорий, зданий и сооружений заблаговременно создают запасы дезактивирующих,

– накопление фонда защитных сооружений в соответствии с требованиями норм инженерно-технических мероприятий ГО. (Проводится инвентаризация подвальных и других помещений, которые можно приспособить для укрытия. Осуществляется контроль за готовностью имеющихся убежищ и укрытий к приему населения);

– приобретение необходимой техники и оборудования для специальных (невоенизированных) формирований ГО (обеспечение техники горюче-смазочными материалами).

– рассматривают и решают вопросы материально-технического обеспечения, связанные с возможной эвакуацией людей.



2. Осуществление мероприятий по защите персонала объекта при угрозе и возникновении ЧС. Мероприятия по защите персонала:

1. С получением информации об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации КЧС объекта начинает функционировать в режиме повышенной готовности и принимает на себя непосредственное руководство всей деятельностью объектового звена РСЧС.

2. Дежурная служба докладывает обстановку председателю КЧС и оповещает членов комиссии. Председатель КЧС проверяет достоверность полученных данных и дополнительных сведений об обстановке. При необходимости срочно вызывает оперативную группу непосредственно на место, где создалась угроза ЧС.

3. Комиссия по ЧС с момента получения данных об угрозе возникновения ЧС – усиливает дежурно-диспетчерскую службу;

– осуществляет наблюдение и контроль за состоянием окружающей среды, обстановкой на потенциально опасных участках объекта и прилегающих к ним территориях;

– прогнозирует возможность ЧС на объекте, ее масштабы и последствия;

– проверяет системы и средства оповещения и связи;

– принимает меры по защите персонала и населения, территории и повышению устойчивости работы объекта;

– повышает готовность сил и средств, предназначенных для ликвидации возможной чрезвычайной ситуации, уточняет планы их действий и при необходимости производит выдвижение к участкам предполагаемых работ (действий);

– готовит к возможной эвакуации персонал и население прилегающих к объекту участков города (поселка), а при необходимости проводит ее (в загородную зону — только по распоряжению вышестоящей КЧС).

– информирует КЧС и управление ГО и ЧС города (района) о возникшей угрозе.

4. С возникновением ЧС по распоряжению руководителя объекта вводится чрезвычайный режим функционирования объектового звена РСЧС и организуется выполнение мероприятий по двум этапам:

4.1. На первом этапе:

– принимаются экстренные меры по защите персонала, предотвращению развития

ЧС и осуществление АСР (оповещение об опасности и информирование о правилах поведения; медицинская профилактика и использование средств защиты, исходя из обстановки; эвакуация работников с участков, на которых существует опасность поражения людей; оказание пострадавшим первой медицинской и других видов помощи).

– Для предотвращения или уменьшения последствий ЧС осуществляют предусмотренные планом действия по локализации аварии при остановке или изменении технологического процесса производства, а также по предупреждению взрывов и пожаров.

4.2. На втором этапе решаются задачи:

– по первоочередному жизнеобеспечению населения, пострадавшего в результате

бедствия (временное размещение населения, оставшегося без крова;

- обеспечение людей незагрязненными (незараженными) продуктами питания, водой и предметами первой необходимости, транспорта и учреждений здравоохранения; расселения эвакуируемого населения в безопасных районах

– Проводятся работы по восстановлению энергетических и коммунальных сетей, линий связи, дорог и сооружений в интересах обеспечения спасательных работ и первоочередного жизнеобеспечения населения.

– Осуществляется санитарная обработка людей, дезактивация, дегазация, дезинфекция одежды и обуви, транспорта, техники, дорог, сооружений, территории объекта.

## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №9

**Определение вероятности осуществления риска (по формуле) и масштаба последствий воздействия опасных факторов дорожного движения в отношении различных его участников для разработки/выбора мер по профилактике и защите**

**Цели практического занятия:**

- Научиться определять вероятность осуществления риска и масштаб последствий воздействия опасных факторов дорожного движения.
- Применять формулу для расчета вероятности осуществления риска.
- Разрабатывать и выбирать меры по профилактике и защите участников дорожного движения на основе оценки риска.

**Задачи практического занятия:**

- Изучить формулу для расчета вероятности осуществления риска.
- Применить формулу к различным сценариям дорожного движения.
- Оценить масштаб последствий воздействия опасных факторов для различных участников дорожного движения.
- Разработать меры по профилактике и защите участников дорожного движения на основе оценки риска.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №10**

**Определение вероятности осуществления риска пожара в общественном месте (по формуле) и масштаба последствий воздействия опасных факторов пожара на посетителей для разработки/выбора мер по профилактике и защите.**

**Цели практического занятия:**

- Научиться определять вероятность осуществления риска пожара в общественном месте и масштаб последствий его воздействия.
- Применять формулу для расчета вероятности осуществления риска.
- Разрабатывать и выбирать меры по профилактике и защите посетителей общественного места на основе оценки риска.

**Задачи практического занятия:**

- Изучить формулу для расчета вероятности осуществления риска пожара.
- Применить формулу к различным сценариям пожара в общественном месте.
- Оценить масштаб последствий воздействия опасных факторов пожара на посетителей.
- Разработать меры по профилактике и защите посетителей общественного места на основе оценки риска.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №11**

**Определение вероятности осуществления риска (по формуле) и масштаба/тяжести последствий воздействия опасных факторов захвата заложников/стрельбы в общественном месте для разработки/выбора мер по профилактике и защите посетителей**

**Цели практического занятия:**

- Научиться определять вероятность осуществления риска захвата заложников/стрельбы в общественном месте и масштаб/тяжесть последствий его воздействия.
- Применять формулу для расчета вероятности осуществления риска.
- Разрабатывать и выбирать меры по профилактике и защите посетителей общественного места на основе оценки риска.

**Задачи практического занятия:**

- Изучить формулу для расчета вероятности осуществления риска захвата заложников/стрельбы в общественном месте.
- Применить формулу к различным сценариям захвата заложников/стрельбы в общественном месте.
- Оценить масштаб/тяжесть последствий воздействия опасных факторов на посетителей общественного места.
- Разработать меры по профилактике и защите посетителей общественного места на основе оценки риска.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №12**

**Определение вероятности осуществления опасных и вредных факторов риска для жизни и здоровья подростков (по формуле) и тяжести последствий их воздействия для разработки/выбора мер по профилактике и защите**

**Цели практического занятия:**

- Научиться определять вероятность осуществления опасных и вредных факторов риска для жизни и здоровья подростков и тяжесть последствий их воздействия.
- Применять формулу для расчета вероятности осуществления риска.
- Разрабатывать и выбирать меры по профилактике и защите подростков на основе оценки риска.

**Задачи практического занятия:**

- Изучить формулу для расчета вероятности осуществления опасных и вредных факторов риска.
- Применить формулу к различным сценариям, представляющим риск для жизни и здоровья подростков.
- Оценить тяжесть последствий воздействия этих факторов.
- Разработать меры по профилактике и защите подростков на основе оценки риска.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №13**

**Оценить риск опасных и вредных факторов для жизни и здоровья в подростковом возрасте**

**Цели практического занятия:**

- Научиться оценивать риск опасных и вредных факторов для жизни и здоровья в подростковом возрасте.
- Использовать различные методы оценки риска, такие как анализ опасностей и операционная оценка рисков.
- Применять результаты оценки риска для разработки и реализации мер по профилактике и снижению риска.

**Задачи практического занятия:**

- Изучить различные опасные и вредные факторы, влияющие на жизнь и здоровье подростков.
- Овладеть методами анализа опасностей и операционной оценки рисков.
- Применить эти методы к конкретным ситуациям, представляющим риск для подростков.
- Разработать и реализовать меры по профилактике и снижению риска на основе результатов оценки риска.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №14**

**Подбор средства индивидуальной защиты, правила и модели поведения на основе ПДД и иных нормативных документов.**

**Цели практического занятия:**

- Научиться подбирать средства индивидуальной защиты (СИЗ) на основе ПДД и других нормативных документов.
- Изучить правила и модели поведения в различных ситуациях на дороге и вблизи нее.
- Приобрести навыки безопасного поведения на дорогах.

**Задачи практического занятия:**

- Ознакомиться с различными типами СИЗ для пешеходов, велосипедистов и водителей.
- Изучить правила подбора и использования СИЗ в соответствии с ПДД и другими нормативными документами.
- Рассмотреть различные ситуации на дороге и вблизи нее, требующие использования СИЗ.
- Отработать правила и модели поведения в этих ситуациях, используя СИЗ.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №15**

**Выбор мер (средств пожаротушения, индивидуальной защиты, правил, моделей поведения) для защиты жизни и здоровья в условиях пожара в общественном месте**

### **Цели практического занятия:**

- Научиться выбирать меры (средства пожаротушения, индивидуальной защиты, правила, модели поведения) для защиты жизни и здоровья в условиях пожара в общественном месте.
- Изучить различные виды средств пожаротушения и индивидуальной защиты, а также правила и модели поведения в случае пожара.
- Развить навыки использования средств пожаротушения и индивидуальной защиты, а также соблюдения правил и моделей поведения для обеспечения безопасности в условиях пожара.

### **Задачи практического занятия:**

- Ознакомиться с различными видами средств пожаротушения и их применением.
- Изучить правила использования средств индивидуальной защиты от пожара.
- Рассмотреть различные правила и модели поведения в случае возникновения пожара в общественном месте.
- Отработать навыки использования средств пожаротушения, индивидуальной защиты, а также соблюдения правил и моделей поведения в условиях пожара.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №16**

**Выбор мер (средств индивидуальной защиты, правил, моделей поведения) для защиты жизни и здоровья в ситуации захвата заложников/стрельбы в общественном месте**

### **Цели практического занятия:**

- Научиться выбирать меры (средства индивидуальной защиты, правила, модели поведения) для защиты жизни и здоровья в ситуации захвата заложников/стрельбы в общественном месте.
- Изучить различные виды средств индивидуальной защиты, а также правила и модели поведения в случае захвата заложников/стрельбы.
- Развить навыки использования средств индивидуальной защиты, а также соблюдения правил и моделей поведения для обеспечения безопасности в условиях захвата заложников/стрельбы.

### **Задачи практического занятия:**

- Ознакомиться с различными видами средств индивидуальной защиты от захвата заложников/стрельбы.
- Изучить правила использования средств индивидуальной защиты.
- Рассмотреть различные правила и модели поведения в случае захвата заложников/стрельбы в общественном месте.
- Отработать навыки использования средств индивидуальной защиты, а также соблюдения правил и моделей поведения в условиях захвата заложников/стрельбы.

## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №17

### **Правило и алгоритмы предметных действий: неполной разборки, сборки автомата Порядок неполной разборки и порядок сборки автомата АК-74 (АКМ)**

Разборка автомата может быть неполная и полная: неполная - для чистки, смазки и осмотра автомата; полная - для чистки при сильном загрязнении автомата, после нахождения его под дождем или в снегу, при переходе на новую смазку и при ремонте. Излишне частая разборка автомата вредна, так как ускоряет изнашивание частей и механизмов.

Разборку и сборку автомата производить на столе или чистой подстилке; части и механизмы класть в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не класть одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов. При сборке автомата сличить номера на его частях: у каждого автомата номеру на ствольной коробке должны соответствовать номера на газовой трубке, затворной раме, затворе, крышке ствольной коробки и других частях автомата.

Обучение разборке и сборке на боевых автоматах допускается лишь в исключительных случаях и с соблюдением особой осторожности в обращении с частями и механизмами.

#### **Порядок неполной разборки автомата**

1. Отделить магазин (рис. 26). Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин; нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его. После этого проверить, нет ли патрона в патроннике (рис. 27), для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого взвода.

2. Вынуть пенал с принадлежностью (рис. 28). Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда; раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ершик, отвертку, выколотку и шпильку.

У автомата со складывающимся прикладом пенал носится в кармане сумки для магазинов.

3. Отделить шомпол (рис. 29). Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки, и вынуть шомпол вверх. При отделении шомпола разрешается пользоваться выколоткой.

4. Отделить крышку ствольной коробки (рис. 30).левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и отделить крышку.

5. Отделить возвратный механизм (рис. 31). Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.

6. Отделить затворную раму с затвором (рис. 32). Продолжая удерживать автомат левой рукой, правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.

7. Отделить затвор от затворной рамы (рис. 33). Взять затворную раму в левую руку затвором кверху; правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперед.

8. Отделить газовую трубку со ствольной накладкой (рис. 34). Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надеть пенал принадлежности прямоугольным отверстием на выступ замыкателя газовой трубки, повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку патрубком газовой камеры.

#### **Порядок сборки автомата после неполной разборки.**

Сборка автомата после неполной разборки производится в обратной последовательности.

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

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

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

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

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

**Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель.**

Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик вверх до отказа.

**Присоединить шомпол.**

**Вложить пенал в гнездо приклада.** Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой. У АКМС пенал убирается в карман сумки для магазинов.

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

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №18**

**Алгоритм оказания первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких.**

**Алгоритмы оказания первой помощи при травмах, ранениях, переломах.**

**Обработка моделей поведения при ЧС на транспорте.**

**Алгоритм оказания первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких.**

**Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца).**

**Первая помощь** – это комплекс мероприятий, направленных на восстановление или сохранение здоровья пострадавшего. От того, насколько умело и быстро оказана первая помощь, зависит жизнь пострадавшего.

**Реанимация** – это восстановление или временное замещение резко нарушенных или утраченных жизненно важных функций организма.

**Клиническая смерть** – это промежуток времени от 3 до 5 минут, когда после прекращения работы сердца и лёгких отсутствует кровообращение в организме, прекращается снабжения его тканей кислородом, но клетки тела ещё живут, сохраняется жизнеспособность всех тканей и органов, в том числе и высших отделов ЦНС.

Она является последней обратимой фазой умирания, вслед за которой наступает **биологическая смерть**.

**Искусственная вентиляция лёгких способом «изо рта в рот» или «изо рта в нос»**

Пострадавшего быстро укладывают на спину таким образом, чтобы голова оказалась запрокинутой кзади (подбородок приподнят). Прежде чем начать искусственную вентиляцию лёгких, необходимо убедиться в проходимости верхних дыхательных путей. Обычно при запрокидывании головы кзади рот произвольно открывается. Если челюсти больного крепко сжаты, то их следует осторожно раздвинуть каким-нибудь плоским предметом (черенком ложки и пр.) и проложить между зубами в виде распорки валик из бинта или ваты (или любой другой нетравмирующей ткани). После этого пальцем, обёрнутым платком, марлей или другой тонкой тканью, быстро обследуют полость рта, которую освобождают от рвотных масс, слизи, крови, песка, съёмных зубных протезов. Необходимо расстегнуть одежду больного, затрудняющую дыхание и кровообращение. Все эти подготовительные мероприятия надо осуществлять как можно быстрее, но очень осторожно и бережно, так как грубые манипуляции могут ухудшить и без того критическое положение больного или пострадавшего.

Для выполнения искусственной вентиляции оказывающий помощь обычно становится с любой стороны от больного. Рот и нос больного прикрывают чистым платком или салфеткой. После этого оказывающий помощь делает один-два глубоких вдоха и выдоха, а затем, сделав очередной вдох, плотно прижимает свои губы к губам пострадавшего и, сжав пальцами крылья носа, делает энергичный выдох. При этом грудная клетка больного расширяется (вдох). Выдох пострадавшего осуществляется пассивно. Оказывая реанимационную помощь, необходимо, как и при массаже сердца, знать, сколько времени следует проводить искусственную вентиляцию лёгких и при каких условиях можно её прекращать. При работающем сердце искусственную вентиляцию нужно проводить до прибытия медицинских работников или появления самостоятельных дыхательных движений и восстановления сознания. Восстановление самостоятельного дыхания наступает не одновременно. Сначала появляется первый самостоятельный вдох с последующим нарастанием дыхательных движений. Первый вдох не всегда достаточно чётко выражен, и нередко он регистрируется по слабому ритмичному сокращению шейных мышц, напоминающему глотательное движение. Первый вдох свидетельствует о том, что в дыхательном центре продолговатого мозга возник первый очаг возбуждения.

Затем дыхательные движения возрастают по силе, однако они, как правило, недостаточны по глубине и неритмичны. На этом этапе дыхательные движения, особенно при больших интервалах между ними, ещё не могут обеспечить необходимый газообмен в лёгких, а следовательно, и транспорт кислорода к тканям, и поэтому в подобных ситуациях целесообразно периодически прибегать к так называемому вспомогательному дыханию (вспомогательная вентиляция лёгких) – на высоте самостоятельного вдоха или в интервале между вдохами искусственно вдуть в лёгкие больного воздух.

И, наконец, судорожное дыхание сменяется периодами относительно ровного и спокойного дыхания с умеренной амплитудой дыхательных движений.

- Что представляет собой сердечно-сосудистая система и в чем её значение? *(Это единая система, обеспечивающая кровообращение в организме и кровоснабжение органов и тканей кислородом и питательными веществами).*

- Чем является сердце? *(Сердце – орган кровеносной системы, создающий энергию движения крови).*

- Какую роль выполняют в организме кровеносные сосуды? *(Кровеносные сосуды – эластичные трубки, образующие замкнутую систему циркуляции крови от сердца ко всем органам и тканям и обратно (делится на артерии и вены). Артерии несут кровь от сердца к тканям, постепенно переходя в артериолы, капилляры, венулы, мелкие вены и крупные вены, переносящие кровь обратно к сердцу).*

- Как характеризуется сердечная недостаточность? *(Сердечная недостаточность – патологическое состояние недостаточности кровообращения из-за снижения насосной функции сердца. Причины – заболевания и перегрузка сердечной мышцы. Подразделяется на острую, возникающую внезапно или почти внезапно, и хроническую, развивающуюся несколько недель, месяцев или лет).*

Учитель напоминает понятия: «сердце», «кровеносные сосуды», «сердечная недостаточность» и «инсульт».

- Вспомните, что такое пульс (*Пульс – это периодическое толчкообразное расширение стенок артерий*).

- В каких местах лучше всего прощупывать пульс? (*Лучше всего он прощупывается в двух местах – на запястье руки и сонной артерии*).

### **Алгоритмы оказания первой помощи при травмах, ранениях, переломах.**

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ** заключается в обеспечении неподвижности отломков кости (транспортной иммобилизации) поврежденной конечности шинами или имеющимися под рукой палками, дощечками и т.п. Если под рукой нет никаких предметов для иммобилизации, то следует прибинтовать поврежденную руку к туловищу, поврежденную ногу - к здоровой. При переломе позвоночника пострадавший транспортируется на щите. При открытом переломе, сопровождающимся обильным кровотечением, накладывается давящая асептическая повязка и, по показаниям, кровоостанавливающий жгут. При этом следует учитывать, что наложение жгута ограничивается минимально возможным сроком. Пораженному даются обезболивающие препараты: баралгин, седелгин, анальгин, амидопирин, димедрол, дозировка в зависимости от возраста пострадавшего. Вывих - это смещение суставных концов костей, частично или полностью нарушающее их взаимное соприкосновение.

### **Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте.**

#### **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №19**

##### **Правило остановки кровотечений способом наложение жгута и закрутки.**

##### **Алгоритмы оказания первой помощи при кровотечениях**

Цель:

- Изучить виды кровотечений.
2. Ознакомить с видами кровотечений.

3. Ознакомить с приемами остановки кровотечений и правилами наложение жгута при ранениях различного характера.

Задачи:

Выработать практические навыки правил остановки кровотечений и правилами наложение жгута при ранениях различного характера.

#### **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №20**

##### **Правило добычи: воды, пищи, огня. Временное жилище.**

Цели:

- Овладеть навыками добычи жизненно важных ресурсов: воды, пищи и огня.
- Построить временное жилище для защиты от непогоды и хищников.

Задачи:

**Добыча ресурсов:**

- Идентифицировать источники воды в дикой природе и научиться добывать чистую питьевую воду.
- Узнать различные способы охоты, рыбалки и сбора диких съедобных растений.
- Изучить техники разведения огня с использованием подручных средств.

**Временное жилище:**

- Найти подходящее место для строительства укрытия с учетом источников воды и материалов.
- Собирать необходимые материалы, такие как ветки и листья.
- Изучить различные типы временных жилищ, таких как шалаши, убежища и навесы.
- Укрепить укрытие для обеспечения защиты и изоляции.



## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №21

**Правило алгоритм помощи при ожогах различных видов.**

**Способы само спасения. Первая помощь пострадавшем на производстве. Алгоритм поведения при ЧС.**

**Цели:**

- Овладеть навыками оказания первой помощи при ожогах разных видов.
- Изучить способы само спасения и алгоритмы поведения при чрезвычайных ситуациях.

**Задачи:**

**Оказание первой помощи при ожогах:**

- Узнать классификацию ожогов и принципы их лечения.
- Изучить алгоритм оказания первой помощи при ожогах различной степени тяжести.
- Овладеть навыками охлаждения ожогов, наложения повязок и обезболивания.

**Само спасение и поведение при ЧС:**

- Изучить основные способы само спасения в различных чрезвычайных ситуациях, таких как пожары, наводнения и землетрясения.
- Отработать алгоритмы поведения при ЧС на производстве, на транспорте и в быту.
- Узнать о средствах индивидуальной защиты и правилах их использования.

## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №22

**Определить источники опасностей (инструмент, оборудование, здание, сооружения, территория) и нанести их на схему и в таблицу**

**Основные источники опасности в быту и их классификация.**

По опасным факторам негативные ситуации, которые подстерегают нас в быту делятся на:

механические воздействия;  
тепловые воздействия;  
электричество;  
ядовитые вещества;  
радиация;  
болезни и т.д.

По обеспечиваемым потребностям:

- питание;
  - сон;
  - температурный режим и т.д.
- Различные сочетания классификационных признаков дают ситуации, имеющие разную вероятность и значимость.

**1) Защита прав потребителя, сроки годности и состав продуктов питания;**

Закон РФ от 07.02.1992 N 2300-1 (ред. от 04.08.2023) "О защите прав потребителей" регулирует отношения, возникающие между потребителями и изготовителями, исполнителями, импортерами, продавцами, владельцами агрегаторов информации о товарах (услугах) при продаже товаров (выполнении работ, оказании услуг), устанавливает права потребителей на приобретение товаров (работ, услуг) надлежащего качества и безопасных для жизни, здоровья, имущества потребителей и окружающей среды, получение информации о товарах (работах, услугах) и об их изготовителях (исполнителях, продавцах), о владельцах агрегаторов информации о товарах (услугах), просвещение, государственную и общественную защиту их интересов, а также определяет механизм реализации этих прав.

Сроки годности и состав продуктов питания регулируются статьями:

Статья 5. Права и обязанности изготовителя (исполнителя, продавца) в области установления срока службы, срока годности товара (работы), а также гарантийного срока на товар (работу)

П 4. На продукты питания, парфюмерно-косметические товары, медикаменты, товары бытовой химии и иные подобные товары (работы) изготовитель (исполнитель) обязан устанавливать срок годности - период, по истечении которого товар (работа) считается непригодным для использования по назначению.

П 5. Продажа товара (выполнение работы) по истечении установленного срока годности, а также товара (выполнение работы), на который должен быть установлен срок годности, но он не установлен, запрещается.

Статья 7. Право потребителя на безопасность товара (работы, услуги)

Статья 10. Информация о товарах (работах, услугах):

П 1. Изготовитель (исполнитель, продавец) обязан своевременно предоставлять потребителю необходимую и достоверную информацию о товарах (работах, услугах), обеспечивающую возможность их правильного выбора. По отдельным видам товаров (работ, услуг) перечень и способы доведения информации до потребителя устанавливаются Правительством Российской Федерации.

П 2. Информация о товарах (работах, услугах) в обязательном порядке должна содержать:

- наименование технического регламента или иное установленное законодательством Российской Федерации о техническом регулировании и свидетельствующее об обязательном подтверждении соответствия товара обозначение;
- сведения об основных потребительских свойствах товаров (работ, услуг), в отношении продуктов питания сведения о составе (в том числе наименование использованных в процессе изготовления продуктов питания пищевых добавок, биологически активных добавок, информация о наличии в продуктах питания компонентов, полученных с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, в случае, если содержание указанных организмов в таком компоненте составляет более девяти десятых процента), пищевой ценности, назначении, об условиях применения и хранения продуктов питания, о способах изготовления готовых блюд, весе (объеме), дате и месте изготовления и упаковки (расфасовки) продуктов питания, а также сведения о противопоказаниях для их применения при отдельных заболеваниях. Перечень товаров (работ, услуг), информация о которых должна содержать противопоказания для их применения при отдельных заболеваниях, утверждается Правительством Российской Федерации.

## 2) **Электробезопасность в повседневной жизни.**

Каждый человек должен твердо помнить, что безопасного напряжения не существует и что нельзя прикасаться к токоведущим частям независимо от того, под каким бы напряжением они не находились. При необходимости следует применять средства защиты: заземление, изоляцию, изолирующие инструменты.

Длительность воздействия электрического тока – один из основных факторов, влияющих на исход поражения. Чем меньше время воздействия (менее 1 сек), тем меньше вероятность поражения.

Правила обращения с бытовыми приборами.

Правильная эксплуатация электроприборов подразумевает предупреждение его неправильной эксплуатацией связанной с электропитанием, подключением к сети, соблюдением режима работы, продолжительности нагрузок, соблюдением безопасных приемов работы. Для предупреждения несчастных случаев при работе с электроинструментами или электроприборами необходимо строго руководствоваться всеми указаниями, изложенными в инструкции. Безответственное, небрежное обращение с бытовыми приборами может привести к поражению электрическим током, ожогу, пожару от перегрева проводов, к травме. Прикосновение к частям, находящимся под напряжением, приводит к особо тяжким последствиям, если человек в контакте с землей.

Меры безопасности в быту и вне дома.

Перед включением электрической вилки в розетку убедитесь, что она именно от того прибора, который Вы собираетесь включить. Также после выдергивания вилки из розетки проверьте, что не ошиблись. Если провода шнуры от соседних устройств похожи, сделайте их разными: оберните изоляционной лентой или покрасьте. Не беритесь за электрическую вилку мокрой рукой. Не вбивайте гвоздь в стену, если не знаете, где проходит скрытая электропроводка.

Следите за тем, чтобы розетки и другие разъемы не искрили, не грелись, не потрескивали. Если контакты потемнели, почистите их и устранили причину неплотного соединения.

Не рекомендуется ходить под высоковольтными линиями электропередачи. Создаваемое ими в воздухе электрическое напряжение вредно действует на организм.

Не следует приближаться к оборванному проводу: может поразить шаговое напряжение. Если все-таки приходится пересекать опасную зону возле лежащего на земле провода, надо делать это бегом: чтобы одновременно только одна нога касалась почвы.

При входе в троллейбус не следует прикасаться рукой к его борту. Корпус троллейбуса может находиться под напряжением из-за пробоя изоляции, лучше впрыгивать а троллейбус, а не входить; выпрыгивать, а не выходить: чтобы не было ситуации, когда одна нога на земле, а другая -- на подножке троллейбуса. Электрички и трамваи в этом отношении не опасны, потому что всегда заземлены.

### **3) Пожар и факторы его развития; возможные последствия пожаров, приёмы и правила оказания первой помощи; первичные средства пожаротушения.**

Пожар и факторы его развития.

Пожар – это процесс горения, который вышел из-под контроля (уничтожаются материальные ценности, и создает угрозу жизни и здоровью людей).

Факторы развития пожара:

- неосторожное обращение с огнем;
- несоблюдение правил эксплуатации производственного оборудования;
- самовозгорание веществ и материалов;
- разряды статического электричества;
- газовые разряды (газовые утечки);
- некачественное строительство зданий и сооружений;
- пренебрежение правилами техники безопасности;
- поджоги
- курение в постели
- оставление без присмотра электробытовые приборы и не использовать самодельные электрические устройства
- неосторожное обращение с праздничными фейерверками, хлопушками и свечами

Возможные последствия пожаров.

Последствия пожаров таковы: пожары выводят из строя различную технику и транспортные средства (чаще всего они не подлежат ремонту). Кроме того, пожары приводят к гибели людей, животных и растений или к получению ожогов разной степени. Наконец, пожары уничтожают имущество (то есть, материальные ценности). Стоит отметить, что пожары могут привести к взрывам (если, в непосредственной близости от пожара находятся взрывоопасные объекты). Как следствие, это может привести к утечке ядовитых веществ в окружающую среду. Но, взрывы и утечка ядовитых веществ рассматриваются как вторичные последствия пожара.

Первичные средства пожаротушения.

При обнаружении возгорания быстро, не поддаваясь панике, приступайте к тушению пожара, используя все доступные средства – песок, воду, огнетушители и т.д.

То есть для тушения пожаров на начальной стадии их возникновения имеются следующие первичные средства пожаротушения:

- огнетушители;
- внутренний противопожарный водопровод;
- емкости с водой (бочки);
- ящики с песком;
- пожарный щит с инструментами;
- асбестовые полотна, грубошерстные ткани или войлок размером не менее 1\*1 метров.

Приёмы и правила оказания первой помощи.

Последовательность оказания первой медицинской помощи при ожогах:

1. После того, как горевшая одежда потушена, не следует раздевать пострадавшего (во избежание охлаждения и инфицирования). Укрывая затем обожженного, следует предусмотреть все, чтобы избежать при этом дополнительного травмирования.

2. Наиболее эффективным методом оказания помощи при ожогах является быстрое охлаждение обожженных участков (холодная вода, снег, лед) в течение не менее 10-15 мин, что позволяет избежать повреждения глубоких слоев кожи.
3. Во избежание развития ожогового шока необходимо провести обезболивание (анальгин, аспирин, цитрамон).
4. На обожженные участки наложить асептические косыночные повязки (без медикаментозных средств). С пострадавшего снять или срезать одежду. Накрыть обожженную поверхность чистой тканью (без медикаментозных средств).
5. При глубоких или обширных повреждениях ограничить подвижность поврежденной части тела.
6. Транспортировать пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

Внимание! Недопустимо!

- Удалять с поврежденной поверхности остатки одежды и грязь, вскрывать пузыри, бинтовать её.
- Смывать грязь или сажу с поврежденной кожи.
- Смазывать обожженную поверхность маслами, вазелином, обсыпать содой, мукой. Через 2-3 часа они создадут благоприятные условия для развития инфекции.
- Обрабатывать поврежденную поверхность спиртом, йодом и другими спиртовыми растворами.

#### **4) Средства бытовой химии; правила обращения с ними и хранения.**

Особую осторожность следует проявлять, если на упаковке или в инструкции имеется предупреждающая надпись, например: «Яд», «Беречь от попадания в глаза», «Огнеопасно», «Не распылять вблизи открытого огня» и т.д.

Бытовую химию нельзя оставлять без присмотра в месте, доступном для детей. Держать ее нужно только в плотно закрытой упаковке, т.к. активные вещества испаряются, при этом возникает угроза отравления, развития аллергических проявлений, вплоть до астматического синдрома.

Нельзя хранить или использовать химическую продукцию в непосредственной близости с пищевыми продуктами, поскольку мельчайшие частицы средства, попав на пищу, могут привести к серьезному отравлению. Использовать средство требуется строго по назначению, например: средство для мытья окон не использовать для мытья посуды и инвентаря, соприкасающихся с пищевыми продуктами.

Не забывайте читать инструкцию, ведь от ошибок никто не застрахован.

Не игнорируйте перчатки и респираторы во время работы с использованием бытовой химии.

Не используйте средства после того, как закончится допустимый срок их хранения.

Промывать очищаемую поверхность требуется большим количеством воды.

В случае, если на кожу или слизистую поверхность все же попало химическое средство, его нужно немедленно смыть большим количеством воды. В случае попадания средства в рот и заглатывания нужно немедленно вызвать скорую помощь.

Особое внимание к себе требуют **аэрозольные баллоны:**

- не давайте их детям, даже если баллон пуст;
- не храните баллоны возле газовых и электрических плит и других источников тепла;
- не пытайтесь вскрывать даже использованный баллон;
- не работайте с баллонами при включенных газовых и электрических горелках.

При любых отравлениях и ожогах надо немедленно обратиться к врачу, но до его прихода необходимо оказать пострадавшему доврачебную помощь, которая заключается либо в обезвреживании ядовитых веществ, либо в удалении их из организма.

Наиболее доступным средством для выведения яда является промывание желудка.

#### **5) Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения.**

Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения населения – электроэнергетических, канализационных системах, водопроводных и тепловых сетях редко сопровождаются гибелью людей, однако они создают существенные трудности жизнедеятельности, особенно в холодное время года.

Аварии на электроэнергетических системах могут привести к долговременным перерывам электроснабжения потребителей, обширных территорий, нарушению графиков движения общественного электротранспорта, поражению людей электрическим током.

Аварии на канализационных системах способствуют массовому выбросу загрязняющих веществ и ухудшению санитарно-эпидемиологической обстановки.

Аварии в системах водоснабжения нарушают обеспечение населения водой или делают воду непригодной для питья.

Аварии на тепловых сетях в зимнее время года приводят к невозможности проживания населения в не отапливаемых помещениях и его вынужденной эвакуации.

#### **КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К АВАРИЯМ НА КОММУНАЛЬНЫХ СИСТЕМАХ.**

Аварии на коммунальных системах, как правило, ликвидируются в кратчайшие сроки, однако не исключено длительное нарушение подачи воды, электричества, отопления помещений. Для уменьшения последствий таких ситуаций создайте у себя в доме неприкосновенный запас спичек, хозяйственных свечей, сухого спирта, керосина (при наличии при наличии керосиновой лампы или примуса), элементов питания для электрических фонарей и радиоприемника.

#### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ АВАРИЯХ НА КОММУНАЛЬНЫХ СИСТЕМАХ.**

Сообщите об аварии диспетчеру Ремонтно-эксплуатационного управления (РЭУ) или Жилищно-эксплуатационной конторы (ЖЭКа), попросите вызвать аварийную службу.

При скачках напряжения в электрической сети квартиры или его отключении немедленно обесточьте все электробытовые приборы, выдерните вилки из розеток, чтобы во время Вашего отсутствия при внезапном включении электричества не произошел пожар. Для приготовления пищи в помещении используйте только устройства заводского изготовления: примус, керогаз, керосинку и др. При их отсутствии воспользуйтесь разведенным на улице костром. Используя для освещения квартиры хозяйственные свечи и сухой спирт, соблюдайте предельную осторожность.

При нахождении на улице не приближайтесь ближе 5-8 метров к оборванным или провисшим проводам и не касайтесь их. Организуйте охрану места повреждения, предупредите окружающих об опасности и немедленно сообщите в территориальное Управление по делам ГОЧС. Если провод, оборвавшись, упал вблизи от Вас – выходите из зоны поражения током мелкими шажками или прыжками (держа ступни ног вместе), чтобы избежать поражения шаговым напряжением.

При исчезновении в водопроводной системе воды закройте все открытые до этого краны. Для приготовления пищи используйте имеющуюся в продаже питьевую воду, воздержитесь от употребления воды из родников и других открытых водоемов до получения заключения о ее безопасности. Помните, что кипячение воды разрушает большинство вредных биологических примесей. Для очистки воды используйте бытовые фильтры, отстаивайте ее в течение суток в открытой емкости, положив на дно серебряную ложку или монету. Эффективен и способ очистки воды «вымораживанием». Для «вымораживания» поставьте емкость с водой в морозильную камеру холодильника. При начале замерзания снимите верхнюю корочку льда, после замерзания воды наполовину – слейте остатки жидкости, а воду, образовавшуюся при таянии полученного льда, используйте в пищу.

В случае отключения центрального парового отопления, для обогрева помещения используйте электрообогреватели не самодельного, а только заводского изготовления. В противном случае высока вероятность пожара или выхода из строя системы электроснабжения. Помните, что отопление квартиры с помощью газовой или электрической плиты может привести к трагедии. Для сохранения в помещении тепла заделайте щели в окнах и балконных дверях, завесьте их одеялами или коврами. Разместите всех членов семьи в одной комнате, временно закрыв остальные. Оденьтесь теплее и примите профилактические лекарственные препараты от ОРЗ и гриппа.

**б) Правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними, ответственность за ложные сообщения.**

**ЕДИНЫЙ НОМЕР 112** — это номер телефона, по которому необходимо позвонить, чтобы вызвать экстренную помощь (круглосуточно и бесплатно) со стационарных (домашних, уличных), а также с мобильных (в том числе без Sim-карты) телефонов.

При обращении по единому телефону «112» запомните:

1. Дождитесь ответа оператора на ваш звонок. Если после нескольких сигналов оператор не ответил, ни в коем случае не прерывайте звонок.
2. Когда оператор ответит: «Служба спасения 112, муниципальный район ... диспетчер ...», представьтесь. Коротко и ясно объясните что, где и с кем случилось. Сохраняйте спокойствие и по возможности чётко формулируйте мысли.
3. Укажите характер происшествия и место (точный адрес), где необходима срочная помощь, а также контактный телефон, по которому с вами могут впоследствии связаться для уточнения информации.
4. Постарайтесь объективно ответить на все вопросы оператора. Чёткие и ясные ответы на задаваемые вопросы необходимы оператору в целях точного определения сил и средств для оказания экстренной помощи.
5. Помните, что информация, которую уточняют операторы, очень важна! Не теряйте терпения, если вы не понимаете вопросов оператора. В этом случае оператор быстро сориентируется.
6. Если ситуация требует экстренного реагирования, то помощь будет направлена немедленно, а оператор может продолжить уточнение информации у вас, пока экстренные службы находятся в пути.
7. Следуйте рекомендациям и советам оператора.
8. Не отключайте телефон, пока оператор не скажет, что ваш вызов принят.
9. Закончив разговор, помните, что у оператора может возникнуть необходимость связаться с вами для получения уточнений и дополнительной информации.
10. В случае изменения ситуации на месте происшествия (улучшилась или ухудшилась), позвоните по номеру «112» ещё раз и сообщите об этом.
11. В некоторых случаях по единому номеру «112» может поступать большое количество сообщений об одном и том же происшествии. Не раздражайтесь, если после нескольких вопросов оператор скажет вам, что такое сообщение уже поступило и завершит разговор. Это необходимо для того, чтобы избежать дублирования информации и освободить линию для экстренной службы.

Помимо вызова на место происшествия оперативных, аварийных, коммунальных и других служб, оперативные дежурные при необходимости предоставят дополнительную информацию, которая поможет гражданам выйти из трудной ситуации с наименьшими потерями.

**ПОМНИТЕ, ложный вызов может стоить чьей-то человеческой жизни!**

Ответственность за ложный вызов в «112» предусматривает статья 19.13 КоАП РФ «Заведомо ложный вызов специализированных служб» и влечет наложение административного штрафа в размере от 1000 до 1500 рублей.

Как вызвать Службу спасения «112» инвалидам по зрению?

Для вызова экстренных оперативных служб (пожарной охраны, полиции, скорой медицинской помощи, газовой службы) инвалидами по зрению – знакомые или родственники гражданина, которые не имеют ограничений по зрению, должны заранее запрограммировать в телефонном аппарате кнопку быстрого набора номера «112» (одним нажатием) и обучить человека использовать телефон в экстренной ситуации.

При разговоре с оператором заявителю необходимо кратко указать характеристику происшествия - что случилось, какая требуется помощь и точный адрес места происшествия (в т.ч. с помощью окружающих).

Также можно сообщить об отключении коммунальных систем (электроэнергия, отопление, водоснабжение, газоснабжение).

Как вызвать Службу спасения «112» инвалидам по слуху?

Для глухих, глухонемых и слабослышащих людей действует «112 SMS-сервис», который позволяет отправить SMS-сообщение в Систему-112 для его дальнейшей обработки и доставки в службы экстренного реагирования.

Дети и Служба спасения «112»

Хотелось бы обратить внимание родителей на правила, которым нужно научить Ваших детей, чтобы они как можно быстрее могли получить помощь при обращении на номер «112»:

1. Позаботьтесь о том, чтобы Ваш ребенок смог назвать свое имя, имена родителей, домашний адрес и номер домашнего телефона (если есть).
2. Сообщите детям место Вашей работы и номер рабочего телефона (или телефона для связи с Вами).
3. Объясните ребенку, в каких случаях нужно звонить в «112».
4. Научите детей не бояться звонить в «112», если у них возникнут сомнения, звонить или не звонить в случае опасности.
5. Объясните ребенку, что звонить на «112» ради шутки, категорически запрещено.

### **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №23**

**Подготовить доклад на тему «Источники опасности в сварочном производстве»**

**Цель**

- Ознакомить слушателей с основными источниками опасности в сварочном производстве.

**Задачи**

- Определить вредные и опасные производственные факторы при сварочных работах.
- Классифицировать источники опасности в сварочном производстве.
- Рассмотреть меры защиты и профилактики, направленные на предотвращение несчастных случаев и профессиональных заболеваний при сварочных работах.

### **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №24**

**Подготовить презентацию на тему «Техника безопасности при проведении сварочных работ»**

**Подготовить обзорную статью об индивидуальных средствах защиты, при пожаре.**

**Презентация “Техника безопасности при проведении сварочных работ”**

**Цель:**

- Ознакомить слушателей с основными требованиями техники безопасности при проведении сварочных работ.

**Задачи:**

- Рассмотреть опасные и вредные факторы, возникающие при сварочных работах.
- Изучить средства индивидуальной защиты сварщика.
- Описать основные правила безопасного проведения сварочных работ.
- Рассмотреть порядок действий при возникновении аварийных ситуаций.

**Обзорная статья “Индивидуальные средства защиты при пожаре”**

**Цель:**

- Ознакомить читателей с видами и назначением индивидуальных средств защиты, используемых при пожаре.

**Задачи:**

- Классифицировать индивидуальные средства защиты при пожаре.
- Описать принцип действия и правила использования различных видов индивидуальных средств защиты при пожаре.
- Дать рекомендации по выбору и применению индивидуальных средств защиты при пожаре.

### **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №25**

**Подготовить сообщение по теме «Размещение и быт военнослужащих».**

Доклад подготовить в рабочей тетради на 4 страницах.

## ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №26

**Разработать презентацию по правилам безопасного поведения при пожарах на производстве**

**Задание практического занятия:**

Презентацию разработать согласно ГОСТ 12.1.004—91, пожарная безопасность - это состояние объекта, при котором исключается возможность пожара, а в случае его возникновения предотвращается воздействие на людей опасных факторов пожара и обеспечивается защита материальных ценностей. Техника пожарной безопасности - система организационных и технических мероприятий и средств, обеспечивающих пожарную безопасность.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

#### Основные печатные издания

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2022. – 368 с.
2. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник 10-11 класс. – М.: Издательство «Просвещение», 2022. – 253 с.

#### Электронные издания

1. <http://www.mvd.ru> сайт МВД РФ
2. <http://www.mil.ru> сайт Министерство обороны Российской Федерации
3. <http://www.fsb.ru> сайт ФСБ РФ
4. <http://www.mchs.gov.ru> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)
5. <http://www.minzdrav.gov.ru> Министерство здравоохранения Российской Федерации
6. <http://www.rostrud.gov.ru> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)
7. <http://www.rosпотребнадзор.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)
8. <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
9. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
10. <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
11. <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
12. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
13. <http://www.school-obz.org/> Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности
14. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях
15. <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям
16. <http://www.consultant.ru> Справочная правовая система «Консультант Плюс»
17. <http://www.garant.ru> Справочная правовая система «Гарант»
18. <http://www.safety.ru> ОАО НТЦ «Промышленная безопасность».
19. <http://www.mspsng.org> Межгосударственный совет по промышленной безопасности
20. <http://www.ilo.org> Международная организация труда (МОТ)
21. <http://www.edu.ru> Федеральный портал «Российское образование»
22. <http://ru.wikipedia.org> Энциклопедия Википедия

#### Дополнительные источники

1. Алексеев С.В., Данченко С.П., Костецкая Г.А., Ладнов С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: базовый уровень. – М.: Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ, 2021. – 414 с.



2. Ким С.В., Горский В. А. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: базовый уровень. – М.: Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ, 2022. – 400 с. Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Базовый уровень. – М.: ДРОФА, 2020. – 256 с.
3. Фролов М.П., Шолох В.П., Юрьева М.В., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень). 10 класс / Под ред. Воробьева Ю.Л. – М.: АСТ. 2019. – 268 с.
4. Алексеев С.В., Данченко С.П., Костецкая Г.А., Ладнов С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: базовый уровень. – М.: Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ, 2021. – 416 с.
5. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (базовый уровень). 10-11 классы. / Под ред. Смирнова А.Т. – М.: Издательство «Просвещение», 2019 – 272 с.
6. Безопасность жизнедеятельности. Практикум [Электронный ресурс]: учебное пособие / [В. А. Бондаренко [и др.]. – Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2019. – 150 с. <https://new.znaniium.com/catalog/product/995045>
7. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях [Электронный ресурс]: учебник для использования в учебном процессе образовательных учреждений, реализующих программы СПО / [В. А. Бондаренко [и др.]. – 2-е изд. – Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2019. – 224 с. <https://new.znaniium.com/catalog/product/972438>
8. Мурашова К., Кривец Н. Игра-тренажер «Экзамен для подростков». – М.: Дискурс, 2020. – 160 с.
9. Кагермазова Л.Ц. Возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие
10. Барышков В.П., Гунибский М.Ш., Рыбаков О.Ю. Конфликтология: учебное пособие для специалистов. – М.: Проспект, 2021. – 336 с.
11. Бочарова, Н. И. Педагогика дополнительного образования. Обучение выживанию: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 174 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-08521-1. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454510>
12. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / В. С. Долгов. – Санкт-Петербург: Лань, 2020. – 188 с. – ISBN 978-5-8114-3928-7. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/133903>
13. Охрана труда: учебно-методическое пособие / Т. С. Иванова, Е. Ю. Гузенко, Ю. Л. Курганский [и др.]. - Волгоград: ФГБОУ ВО Волгоградский ГАУ, 2019. - 88 с. - Текст: электронный. - URL: <https://znaniium.com/catalog/product/1087921> (дата обращения: 11.07.2021). – Режим доступа: по подписке.
14. Экстренная допсихологическая помощь: практическое пособие
15. Оказание первой помощи пострадавшим: памятка ГУМЧС России