

Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение «Кунгурский автотранспортный колледж»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

по учебной дисциплине

ОП. 04Безопасность жизнедеятельности

по профессии:

23.01.03 Автомеханик

2019

Одобрено на заседании
Комиссии профессиональных циклов направления
«Техническое обслуживание и ремонт
автомобильного транспорта»
Протокол № 1 от «20» 08 2019 г.

Председатель комиссии:
Попова / Е.А. Попова

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора

Цыганов / М.Г. Цыганов

Составитель: Киселев Е.С., преподаватель ГБПОУ КАТК

СОДЕРЖАНИЕ

1 Пояснительная записка	4
2 Перечень практических работ ОП. 04 Безопасность жизнедеятельности	7
3 Инструктивно-методические указания по выполнению практических работ	8
4 Используемая литература и интернет источники	20

1 Пояснительная записка

Данные методические рекомендации составлены в соответствии с содержанием рабочей программы ОП. 06 Безопасность жизнедеятельности профессии 23.01.03 Автомеханик

УД ОП. 04 Безопасность жизнедеятельности специальности изучается в течение I семестра. Общий объем времени, отведенный на практические занятия по УД ОП. 04 Безопасность жизнедеятельности, составляет в соответствии с учебным планом и рабочей программой – 26 часов.

Практические работы проводятся после изучения соответствующих разделов и тем УД ОП. 04 Безопасность жизнедеятельности. Выполнение обучающимися практических работ позволяет им понять, где и когда изучаемые теоретические положения и практические умения могут быть использованы в будущей практической деятельности.

В результате выполнения практических работ, предусмотренных программой по УДОП. 04, обучающийся должен:

уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работников и населения от негативных воздействий ЧС;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от ОМП;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне ВУС;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения в повседневной деятельности и экстремальных ситуациях военной службы;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

знать:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при ЧС техногенного характера и стихийных бедствиях, в том числе в условиях противодействия терроризму - 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;
- структуру и задачи Гражданской обороны;
- способы защиты населения от ОМП;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожаре;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу, порядок добровольного поступления на военную службу;
- основные виды вооружения и военной техники, состоящие на вооружении воинских частей, в которых имеются ВУС, родственные специальностям СПО;
- область применения полученных профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим.

Вышеперечисленные умения, знания и практический опыт направлены на формирование следующих профессиональных и общих компетенций обучающихся:

ОК01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 2 Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 3 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 4 Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 5 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

ОК 7 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 8 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 9 Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.

2. Перечень практических работ УДОП. 06 Безопасность жизнедеятельности.

Название практических работ	Количество часов
Раздел 1. Чрезвычайные ситуации.	
Практическая работа №1 Основные источники ЧС мирного и военного времени.	4
Практическая работа №2. Общие понятия об устойчивости объектов экономики.	2
Практическая работа № 3. Основные задачи МЧС России в области гражданской обороны.	2
Практическая работа №4Гражданская оборона, ее структура и задачи по защите населения от опасностей,возникающих при ведении военных действий.	2
Практическая работа № 5. Применение средств индивидуальной защиты в ЧС.	2
Раздел 2. Основы военной службы (для юношей)	
Практическая работа № 6 Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны РФ.Виды Вооруженных Сил, рода войск и их предназначение Функции и основные задачи современных ВС РФ.	2
Практическая работа № 7 Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащего. Правовые основы военной службы. Права и свободы военнослужащего.	2
Практическая работа № 8 . Воинская дисциплина, ее сущность и	2

значение. Уголовная ответственность за преступление против военной службы.	
Практическая работа № 9 Основное вооружение военнослужащего и порядок обращения с ним. Разборка-сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина.	2
Практическая работа № 10 Основное вооружение военнослужащего и порядок обращения с ним. Разборка-сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина.	2
Практическая работа № 11 Основное вооружение военнослужащего и порядок обращения с ним. Разборка-сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина.	2
Практическая работа № 12 Основное вооружение военнослужащего и порядок обращения с ним. Разборка-сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина.	2
Практическая работа № 13 Строевая подготовка. Выполнение строевых приемов без оружия.	2
Практическая работа № 14 Строевая подготовка. Выполнение строевых приемов без оружия.	2
Практическая работа № 15 Строевая подготовка. Выполнение строевых приемов без оружия.	2
Практическая работа № 16 Строевая подготовка. Выполнение строевых приемов без оружия.	2
Практическая работа № 17 . Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части - символ воинской чести. Ордена и медали – почетные награды за воинские отличия, заслуги в бою и военной службе.	2
Практическая работа № 18 Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.	2
Раздел 3. Основы медицинских знаний <i>(для девушек)</i>	
Практическая работа № 6 Оказание первой помощи пострадавшим. Первая помощь при ранениях.	2
Практическая работа № 7 Оказание первой помощи при ушибах, переломах, вывихах, растяжении связок и синдроме длительного сдавливания.	2
Практическая работа № 8 Первая помощь при ожогах.	2
Практическая работа № 9 Первая помощь при поражении электрическим током.	2
Практическая работа № 10 Первая помощь при утоплении.	2
Практическая работа № 11 Первая помощь при перегревании, переохлаждении организма, обморожении и общем замерзании.	2
Практическая работа № 12 Инфекционные болезни и их профилактика.	2
Практическая работа № 13 Лечение и профилактика болезней передаваемых половым путем.	2
Практическая работа № 14 Остановка кровотечения. Наложение различных видов повязок.	2
Практическая работа № 15 Остановка кровотечения. Наложение различных видов повязок.	2
Практическая работа № 16 Оказание первой помощи при потере сознания. Проведение сердечно-легочной реанимации.	2

Практическая работа № 17 Оказание первой помощи при потере сознания. Проведение сердечно-легочной реанимации.	2
Практическая работа № 18 Оказание первой помощи при потере сознания. Проведение сердечно-легочной реанимации.	2
Итого: 40 часов для юношей и 40 часов для девушек.	

3 Инструктивно-методические указания по выполнению практических работ

Практическое занятие №1

1. Изучение основные источники ЧС мирного и военного времени.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы :Ознакомиться с источниками ЧС мирного и военного времени
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение:
В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014
6. Задание: Изучить основные источники ЧС природного характера. Изучить основные источники ЧС техногенного характера. Изучить основные источники ЧС военного времени.
7. Контрольные вопросы :
 1. Источники ЧС природного характера и их характеристики?
 2. Источники ЧС техногенного характера и их характеристики?
 3. Источники ЧС военного времени и их характеристика?
 4. Как влияют ЧС природного характера на жизнедеятельность человека?
 5. Как влияют ЧС техногенного характера на жизнедеятельность человека?
 6. Как влияют ЧС военного времени характера на жизнедеятельность человека?

Практическое занятие №2

1. Общие понятия об устойчивости функционирования объектов экономики.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с деятельностью по повышению устойчивости функционирования объектов экономики.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение:
В.Ю.Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014
6. Задание: Изучить основные понятия по повышению устойчивости функционирования объектов экономики.
7. Контрольные вопросы :
 1. Дайте понятие повышение устойчивости функционирования объекта экономики?
 2. Каков порядок действий по повышению устойчивости функционирования объекта экономики?
 3. Какие мероприятия по предупреждению и снижению ущерба и потерь должны разрабатываться и осуществляться заблаговременно.
 4. Какие мероприятия должны разрабатываться и планироваться с учетом экономических, природных и иных особенностей территории и степени реальной опасности последствий ЧС.

5. Какие мероприятия должны осуществляться силами и средствами органов исполнительной власти, на территории которых сложилась ЧС?

Практическое занятие №3

1. Основные задачи МЧС России в области гражданской обороны.
 2. Продолжительность проведения – 2 часа
 3. Цель практической работы :Ознакомиться с основными задачами МЧС России в области гражданской обороны.
 4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор.
 5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014
 6. Задание: Изучить основные задачи МЧС России в области гражданской обороны.
7. Контрольные вопросы :
1. Перечислите задачи МЧС России в области гражданской обороны.
 2. Дайте понятие РСЧС?
 3. Структура РСЧС?
 4. Задачи РСЧС?

Практическое занятие №4

1. Гражданская оборона, ее структура и задачи по защите населения от опасностей,возникающих при ведении военных действий.
 2. Продолжительность проведения – 2 часа
 3. Цель практической работы :Ознакомитьсясо структурой и задачами Гражданской обороны.
 4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
 5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014
 6. Задание: Изучить структуру и задачи гражданской обороны во время ведения военных действий или в следствие этих действий.
7. Контрольные вопросы :
1. Перечислить средства массового поражения и их основные характеристики?
 2. Дайте понятие «Гражданская оборона».
 3. Перечислите задачи в области гражданской обороны.
 4. Структура Гражданской обороны.
 5. Силы и средства привлекаемые для решения задач в области Гражданской обороны.

Практическое занятие №5

1. Применение средств индивидуальной защиты.
 2. Продолжительность проведения – 2 часа
 3. Цель практической работы :Ознакомитьсясо средствами индивидуальной защиты и их предназначением.
 4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
 5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014
 6. Задание: Изучить виды и предназначение средств индивидуальной защиты. Подбор средств индивидуальной защиты по размету.
7. Контрольные вопросы :

1. Виды средств защиты органов дыхания.
2. Виды средств защиты кожи.
3. Подбор противогаза ГП-5 по размеру. Составление таблицы с подбором размера противогаза по сделанным замерам головы 5 студентов группы по списку.
4. Подбор костюма Л-1 по размеру. Составление таблицы с подбором размера Л-1 по сделанным замерам роста 5 студентов группы по списку.
5. Подбор костюма ОЗК по размеру. Составление таблицы с подбором размера ОЗК по сделанным замерам роста и размера обуви 5 студентов группы по списку.

Для юношей.

Практическая работа № 6

1. Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны РФ. Виды Вооруженных Сил, рода войск и их предназначение. Функции и основные задачи современных ВС РФ.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с предназначением Вооруженных Сил Российской Федерации. Ознакомиться с видами Вооруженных Сил, родами войск и их предназначением функциями и основные задачи современных ВС РФ.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014
6. Задание: Ознакомиться с предназначением Вооруженных Сил Российской Федерации. Ознакомиться с видами Вооруженных Сил, родами войск и их предназначением функциями и основные задачи современных ВС РФ.
7. Контрольные вопросы :
 1. Дать понятие Вооруженных Сил РФ.
 2. Предназначение Вооруженных Сил РФ.
 3. Виды Вооруженных Сил РФ и их предназначение.
 4. Рода войск ВС РФ и их предназначение.
 5. Войска не входящие в виды и рода ВС РФ и их предназначение.

Практическая работа № 7

1. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащего. Правовые основы военной службы. Права и свободы военнослужащего.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с общими, должностными и специальными обязанностями. Ознакомиться с правовыми основами военной службы. Ознакомиться с правами и свободами военнослужащего.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

- 5 Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014
- 6 Задание: Ознакомиться с общими, должностными и специальными обязанностями. Ознакомиться с правовыми основами военной службы. Ознакомиться с правами и свободами военнослужащего.
- 7 Контрольные вопросы :
 1. Общие обязанности военнослужащего.
 2. Должностные обязанности военнослужащего.
 3. Специальные обязанности военнослужащего.
 4. Правовые основы военной службы.
 5. Права и свободы военнослужащего.

Практическая работа № 8 .

1. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Уголовная ответственность за преступления против военной службы.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с воинской дисциплиной, её сущностью и значением. Ознакомиться с уголовной ответственностью за преступления против военной службы.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014
6. Задание:Ознакомиться с воинской дисциплиной, её сущностью и значением. Ознакомиться с уголовной ответственностью за преступления против военной службы.
7. Контрольные вопросы :
 1. Дать понятие воинской дисциплины.
 2. Сущность воинской дисциплины.
 3. Значение воинской дисциплины.
 4. Уголовная ответственность за преступления против военной службы.

Практическая работа № 9.

1. Основное вооружение военнослужащего и порядок обращения с ним. Разборка-сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с вооружением военнослужащего и порядке обращения с ним. Ознакомиться с порядком разборки-сборки автомата Калашникова и снаряжением магазина.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014, Наставление «Организация огневой подготовки в ВС РФ»

6. Задание: Ознакомиться с вооружением военнослужащего и порядке обращения с ним. Ознакомиться с порядком разборки-сборки автомата Калашникова и снаряжением магазина.

7. Контрольные вопросы :

1. Вооружение Военнослужащего.
2. Порядок обращения с огнестрельным оружием.
3. Перечислить составные части АК-74?
4. Порядок проведения неполной разборки АК-74?
5. Назначение и применение АК-74 в бою?

Практическая работа № 10.

1. Основное вооружение военнослужащего и порядок обращения с ним. Разборка-сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина.

2. Продолжительность проведения – 2 часа

3. Цель практической работы : Ознакомиться с вооружением военнослужащего и порядке обращения с ним. Ознакомиться с порядком разборки-сборки автомата Калашникова и снаряжением магазина.

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014, Наставление «Организация огневой подготовки в ВС РФ»

6. Задание: Ознакомиться с вооружением военнослужащего и порядке обращения с ним. Ознакомиться с порядком разборки-сборки автомата Калашникова и снаряжением магазина.

7. Контрольные вопросы :

1. Вооружение Военнослужащего.
2. Порядок обращения с огнестрельным оружием.
3. Перечислить составные части АК-74?
4. Порядок проведения неполной разборки АК-74?
5. Назначение и применение АК-74 в бою?

Практическая работа № 11.

1. Основное вооружение военнослужащего и порядок обращения с ним. Разборка-сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина.

2. Продолжительность проведения – 2 часа

3. Цель практической работы : Ознакомиться с вооружением военнослужащего и порядке обращения с ним. Ознакомиться с порядком разборки-сборки автомата Калашникова и снаряжением магазина.

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014, Наставление «Организация огневой подготовки в ВС РФ»

6. Задание: Ознакомиться с вооружением военнослужащего и порядке обращения с ним. Ознакомиться с порядком разборки-сборки автомата Калашникова и снаряжением магазина.

7. Контрольные вопросы :

1. Вооружение Военнослужащего.
2. Порядок обращения с огнестрельным оружием.
3. Перечислить составные части АК-74?
4. Порядок проведения неполной разборки АК-74?
5. Назначение и применение АК-74 в бою?

Практическая работа № 12.

1. Основное вооружение военнослужащего и порядок обращения с ним. Разборка-сборка автомата Калашникова, снаряжение магазина.

2. Продолжительность проведения – 2 часа

3. Цель практической работы : Ознакомиться с вооружением военнослужащего и порядке обращения с ним. Ознакомиться с порядком разборки-сборки автомата Калашникова и снаряжением магазина.

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014, Наставление «Организация огневой подготовки в ВС РФ»

6. Задание: Ознакомиться с вооружением военнослужащего и порядке обращения с ним. Ознакомиться с порядком разборки-сборки автомата Калашникова и снаряжением магазина.

7. Контрольные вопросы :

1. Вооружение Военнослужащего.
2. Порядок обращения с огнестрельным оружием.
3. Перечислить составные части АК-74?
4. Порядок проведения неполной разборки АК-74?
5. Назначение и применение АК-74 в бою?

Практическая работа № 13

1. Строевая подготовка. Выполнение строевых приемов без оружия.

2. Продолжительность проведения – 2 часа

3. Цель практической работы : Ознакомиться с понятиями строевой подготовки. Ознакомиться со строевыми приемами без оружия.

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014, Строевой устав ВС РФ.

6. Задание: Ознакомиться с понятиями строевой подготовки. Ознакомиться со строевыми приемами без оружия.

7.Контрольные вопросы :

1. Понятия строевой подготовки: строй, ряд, шеренга, виды строя.
2. Практическое выполнение строевых приемов без оружия.

Практическая работа № 14

1. Строевая подготовка. Выполнение строевых приемов без оружия.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с понятиями строевой подготовки. Ознакомиться со строевыми приемами без оружия.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014, Строекой устав ВС РФ.
6. Задание: Ознакомиться с понятиями строевой подготовки. Ознакомиться со строевыми приемами без оружия.

7.Контрольные вопросы :

1. Понятия строевой подготовки: строй, ряд, шеренга, виды строя.
2. Практическое выполнение строевых приемов без оружия

Практическая работа № 15

1. Строевая подготовка. Выполнение строевых приемов без оружия.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с понятиями строевой подготовки. Ознакомиться со строевыми приемами без оружия.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014, Строекой устав ВС РФ.
6. Задание: Ознакомиться с понятиями строевой подготовки. Ознакомиться со строевыми приемами без оружия.

7.Контрольные вопросы :

1. Практическое выполнение строевых приемов без оружия

Практическая работа № 16

- 1 Строевая подготовка. Выполнение строевых приемов без оружия.
3. Продолжительность проведения – 2 часа
4. Цель практической работы : Ознакомиться с понятиями строевой подготовки. Ознакомиться со строевыми приемами без оружия.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014, Строекой устав ВС РФ.

6. Задание: Ознакомиться с понятиями строевой подготовки. Ознакомиться со строевыми приемами без оружия.

7.Контрольные вопросы :

1. Практическое выполнение строевых приемов без оружия

Практическая работа № 17

1. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части - символ воинской чести. Ордена и медали – почетные награды за воинские отличия, заслуги в бою и военной службе.

2. Продолжительность проведения – 2 часа

3. Цель практической работы : Ознакомиться с символами воинской чести. Ознакомиться с наградной системой Российской Федерации, её историей и видами наград за заслуги в бою и военной службе.

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.

6. Задание: Ознакомиться с символами воинской чести. Ознакомиться с наградной системой Российской Федерации, её историей и видами наград за заслуги в бою и военной службе.

7.Контрольные вопросы :

1. Символы воинской чести.

2. Боевое знамя-символ воинской чести.

3. История наградной системы России.

4. Ордена и медали вручаемые за заслуги в бою и военной службе.

Практическая работа № 18

1. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.

2. Продолжительность проведения – 2 часа

3. Цель практической работы : Ознакомиться с понятием патриотизм и верность воинскому долгу- основные качества защитника Отечества.

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.

6. Задание: Ознакомиться с понятием патриотизм и верность воинскому долгу- основные качества защитника Отечества.

7. Контрольные вопросы :

1. Дать понятие патриотизм.

2. Основные качества необходимые военнослужащему- защитнику Отечества.

Для девушек.

Практическая работа № 6

1. Оказание первой помощи пострадавшим. Первая помощь при ранениях.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с понятием первой помощи. Ознакомиться с порядком оказания первой помощи при ранениях.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.
6. Задание: Ознакомиться с понятием первой помощи. Ознакомиться с порядком оказания первой помощи при ранениях.
7. Контрольные вопросы :
 1. Когда оказывается первая помощь?
 2. Кто имеет право оказывать первую помощь.
 3. Каков порядок оказания первой помощи.
 4. Оказание первой помощи при ранении.

Практическая работа № 7

1. Оказание первой помощи при ушибах, переломах, вывихах, растяжении связок и синдроме длительного сдавливания.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при ушибах, переломах, вывихах, растяжении связок и синдроме сдавливания.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.
6. Задание: Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при ушибах, переломах, вывихах, растяжении связок и синдроме сдавливания.
7. Контрольные вопросы :
 1. Первая помощь при ушибах.
 2. Первая помощь при переломах.
 3. Первая помощь при вывихах.
 4. Первая помощь при растяжении связок.
 5. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.

Практическая работа № 8

1. Первая помощь при ожогах
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при ожогах

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.
6. Задание: Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при ожогах.
7. Контрольные вопросы :
 1. Виды ожогов.
 2. Степени ожогов.
 3. Первая помощь при химическом ожоге.
 4. Первая помощь при щелочном ожоге.
 5. Первая помощь при термическом ожоге.

Практическая работа № 9

1. Первая помощь при поражении электрическим током.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при поражении электрическим током.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.
6. Задание: Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при поражении электрическим током.
7. Контрольные вопросы :
 1. Дайте понятие электрического тока.
 2. Виды электротравм.
 3. Оказание первой помощи при поражении электротоком.

Практическая работа № 10

1. Первая помощь при утоплении.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при утоплении.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.
6. Задание: Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при утоплении.
7. Контрольные вопросы :
 1. Виды утопления.
 2. Оказание первой помощи при утоплении различных видов.

Практическая работа № 11

1. Первая помощь при перегревании, переохлаждении организма, обморожении и общем замерзании.

2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при перегревании, переохлаждении организма, обморожении и общем замерзании.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.
6. Задание: Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при перегревании, переохлаждении организма, обморожении и общем замерзании.
7. Контрольные вопросы :
 1. Первая помощь при перегревании.
 2. Оказание первой помощи при переохлаждении.
 3. Первая помощь при общем замерзании.

Практическая работа № 12

1. Инфекционные болезни и их профилактика.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с инфекционными болезнями и их профилактикой.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.
6. Задание: Ознакомиться с инфекционными болезнями и их профилактикой.
7. Контрольные вопросы :
 1. Виды инфекционных болезней.
 2. Профилактика инфекционных болезней.

Практическая работа № 13

1. Лечение и профилактика болезней передаваемых половым путем.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с лечением и профилактикой болезней передаваемых половым путем.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.
6. Задание: Ознакомиться с лечением и профилактикой болезней передаваемых половым путем.
7. Контрольные вопросы :
 1. Виды болезней передаваемых половым путем.
 2. Лечение болезней передаваемых половым путем.
 3. Профилактика болезней передаваемых половым путем.

Практическая работа № 14

1. Остановка кровотечения. Наложение различных видов повязок.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с видами остановки кровотечения. Ознакомиться с правилами наложения различных видов повязок.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.

6. Задание: Ознакомиться с видами остановки кровотечения. Ознакомиться с правилами наложения различных видов повязок.

7. Контрольные вопросы :

1. Виды остановки различных видов кровотечений
2. Виды повязок.
3. Применение на практике наложения различных видов повязок.

Практическая работа № 15

1. Остановка кровотечения. Наложение различных видов повязок.

2. Продолжительность проведения – 2 часа

3. Цель практической работы : Ознакомиться с видами остановки кровотечения. Ознакомиться с правилами наложения различных видов повязок.

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.

6. Задание: Ознакомиться с видами остановки кровотечения. Ознакомиться с правилами наложения различных видов повязок.

7. Контрольные вопросы :

1. Применение на практике наложения различных видов повязок.

Практическая работа № 16

1. Оказание первой помощи при потере сознания. Проведение сердечно-легочной реанимации.

2. Продолжительность проведения – 2 часа

3. Цель практической работы : Ознакомиться с оказанием помощи при потере сознания. Ознакомиться с правилами проведения сердечно-лёгочной реанимации.

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.

6. Задание: Ознакомиться с оказанием помощи при потере сознания. Ознакомиться с правилами проведения сердечно-лёгочной реанимации.

7. Контрольные вопросы :

1. Правила оказания первой помощи при потере сознания.
2. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации.
3. Проведение на практике сердечно-лёгочной реанимации.

Практическая работа № 17

1. Оказание первой помощи при потере сознания. Проведение сердечно-легочной реанимации.

2. Продолжительность проведения – 2 часа

3. Цель практической работы : Ознакомиться с оказанием помощи при потере сознания. Ознакомиться с правилами проведения сердечно-лёгочной реанимации.

4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.

5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.

6. Задание: Ознакомиться с оказанием помощи при потере сознания. Ознакомиться с правилами проведения сердечно-лёгочной реанимации.
7. Контрольные вопросы :
1. Проведение на практике сердечно-лёгочной реанимации.

Практическая работа № 18

1. Оказание первой помощи при потере сознания. Проведение сердечно-легочной реанимации.
2. Продолжительность проведения – 2 часа
3. Цель практической работы : Ознакомиться с оказанием помощи при потере сознания. Ознакомиться с правилами проведения сердечно-лёгочной реанимации.
4. Материалы, оборудование, программное обеспечение: компьютер, проектор, раздаточный материал.
5. Краткие теоретические сведения. Литература, информационное обеспечение: В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности- М.: КНОРУС, 2014.
6. Задание: Ознакомиться с оказанием помощи при потере сознания. Ознакомиться с правилами проведения сердечно-лёгочной реанимации.
7. Контрольные вопросы :
1. Проведение на практике сердечно-лёгочной реанимации.

4 Используемая литература и интернет источники

1. Айзман Р. И., Омельченко И. В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.
 2. Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. — М., 2012.
 3. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
 4. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
 5. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
 6. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности.
 7. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2013.
 8. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.
 9. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
 10. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
 11. Микрюков В. Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.
 12. Микрюков В. Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014.
 13. Микрюков В. Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России. — М., 2013.
- Интернет-ресурсы
14. www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).
 15. www.mvd.ru (сайт МВД РФ).
 16. www.mil.ru (сайт Минобороны).
 17. www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
 18. www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).
 19. www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).
 20. www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

21. [www. window. edu. ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
22. [www. iprbookshop. ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
23. [www. school. edu. ru/default. asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
24. [www. ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
25. [www. pobediteli. ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
26. [www. monino. ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
27. [www. simvolika. rsl. ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).
28. [www. militera. lib. ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).