

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
для обучающихся по выполнению
практических аудиторных работ
по дисциплине

**БД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Укрупненная группа: 38.00.00 ЭКОНОМИКА И УПРАВЛЕНИЕ
Специальность: 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по
отраслям)»
(базовый уровень подготовки)

Квалификация: бухгалтер

Форма обучения: очная

**Южно-Сахалинск
2020**

УТВЕРЖДАЮ:

Зам. директора по НМР

 Е.Н. Ермолаева

«22» 05 2020 г.

Разработчик: Никитин Ю.В., преподаватель

Одобрено на заседании ПЦК

дисциплин физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Протокол № 9 от «21» 05 2020 г.

Председатель ПЦК


_____ Табунщик Н.В.

Содержание

Пояснительная записка	4
Перечень практических занятий	5
Практическое занятие №1	6
Практическое занятие №2	8
Практическое занятие №3	10
Практическое занятие №4	12
Практическое занятие №5	16
Практическое занятие №6	17
Практическое занятие №7	18
Практическое занятие №8	21
Рекомендуемая литература	22

Пояснительная записка

Для приобретения практических навыков и повышения уровня знаний программой предусмотрено выполнение практических работ, на которых формируются умения работать с различными источниками информации - статистическими материалами, практико-ориентированные задания, проектная деятельность обучающихся.

Практические работы по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» выполняются обучающимися после изучения ими соответствующих тем лекционного курса данной учебной дисциплины в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины и календарно-тематическим планом.

Цель проведения данных работ - закрепление обучающимися знаний, умений и навыков, приобретенных ими при изучении соответствующего учебного материала.

В рамках данной дисциплины на практических занятиях формируются и закрепляются следующие навыки, заложенные в стандарт на уровне **«уметь»**: организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.

Выполнение практических заданий направлено на формирование общеучебных умений, умений практической и познавательной деятельности, реализацию выполнения требований к уровню подготовки выпускников, успешную адаптацию к социальной реальности, профессиональной деятельности.

Практические занятия повышают качество знаний, их глубину. Конкретность, оперативность, значительно усиливают интерес к изучению дисциплины, помогают обучающимся полнее осознать практическую значимость, исполнению общегражданских ролей.

Работы выполняются в соответствии с заданием к каждому практическому заданию. По результатам работы обучающимися составляется отчеты или различного вида письменные работы. Все практические занятия

оцениваются преподавателем, и оценки выставляются в журнал. В случае отсутствия обучающегося на практическом занятии или неудовлетворительной оценке, работы дополнительно отрабатываются.

Перечень практических занятий

№ п/п	Тема	Название	Страницы в РПУД	Часы
1.	1.2. Здоровье и здоровый образ жизни.	Составление индивидуальных программ ЗОЖ.	12	2
2.	1.9. Правила и безопасность дорожного движения.	Составление структурной схемы по ПДД «Безопасный маршрут».	13	2
3.	2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	Отработка техники моделей поведения эвакуационных действий при ЧС.	16	2
4.	2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.	Отработка техники моделей поведения при захвате в качестве заложника.	16	2
5.	3.12. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Экскурсия в музейно-мемориальный комплекс «Победа» ГО «Город Южно-Сахалинск».	19	2
6.	3.12. Ритуалы Вооруженных Сил	Экскурсия в исторический парк	19	2

	Российской Федерации.	«Россия - моя история» ГО «Город Южно-Сахалинск».		
7.	4.1. Понятие первой помощи.	Отработка техники освоения основных приемов оказания первой помощи при травмирующих повреждениях.	20	2
8.	4.1. Понятие первой помощи.	Отработка техники освоения основных приемов оказания первой помощи при неотложных состояниях.	20	2
	ИТОГО ЧАСОВ:			20

Практическое занятие №1

Тема: Составление индивидуальных программ формирования ЗОЖ.

Цель: формирование потребности сохранения и укрепление здоровье студентов средствами физической культуры.

Задачи:

1. Подготовка здорового, физически развитого человека.
2. Поиск эффективных путей формирования потребности в здоровом образе жизни учащихся средствами физической культуры.
3. Определение средств и методов в мотивации процесса формирования потребности здорового образа жизни у школьников средствами физической культуры.
4. Определение ожидаемых результатов.

Задание: отработать навыки составления индивидуальных программ формирования ЗОЖ.

Время выполнения: 01:30.

Оборудование:

1. Методические указания для выполнения практического занятия.
2. Плакаты «Основы ЗОЖ»
3. Тетрадь для практических занятий.
4. Учебник под редакцией Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: Академия. 2019. 316 с.

Порядок выполнения работы:

1. Повторите по учебнику под редакцией Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: Академия. 2019. 316 с.: тему «Здоровый образ жизни» С. 20-25.
2. Выполните следующие задания:

Задание 1. Повторить теоретический материал. Ответить на вопросы (устно):

1. Цель ЗОЖ?
2. Какими факторами определяется ЗОЖ?
3. Цели и задачи программы индивидуального формирования ЗОЖ.
4. Основные направления деятельности при составлении индивидуальных программ ЗОЖ.
5. Мероприятия для реализации индивидуальных программ ЗОЖ.

Задание 2. Составить индивидуальную программу, с учетом своих данных.

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если выполнены правильно и в полном объеме задания.

Оценка «4» ставится, если задания в основном выполнены правильно и в достаточном объеме, с незначительными фактическими ошибками.

Оценка «3» ставится, если выполнены задания с недочетами или правильно и в полном объеме, с дополнительной информацией.

Оценка «2» ставится, если задание не выполнено.

Контроль и оценка осуществляется преподавателем в ходе выполнения практических манипуляций, таблицы и ответы на вопросы проверяются в письменном виде.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбирается обучающимися самостоятельно в соответствии с темой.

Практическое занятие №2

Тема: Составление структурной схемы по ПДД «Безопасный маршрут.

Цель: объяснить все возможные опасности при движении пешеходов, велосипедистов и автомобилей в тёмное время суток. Научиться решать дорожные задачи.

Оборудование:

1. Методические указания для выполнения практического занятия.
2. Плакаты «Основы ПДД»
3. Тетрадь для практических занятий.
4. Учебник под редакцией Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: Академия. 2019. 316 с.

Время выполнения: 01:30.

Рекомендации к практической работе:

Видеть и быть видимым – два самых важных принципа для того, кто идёт и едет по дороге в тёмное время суток. В этот период времени у пешеходов, водителей и велосипедистов риск погибнуть в дорожных трагедиях увеличивается в 10 раз, по сравнению со светлым временем. Ночная дорога опасна и полна неожиданностей. Малое количество автомобилей и пешеходов расхолаживает и располагает к быстрой езде. Главная же опасность ночной дороги – ограниченная видимость.

«Недостаточная видимость» - видимость дороги менее 300 м в условиях тумана, дождя, снегопада и тому подобного, а также в сумерки (ПДД, раздел 1).

Движение пешеходов в тёмное время суток регламентируется теми же правилами, что и в светлое время (вспомнить): в населённых пунктах только по тротуарам и пешеходным дорожкам, за городом - по обочине, навстречу движению, по возможности имея на одежде световозвращающий элемент. Переход через дорогу должен осуществляться по Правилам и с особой осторожностью. Пропустив машину, не надо сразу двигаться вперёд, так как можно не заметить, что грузовой или легковой автомобиль тянет за собой прицеп.

Допускается движение организованных пеших колонн (кроме детей) по проезжей части в тёмное время суток, но только когда сопровождающие с левой стороны имеют включённые фонари спереди – белого цвета, сзади – красного.

Ознакомиться с пунктами 19.1-19.3 ПДД.

Для велосипедиста ночь - самая неблагоприятная пора. Малые габариты велосипеда, неяркая окраска делают его малозаметным на дороге. Если езда по городским освещённым улицам ещё как-то терпима, то за городом, где нет стационарного освещения, ехать становится просто опасно. Не случайно поэтому Правила обязывают велосипедиста включить спереди фару белого цвета, а сзади – фонарь красного цвета (или красный световозвращатель). Все остальные правила движения по ночной дороге формулируются так:

- приборы освещения должны быть в исправном состоянии и их поверхность не загрязнена;
- скорость движения велосипеда должна быть такой, чтобы затормозить в пределах видимости;
- любая остановка или стоянка на неосвещённом участке дороги должна быть только за пределами проезжей части;
- велосипедисты должны одевать по возможности одежду светлых тонов и
- прикреплять к ней световозвращающие элементы.

Контрольные вопросы.

1. Как следует двигаться организованной пешей колонной в тёмное время суток?
2. Что такое ослепление и как его избежать?
3. Что должен сделать водитель при ослеплении?
4. Какие вы знаете правила движения велосипедистов в тёмное время суток?
5. Что означает термин «Недостаточная видимость»?
6. Как должны вести себя пешеходы в тёмное время суток?

Задание: составить структурную схему по ПДД «Безопасный маршрут».

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если выполнены правильно и в полном объеме все три задания.

Оценка «4» ставится, если три задания в основном выполнены правильно и в достаточном объеме, с незначительными фактическими ошибками.

Оценка «3» ставится, если выполнены два задания с недочетами или одно правильно и в полном объеме, с дополнительной информацией.

Оценка «2» ставится, если задание не выполнено.

Контроль и оценка осуществляется преподавателем в ходе выполнения практических манипуляций, таблицы и ответы на вопросы проверяются в письменном виде.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбирается обучающимися самостоятельно в соответствии с темой.

Практическое занятие №3

Тема: Отработка техники моделей поведения эвакуационных действий при ЧС.

Цель: закрепление теоретических знаний по планированию и организации выполнения эвакуационных мероприятий на объекте экономики и приобретение практических умений по эвакуационным мероприятиям.

Задачи:

1. Закрепить знания об эвакуационных мероприятиях.
2. Научиться составлять план оповещения, план эвакуации.

Время выполнения: 01:30.

Оборудование:

1. Методические указания для выполнения практического занятия.
2. Планирование и организация выполнения эвакуационных мероприятий на объекте экономики.
3. Тетрадь для практических работ.
4. Учебник под редакцией Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: Академия. 2019. 316 с.

Задание:

1. Составить план ответа по теме. Информацию взять с электронного ресурса с сайта www.42.mchs.gov.ru/.../bd0dfb6eb1327b9839c9126a43b08e9b.rtf
2. Составление плана оповещения, плана эвакуации.
3. Эвакуация из помещения в различных ситуациях.
4. Предупреждение и ликвидация ЧС, эвакуационные мероприятия.
5. Контрольные вопросы.
6. Литература.

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если выполнены правильно и в полном объеме все три задания.

Оценка «4» ставится, если три задания в основном выполнены правильно и в достаточном объеме, с незначительными фактическими ошибками.

Оценка «3» ставится, если выполнены два задания с недочетами или одно правильно и в полном объеме, с дополнительной информацией.

Оценка «2» ставится, если задание не выполнено.

Контроль и оценка осуществляется преподавателем в ходе выполнения практических манипуляций, таблицы и ответы на вопросы проверяются в письменном виде.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбирается обучающимися самостоятельно в соответствии с темой.

Практическое занятие №4

Тема: Отработка техники моделей поведения при захвате качестве заложника.

Цель: отработка правил личной безопасности.

Время выполнения 01.30.

Рекомендации к практической работе:

Любой чел. век по стечению обстоятельств может оказаться в качестве заложника у преступников. При этом они могут добиваться достижения политических целей, получения выкупа и т.п.

Во всех случаях, Ваша жизнь становится предметом торга для террористов.

Захват может произойти в транспорте, в учреждении, на улице, в квартире.

Если Вы оказались в заложниках, рекомендуем придерживаться следующих

Правила поведения:

- основное правило — не допускайте действия, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- переносите лишения, оскорбления и унижения. Не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;
- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной. Старайтесь не допускать истерик и паники;
- на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;
- если Вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим Вы сократите потерю крови.

Помните - Ваша цель остаться в живых.

Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д.

Помните, что получив сообщение о Вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимые действия по Вашему освобождению.

Во время проведения спецслужбами операции по Вашему освобождению неукоснительно соблюдайте следующие требования:

- лежите по полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
- ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять Вас за преступника;
- если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

Вы можете оказаться в ситуации, когда Вам станет известно о готовящемся или совершенном преступлении, возможно, кто-то знает о готовящемся преступлении против Вас. Как поведете Вы, так, возможно, поведут себя и другие.

Меры безопасности при угрозе проведения террористических актов:

1. Будьте предельно внимательны к окружающим Вас подозрительным предметам. Не прикасайтесь к ним. О данных предметах сообщите компетентным органам.
2. Если Вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она или кто мог ее оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту).
3. Если Вы обнаружили подозрительный предмет в подъезде своего дома – опросите соседей, возможно от принадлежит им. Если владелец не установлен- немедленно сообщите о находке в Ваше отделение милиции.
4. Если Вы обнаружили подозрительный предмет в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации.

Во всех перечисленных случаях:

- не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
- зафиксируйте время обнаружения находки;

- постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы, помните Вы являетесь важным очевидцем.

Помните, внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п.

Родители! Вы отвечаете за жизнь и здоровье Ваших детей.

Разъясните детям, что любой предмет, найденный на улице или в подъезде может представлять опасность.

Еще раз напоминаем:

А) Не предпринимайте самостоятельно никаких действий со взрывными устройствами или предметами, подозрительными на взрывное устройство – это может привести к из взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!

Б) В любой обстановке не паникуйте, не теряйте присутствие духа. О полученной информации сообщите своим соседям, родственникам, при необходимости и возможности, окажите помощь пострадавшим.

В) Если есть возможность, отправьтесь с детьми и престарелыми родственниками на несколько дней на дачу, в деревню, к родственникам за город.

Г) При получении информации об угрозе террористического акта обезопасьте свое жилище:

- уберите пожароопасные предметы – старые запасы красок, лаков, бензина и т.п.;
- уберите с окон горшки с цветами (поставьте их на пол);
- выключите газ, потушите огонь в печках, каминах;
- подготовьте аварийные источники освещения (фонари и т.п.);
- создайте запас медикаментов и 2-3 суточный запас питьевой воды и питания;

- задерните шторы на окнах - это защита Вас от повреждения осколками стекла.

Д) Сложите в сумку необходимые Вам документы, вещи, деньги для случая экстренной эвакуации.

Е) Получив сообщение от представителей властей или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды.

Ж) Если Вы находитесь в квартире, выполните следующие действия:

- возьмите личные документы, деньги и ценности;
- отключите электричество, воду, газ;
- окажите помощь в эвакуации пожилых и тяжело больных людей;
- обязательно закройте входную дверь на замок – это защитит квартиру от возможного проникновения мародеров.

З) Не допускайте паники, истерик и спешки. Помещение покидайте организовано.

И) Возвращение в покинутое помещение осуществляйте только после получения разрешения ответственных лиц.

К) Помните, что от согласованности и четкости Ваших действий будет зависеть жизнь и здоровье многих людей.

Л) По возможности реже пользуйтесь общественным транспортом.

М) Отложите посещение общественных мест.

Н) Окажите психологическую поддержку старым людям, больным, детям.

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если задания выполнены правильно и в полном объеме.

Оценка «4» ставится, если задания в основном выполнены правильно и в достаточном объеме, с незначительными ошибками.

Оценка «3» ставится, если выполнены задания с недочетами или одно правильно и в полном объеме.

Оценка «2» ставится, если задание не выполнено.

Контроль и оценка осуществляется преподавателем в ходе выполнения практических манипуляций.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбирается обучающимися самостоятельно в соответствии с темой.

Практическое занятие №5

Тема: Экскурсия в музейно-мемориальный комплекс «Победа» ГО «Город Южно-Сахалинск».

Цель: знакомство с организацией и работой ММК Победа.

Задание: посетить ММК Победа и составить письменный отчет.

Время выполнения 01.30.

Методические пояснения к составлению отчета.

Необходимые пункты:

1. История создания.
2. Цели и задачи ММК Победа.
3. Состояние здания по бытовому, техническому оборудованию, санитарному состоянию.
4. Правила режим и правила пребывания сотрудников по месту работы.

Сделать вывод (письменно): о значении обустройства ММК Победа для успешного ознакомления граждан города с историей военных действий.

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если отчет составлен полно, по всем пунктам, наглядно оформлен, аккуратно исполнен.

Оценка «4» ставится, если отчет составлен достаточно полно, не менее, чем по двум пунктам, наглядно оформлен, аккуратно исполнен.

Оценка «3» ставится, если отчет составлен очень кратко, не менее, чем по двум – одному пунктам, не имеет наглядности, небрежно исполнен.

Оценка «2» ставится, если задание не выполнено.

Контроль и оценка осуществляется преподавателем в ходе выполнения практических манипуляций, таблицы и ответы на вопросы проверяются в письменном виде.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбирается обучающимися самостоятельно в соответствии с темой.

Практическое занятие №6

Тема: Экскурсия исторический парк «Россия-моя история» ГО «Город Южно-Сахалинск».

Цель: знакомство с организацией и работой исторического парка «Россия-моя история».

Задание: исторический парк «Россия-моя история» и составить письменный отчет.

Время выполнения 01.30.

Методические пояснения к составлению отчета.

Необходимые пункты:

1. История создания.
2. Цели и задачи ИПРМИ.
3. Состояние здания по бытовому, техническому оборудованию, санитарному состоянию.
4. Правила режим и правила пребывания сотрудников по месту работы.

Сделать вывод (письменно): о значении обустройства ИПРМИ для успешного ознакомления граждан города с историей Российской Федерации.

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если отчет составлен полно, по всем пунктам, наглядно оформлен, аккуратно исполнен.

Оценка «4» ставится, если отчет составлен достаточно полно, не менее, чем по трем пунктам, наглядно оформлен, аккуратно исполнен.

Оценка «3» ставится, если отчет составлен очень кратко, не менее, чем по двум пунктам, не имеет наглядности, небрежно исполнен.

Оценка «2» ставится, если задание не выполнено.

Контроль и оценка осуществляется преподавателем в ходе выполнения практических манипуляций, таблицы и ответы на вопросы проверяются в письменном виде.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбирается обучающимися самостоятельно в соответствии с темой.

Практическое занятие №7

Тема: Отработка техники освоения основных приемов оказания первой помощи при травмирующих повреждениях.

Цель: формирование и закрепление умений и навыков оказания первой доврачебной помощи при закрытых повреждениях.

Задачи:

1. Закрепить навыки студентов оказывать первую доврачебную помощь при закрытых повреждениях.
2. Актуализировать знания о закрытых повреждениях.
3. Формировать умение решать практические задания – ситуации.
4. Воспитывать милосердие, взаимопомощь и бескорыстие.

Время выполнения 01.30.

Оборудование и материалы:

1. Методическое пособие для выполнения практической работы.
2. Презентация по теме практического занятия.
3. Плакаты «Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности».
4. Наглядные схемы повязок.
5. Перевязочный материал, средства обработки ран.
6. Учебник под редакцией Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: Академия. 2019. 316 с.

Задание 1. Определите виды ран, ответы занесите в (Таблицу №1).

Вид раны:

- Колотые
- Резанные

- Укушенные
- Рубленные
- Рваные
- Огнестрельные
- Ушибленные

Вопросы:

1. Раны, возникающие при воздействии тупых предметов, падениях или сдавливании, их края не ровные, кровотечение слабое.
2. Раны, нанесенные острыми предметами (ножом, стеклом, льдом), имеют ровные края.
3. Раны, более глубокие, чем резанные, так как наносятся топором, лопатой, другими тяжелыми острыми предметами, имеют ровные края.
4. Раны, являющиеся последствиями укусов животных, по внешнему виду напоминают рваные раны.
5. Раны, возникающие от разрыва кожи при натяжении, при открытых переломах.
6. Раны, имеющие небольшое входное отверстие, иногда имеется выходное отверстие, сопровождаются обильным кровотечением. Особенно опасны для внутренних органов, головы, кровеносных сосудов.
7. Внешне небольшие раны, (нанесенные гвоздем, отверткой), характеризуются глубокими внутренними повреждениями.
8. При ранениях, как правило, возникают кровотечения. Какие виды кровотечений вы знаете?

Вопросы:

1. Кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей.
2. Кровь имеет темно-красный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.
3. Слабое кровотечение из небольшой раны, кровь сочится из раны медленно, не пульсирует.

4. Кожа синего цвета, боль, гематома, может быть потеря сознания, бледность.

Учитель: Проверьте свои ответы, используя "ключ".

Здание 2. Определите виды кровотечений, ответы занесите в (Таблицу №2).

Вид кровотечения:

- Венозное
- Артериальное
- Внутреннее
- Капиллярное

Вопросы:

1. Кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей.
2. Кровь имеет темно-красный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.
3. Слабое кровотечение из небольшой раны, кровь сочится из раны медленно, не пульсирует.
4. Кожа синего цвета, боль, гематома, может быть потеря сознания, бледность.

Учитель: Проверьте свои ответы, используя "ключ".

Задание 3. Разбиться на группы. С помощью бинта или индивидуального перевязочного пакета наложить повязку своему соседу по парте.

Порядок выполнения задания.

Сделать вывод (письменно): об оказании первой помощи при травмах и ранениях.

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если все повязки наложены правильно в соответствии с требованиями оказания медицинской помощи.

Оценка «4» ставится, если два вида повязок наложены правильно в соответствии с требованиями оказания медицинской помощи.

Оценка «3» ставится, если один вид повязок наложен правильно в соответствии с требованиями оказания медицинской помощи.

Оценка «2» ставится, если задание не выполнено.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбирается обучающимися самостоятельно в соответствии с темой.

Практическое занятие №9

Тема: Отработка техники освоения основных приемов оказания первой помощи при неотложных состояниях.

Цель: формирование и закрепление умений и навыков оказания первой доврачебной помощи при неотложных состояниях.

Задачи:

1. Закрепить навыки студентов оказывать первую доврачебную помощь при неотложных состояниях.
2. Актуализировать знания о неотложных состояниях.
3. Формировать умение решать практические задания – ситуации.
4. Воспитывать милосердие, взаимопомощь и бескорыстие.

Время выполнения 01.30.

Оборудование и материалы:

1. Методическое пособие для выполнения практической работы.
2. Презентация по теме практического занятия.
3. Плакаты «Неотложные состояния».
4. Наглядные схемы повязок, жгутов, шин.
5. Перевязочный материал, переносной материал, средства обработки ран, фиксирующие материалы.
6. Учебник под редакцией Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: Академия. 2019. 316 с.

Здание 1. Определите виды кровотечений, ответы занесите в (Таблицу №1).

Вид кровотечения:

- Венозное
- Артериальное
- Внутреннее
- Капиллярное

Вопросы:

1. Кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей.
2. Кровь имеет темно-красный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.
3. Слабое кровотечение из небольшой раны, кровь сочится из раны медленно, не пульсирует.
4. Кожа синего цвета, боль, гематома, может быть потеря сознания, бледность.

Учитель: Проверьте свои ответы, используя "ключ".

Задание 2. Разбиться на группы. С помощью бинта или индивидуального перевязочного пакета наложить повязку своему соседу по парте.

Порядок выполнения задания.

Сделать вывод (письменно): об оказании первой помощи при травмах и ранениях.

Критерии оценки:

Оценка «5» ставится, если все повязки наложены правильно в соответствии с требованиями оказания медицинской помощи.

Оценка «4» ставится, если два вида повязок наложены правильно в соответствии с требованиями оказания медицинской помощи.

Оценка «3» ставится, если один вид повязок наложен правильно в соответствии с требованиями оказания медицинской помощи.

Оценка «2» ставится, если задание не выполнено.

Контроль и оценка осуществляется преподавателем в ходе выполнения практических манипуляций.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбирается обучающимися самостоятельно в соответствии с темой.

Рекомендуемая литература**Основные источники:**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. М.: Академия, 2019. 316 с.

Дополнительные источники:

1. Богоявленский И.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений. - Издание второе, исправленное и переработанное. - М.: АСТ, 2018. 220 с.
2. Богоявленский И.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений. - Издание второе, исправленное и переработанное. - М.: АСТ, 2018. 220 с.
3. Волович В.Г. Основы безопасности жизнедеятельности. М.: Медицина, 2018. 145 с.
4. Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник. М.: КНОРУС, 2018. 288 с.
5. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 класс. М.: Просвещение, 2018. 126 с.

Интернет-ресурсы:

1. Информационный сайт по основам безопасности жизнедеятельности: [сайт]. URL: <http://www.kornienko-ev.ru>
2. Каталог ресурсов по Основам безопасности жизнедеятельности: [сайт]. URL: <http://objeshnik.narod.ru>
3. Учебное пособие «Основы безопасности жизнедеятельности»: [сайт]. URL: <http://www.alleng.ru>
4. Информационное-методическое издание для преподавателей «Основы безопасности жизнедеятельности»: [сайт]. URL: <http://www.school-obz.org>
5. Дидактические материалы «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 класс: [сайт]. URL: <http://window.edu.ru>

Профессиональные журналы:

1. <http://novtex.ru/obj/> – Научно-практический и учебно-методический журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»
2. <http://obj.safety.ru/> – Ежемесячный массовый научно-методический журнал широкого профиля «Основы безопасности жизнедеятельности»

3. <http://viniti.narod.ru/material.html> – Научный информационный сборник
«Проблемы безопасности и чрезвычайных ситуаций»