

**Министерство образования Нижегородской области  
ГБОУ СПО «Арзамасский техникум строительства и предпринимательства»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОП.04. Безопасность жизнедеятельности  
для профессий среднего профессионального образования  
«ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ЦИКЛ»  
ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИРОВАННЫХ РАБОЧИХ, СЛУЖАЩИХ ПО  
ПРОФЕССИИ :  
23.01.03 Автомеханик**

2014 год

Одобрено  
Методическим объединением преподавателей  
специальных дисциплин  
протокол №1

Утверждаю:  
заместитель директора по УПР



В.М. Баженов

Председатель  Родичкина Л.А

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии **23.01.03 Автомеханик**.

Организация-разработчик: государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования «Арзамасский техникум строительства и предпринимательства», 607220, Нижегородская область, г. Арзамас, ул. Мира, дом 1, тел. (83147) 6-84-23

Разработчик:

Шипов А.К., преподаватель-организатор ОБЖ высшей квалификационной категории  
Ф.И.О., ученая степень, звание, должность,

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4 - 6
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	7
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	8 - 16
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	17 - 18

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.04. Безопасность жизнедеятельности

### 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью ППКРС по профессии **23.01.03 Автомеханик**.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в профессиональный цикл. Дисциплина «БЖ» направлена на формирование общеобразовательных и профессиональных компетенций:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ОК 10. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

ПК 1.1. Диагностировать автомобиль, его агрегаты и системы.

ПК 1.2. Выполнять работы по различным видам технического обслуживания.

ПК 1.3. Разбирать, собирать узлы и агрегаты автомобиля и устранять неисправности.

ПК 1.4. Оформлять отчетную документацию по техническому обслуживанию.

ПК 2.1. Управлять автомобилями категорий «В» и «С».

ПК 2.2. Выполнять работы по транспортировке грузов и перевозке пассажиров.

ПК 2.3. Осуществлять техническое обслуживание транспортных средств в пути следования.

ПК 2.4. Устранять мелкие неисправности, возникающие во время эксплуатации транспортных средств.

ПК 2.5. Работать с документацией установленной формы.

ПК 2.6. Проводить первоочередные мероприятия на месте дорожно-транспортного происшествия.

ПК 3.1. Производить заправку горючими и смазочными материалами транспортных средств на заправочных станциях.

ПК 3.2. Проводить технический осмотр и ремонт оборудования заправочных станций

ПК 3.3. Вести и оформлять учетно-отчетную и планирующую документацию.

### **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учётных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

– оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьёзной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основ военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступление на неё в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учётные специальности, родственные профессиям НПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 86 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 67 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 19 часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>86</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>67</b>
в том числе:	
практические занятия	<b>57</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>19</b>
в том числе:	
реферативная работа	
работа с информационными источниками	
подготовка презентационных материалов	
внеаудиторная самостоятельная работа	
<i>промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.04. Безопасность жизнедеятельности ( для юношей)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения	
1	2	3	4	
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>		<b>12</b>		
<b>Тема 1.1.</b> Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
	1 <b>Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</b> Стихийные бедствия, аварии, катастрофы. Правила поведения во время внезапного землетрясения. Правила поведения при угрозе схода лавин, оползней, селях, обвалах. Правила поведения при внезапном возникновении урагана, бури, смерча. Правила поведения при внезапном наводнении. Правила поведения при пожаре в здании. Правила поведения при оповещении об аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ.			<b>2</b>
	Практические занятия:		<b>2</b>	
	1. № 1 Последовательность и порядок действий в ЧС природного и техногенного характера.		<b>1</b>	
	2. № 2 Отработка приёмов пользования первичными средствами пожаротушения.		<b>1</b>	
Самостоятельная работа обучающихся:	<b>2</b>			
1. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 21 декабря 1994 №68 ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»	<b>1</b>			
	2. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ "О гражданской обороне"	<b>1</b>		
<b>Тема 1.2.</b> Гражданская оборона как система мер по защите населения в мирное и военное время	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
	1 <b>Основные мероприятия по защите населения в мирное и военное время.</b> Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Средства индивидуальной защиты. Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.			
	Практические занятия:	<b>4</b>		



	3. № 3 - 4 «Выполнение норматива «Газы!»	2	
	4. № 5-6 «Выполнение норматива «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть - Газы!»	2	
	Самостоятельная работа обучающихся:	2	
	3. Выявление основных источников чрезвычайных ситуаций военного характера – современные средства поражения.	1	
	4. Обоснование опасности поражающих факторов ядерного оружия.	1	
<b>Раздел 2. Основы военной службы и обороны государства</b>		<b>19</b>	
<b>Тема 2.1.</b> Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступление на неё в добровольном порядке	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	2
	1   Организация и порядок призыва граждан на военную службу, виды прохождения военной службы в ВС РФ		
	Практические занятия:	<b>1</b>	
	5. № 7 Психологическая классификация воинских должностей, замещаемых сержантами, старшинами, солдатами и матросами	1	
	Самостоятельная работа обучающихся:	<b>4</b>	
	5. Работа с информационными источниками: Федеральный закон РФ «О воинской обязанности и военной службе» от 28 марта 1998 г., с изменениями от 1 декабря 2011 г. (№376 ФЗ)	1	
	6. Работа с информационными источниками: Федеральный закон РФ «О статусе военнослужащих» от 27 мая 1998 г., с изменениями на 12.12. 2011г., (№318 ФЗ)	1	
	7. Работа с информационными источниками: Федеральный закон РФ «Об альтернативной гражданской службе» от 25 июля 2002 г. №113 ФЗ.	1	
	8. Изучение требований «Дисциплинарного устава Вооружённых Сил Российской Федерации» Указ Президента РФ от 10 ноября 2007 года № 1495	1	
<b>Тема 2.2.</b> Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении воинских	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	2
	1   Виды вооружения и военной техники ВС РФ. (Сухопутных войск, Военно-Воздушных сил, Военно-Морского флота, РВСН, КВ, ВДВ)		
	Практические занятия:	<b>3</b>	
	6. № 8 Изучение основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям	1	

подразделений ВС РФ	СПО (Сухопутных войск)			
	7. № 9-10 Изучение основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО (Военно-Воздушных сил, Военно-Морского флота, РВСН, КВ, ВДВ)		2	
	Самостоятельная работа обучающихся:		4	
	9. Подготовка сообщений по темам: Виды вооружения и военной техники ВС РФ. (Сухопутных войск, Военно-Воздушных сил, Военно-Морского флота, РВСН, КВ, ВДВ)		4	
<b>Тема 2.3.</b> Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам граждан	<b>Содержание учебного материала</b>		1	2
	1	<b>Качества личности, необходимые для прохождения военной службы...</b> Требования воинской деятельности к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Основные профессионально важные качества военнослужащих, необходимые для прохождения военной службы.		
	Самостоятельная работа обучающихся		4	
	10. Изучение основных профессионально важных качеств военнослужащих видов Вооружённых Сил и родов войск.		1	
	11. Изучение психологической классификации воинских должностей родственных гражданским специальностям и должностям.		1	
	12. Подготовка сообщения: «Требования к физическим качествам молодёжи допризывного возраста»		1	
	13. Подготовка сообщения: «Значение физической культуры для подготовки к военной службе»		1	
<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний</b>			<b>19</b>	
<b>Тема 3.1.</b> Оказание первой помощи при травмах, ранениях	<b>Содержание учебного материала</b>		2	3
	1	<b>Первая помощь при травмах и ранениях.</b> Травмы: закрытые, открытые. Раны, их виды. Обработка ран. Асептика и антисептика. Кровотечение. Способы временной остановки кровотечения. Виды повязок и правила их наложения. Правила наложения жгута. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.		
	Практические занятия:		5	

	8. № 11 Этапы и методика проведения первичной обработки раны.	1		
	9. № 12 Техника наложения косыночных повязок на различные части тела.	1		
	10. № 13 Техника наложение жгута или жгута-закрутки.	1		
	11. № 14-15 Техника наложения транспортной иммобилизации с использованием подручных средств.	2		
<b>Тема 3.2.</b> Оказание первой помощи при отморожении, ожогах, тепловом и солнечном ударах, при поражении электрическим током, утоплении	<b>Содержание учебного материала</b>		3	
	1	<b>Первая помощь при отморожении и ожогах.</b> Степени отморожений и ожогов, оказание первой помощи. <b>Первая помощь при тепловом и солнечном ударах.</b> Тепловой, солнечный удар. Электрический ток, его воздействие на организм человека. Первая помощь при тепловом, солнечном ударах, поражением электрическим током.		
	Практические занятия:		5	
	12. № 16 «Оказание первой помощи при отморожении»		1	
	13. № 17-18 «Оказание первой помощи при термических и химических ожогах»		2	
	14. № 19 «Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах»		1	
	15. № 20 «Оказание первой помощи при поражении электрическим током»		1	
	Самостоятельная работа обучающихся		3	
	14. Подготовка сообщения по теме: «Причины, способствующие отморожению, меры профилактики отморожений»		1	
	15. Подготовка сообщения по теме: «Причины, способствующие тепловому, солнечному удару. Меры профилактики тепловых, солнечных ударов»		1	
16. Подготовка сообщения по теме: «Причины поражения электрическим током, последовательность действий при оказании первой помощи пострадавшему»		1		
<b>Тема 3.3.</b> Оказание первой помощи при массовых поражениях	<b>Содержание учебного материала</b>		3	
	1	<b>Первая помощь при массовых поражениях.</b> Ядерное и химическое оружие, последствия его применения. Первая помощь при радиационном и химическом поражениях. Частичная санитарная обработка. Первая помощь при поражении отравляющими веществами. Аптечка АИ-2: назначение, состав. Индивидуальный противохимический пакет.		

	Практические занятия:	2	
	16. № 21 «Проведение частичной санитарной обработки при выходе из зоны заражения»	1	
	17. № 22 «Порядок применения аптечки АИ-2»	1	
<b>Раздел 4. Учебные сборы</b>		<b>35</b>	
<b>Тема 1. Тактическая подготовка.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	2
	Практические занятия	4	
	1. Обязанности наблюдателя. Выбор места наблюдения, его занятие, оборудование и маскировка, оснащение наблюдательного поста.	1	
	2. Движение солдата в бою. Передвижение на поле боя.	2	
	3. Передвижение на поле боя. Выбор места и скрытное расположение на нём для наблюдения и ведения огня.	1	
<b>Тема 2. Огневая подготовка.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>9</b>	2
	Практические занятия:	9	
	1. Назначение, боевые свойства и устройство автомата АК – 74.	1	
	2. Работа частей и механизмов автомата при зарядании и стрельбе. Уход за стрелковым оружием, хранение и сбережение.	1	
	3. Неполная разборка и сборка автомата.	2	
	4. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы из стрелкового оружия. Выполнение команды «К бою», изготовка для стрельбы лежа. Подача команд старшим на огневом рубеже, доклад стреляющих. Проверка оружия на разряженность после стрельбы.	1	
5. Выполнение практических стрельб из пневматической винтовки.	4		
<b>Тема 3. Радиационная, химическая и биологическая защита.</b>	<b>Содержание учебного материала.</b>	<b>2</b>	2
	Практические занятия:	2	
	1. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	1	

	2. Способы действия личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения. Проведение частичной санитарной обработки.	1	
<b>Тема 4. Общевоинские уставы.</b>	<b>Содержание учебного материала.</b>	<b>8</b>	2
	Практические занятия:	8	
	1. Обязанности лиц суточного наряда. Назначение суточного наряда, его состав и вооружение. Подчинённость и обязанности дневального по роте.	1	
	2. Несение караульной службы - выполнение боевой задачи, состав караула. Часовой и караульный. Обязанности часового.	1	
	3. Воинская дисциплина. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Поощрения и дисциплинарные взыскания. Права военнослужащего. Дисциплинарная, административная и уголовная ответственность военнослужащих	1	
	4. Размещение военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок. Распорядок дня и регламент служебного времени.	1	
	5. Комната для хранения оружия, её оборудование. Порядок хранения оружия и боеприпасов. Допуск личного состава в комнату для хранения оружия. Порядок выдачи (приёма) оружия дежурным по роте.	1	
	6. Пост, его оборудование. Порядок заряжания и разряжения оружия, принятие караульным и сдача поста часовым. Команды подаваемые часовым при несении службы по охране и обороне поста.	1	
	7. Несение службы часовым на посту, порядок применения им оружия.	1	
8. Проверка теоретических и практических знаний общевоинских уставов.	1		
<b>Тема 5. Строевая подготовка.</b>	<b>Содержание учебного материала.</b>	<b>4</b>	2
	Практические занятия:	4	
	1. Строевые приёмы и движение без оружия. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (одеть)». Повороты на месте. Движение строевым шагом.	1	
	2. Построения, перестроения, повороты на месте, перемена направления движения. Выполнение воинского приветствия в строю и в движении.	1	
	3. Движение строевым шагом, выход из строя, повороты на месте, подход к начальнику, доклад начальнику, возвращение обучающегося в строй.	1	

	4. Строй подразделений в пешем порядке. Развёрнутый и походный строй отделения, взвода.	1	
<b>Тема 6. Физическая подготовка.</b>	<b>Содержание учебного материала.</b>	5	2
	Практические занятия:	5	
	1. Тренировка в беге на длинные дистанции (кросс на 3 -5 км)	1	
	2. Разучивание и совершенствование физических упражнений, выполняемых на утренней физической зарядке.	1	
	3. Совершенствование и контроль упражнения в беге на 100 метров.	1	
	4. Совершенствование упражнений на гимнастических снарядах и контроль в подтягивании на перекладине. Совершенствование и контроль упражнения в беге на 1 км.	1	
	5. Выполнение нормативов по физической подготовке.	1	
<b>Тема 7. Военно - медицинская подготовка.</b>	<b>Содержание учебного материала.</b>	2	2
	Практические занятия:	2	
	1. Основы сохранения здоровья военнослужащих.	1	
	2. Оказание первой помощи. Неотложные реанимационные мероприятия.	1	
<b>Тема 8. Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы.</b>	<b>Содержание учебного материала.</b>	1	
	Практические занятия:	1	
	1. Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы.	1	
	<i><b>Дифференцированный зачет</b></i>	1	
<b>Всего за курс БЖ</b>		<b>86</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **1.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Наличие кабинета «Безопасности жизнедеятельности и охраны труда»

##### **Оборудование кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий;
- комплект учебно-методической документации (учебники и учебные пособия, указания к выполнению практических заданий);
- комплект средств обучения для проведения практических заданий:
  - Противогазы (ГП-5, ГП-7В).
  - Обще защитные комплекты (ОЗК, Л-1).
  - Бинт марлевый 10х15
  - Вата гигроскопическая нестерильная (пачка по 50 г.)
  - Вата компрессная (пачка по 50 г.)
  - Жгут кровоостанавливающий резиновый
  - Индивидуальный перевязочный пакет
  - Косынка перевязочная
  - Ножницы для перевязочного материала (прямые)
  - Повязка малая стерильная
  - Шприц-тюбик одноразового пользования
  - Шинный материал (плотные куски картона, рейки т.п. длиной от 0,7 до 1,5 м)
  - Респиратор
  - Аптечка индивидуальная (АИ-2)
  - Противохимический пакет
  - Носилки санитарные
  - Ватно-марлевая повязка

##### **Технические средства обучения:**

- компьютер с лицензионным программным обеспечением.
- мультимедиа проектор Beng MP 515.
- экран «Lumien Eco Picture» 180х180 см.
- Тренажёр сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий и тестовыми режимами (манекен) «МАКСИМ III - 01».
- тренажёр «Исканде» для отработки приёмов Геймлиха.
- Тренажёр «Фантом - реанимационный».

#### **а. Информационное обеспечение обучения**

##### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

Основные источники:

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник. – М.: Академия, 2012.
2. Смирнов, А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл. / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский; под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2009. – 160 с.

Дополнительные источники:

1. Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО <http://go-oborona.narod.ru>.

2. Культура безопасности жизнедеятельности на сайте по формированию культуры безопасности среди населения РФ <http://www.kbzhd.ru>.
3. Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru>.
4. Портал Академии Гражданской защиты: <http://www.amchs.ru/portal>.
5. Портал Правительства России: <http://government.ru>.
6. Портал Президента России: <http://kremlin.ru>.
7. Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»: <http://www.rhbz.ru/main.html>.



## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>1</b>	<b>2</b>
<b>Умения:</b>	
Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.	Практическое занятие
Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту.	Опрос, выполнение внеаудиторной работы
использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.	Практическое занятие
применять первичные средства пожаротушения.	Практическое занятие
ориентироваться в перечне военно – учётных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии.	Опрос, выполнение внеаудиторной работы
применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией.	Опрос, выполнение внеаудиторной работы
владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.	Опрос, выполнение внеаудиторной работы
оказывать первую помощь пострадавшим.	Практическое занятие
<b>Знания:</b>	
принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлений, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьёзной угрозе национальной безопасности России.	Тестирование
основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации.	Опрос, выполнение внеаудиторной работы
основ военной службы и обороны государства.	Тестирование
задачи и основные мероприятия гражданской обороны.	Тестирование
способы защиты населения от оружия массового поражения.	

Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.	Тестирование
организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступление на неё в добровольном порядке.	Тестирование
основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учётные специальности, родственные профессиям НПО.	Опрос, выполнение внеаудиторной работы
область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.	Опрос, выполнение внеаудиторной работы
порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	Практическое занятие

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
91 ÷ 100	5	отлично
66 ÷ 90	4	хорошо
51 ÷ 65	3	удовлетворительно
менее 50	2	не удовлетворительно

На этапе промежуточной аттестации по медиане качественных оценок индивидуальных образовательных достижений экзаменационной комиссией определяется интегральная оценка освоенных обучающимися профессиональных и общих компетенций как результатов освоения учебной дисциплины.

### **5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ**

№ изменения, дата внесения изменения; № страницы с изменением;	
БЫЛО	СТАЛО
Основание:	
Подпись лица внесшего изменения	

**Разработчик:**

---

*Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Арзамасский техникум строительства и предпринимательства»*

Методические указания для обучающихся по выполнению практических заданий  
по  
**предмету «Безопасность жизнедеятельности»**

г. Арзамас

2014 г.



## Практическая работа № 1. «Определение частоты пульса на: лучевой артерии, бедренной артерии, сонной артерии»


Цель работы - формирование навыков определения частоты пульса на: лучевой артерии, бедренной артерии, сонной артерии. Средства обучения: тренажёр сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий и тестовыми режимами (манекен) «МАКСИМ III-01»; раздаточный материал: «определение частоты пульса на: лучевой артерии, бедренной артерии, сонной артерии» (приложение 1), контрольные вопросы для отчета (приложение 2).

Последовательность выполнения работы:

Приложение 1.

### «Определение частоты пульса на: лучевой артерии, бедренной артерии, сонной артерии»

№	Указания по проведению операции	Изображение
1	<p>Пульс - периодические, связанные с сокращениями сердца колебания объема сосудов, обусловленные динамикой их кровенаполнения и давления в них в течение одного сердечного цикла.</p> <p>Чаще всего исследуют П. на лучевой артерии, которая расположена поверхностно и хорошо прощупывается одновременно подушечками двух или трех пальцев, наложенными на протяжении поверхностно расположенного участка артерии. При этом рука обследуемого неподвижно лежит на каком-либо основании или фиксируется свободными от пальпации П. пальцами.</p> <p>Нашулав артерию, прижимают ее двумя или тремя пальцами к подлежащей кости, что позволяет хорошо ощутить артериальный П. как толчкообразное увеличение объема артерии.</p>	
2	<p>Бедренная артерия прощупывается в паховой области при выпрямленном бедре с небольшим поворотом его кнаружи;</p>	 <p data-bbox="1018 1760 1353 1805"><i>На бедренной артерии</i></p>
3	<p>Сонные артерии прощупываются симметрично в передневерхних отделах шеи слева и справа от гортани;</p>	

		
4	<p><i>Частота пульса</i> определяется путем подсчета пульсовых ударов не менее чем за <math>\frac{1}{2}</math> мин, а при неправильном ритме — в течение минуты. У здоровых взрослых людей в горизонтальном положении частота П. составляет от 60 до 80 ударов в 1 мин; при переходе в вертикальное положение она, как правило, возрастает на 5—15 ударов в 1 мин. У лиц, занятых физическим трудом, а также у пожилых людей частота П. обычно ниже и нередко бывает меньше 60. У женщин П. в среднем на 6—8 ударов чаще, чем у мужчин того же возраста. У детей до одного года частота пульса составляет 120—140 ударов в 1 мин; с возрастом она постепенно снижается, достигая к 4—5 годам в среднем 100, к 7 годам — 85—90, к 14 годам — около 75 в 1 мин.</p>	

## Приложение 2.

### Контрольные вопросы для отчета.

1. Дайте определение, что такое ПУЛЬС у человека?
2. В каких местах на теле человека определяется пульс?
3. Как определяется частота пульса у здоровых взрослых людей в горизонтальном положении, чему она равна?
4. Перечислите, чему равна частота пульса (уд/мин):
  - у лиц, занятых физическим трудом, а также у пожилых людей;
  - детей до одного года, 14 лет?
5. У кого частота пульс больше, мужчины или женщины и на сколько ударов в минуту?


## Практическая работа № 2. «Комплекс мероприятий оказания первой помощи, при терминальных состояниях»

Цель работы - формирование навыков оказания первой помощи, при терминальных состояниях. Средства обучения: тренажёр сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий и тестовыми режимами (манекен) «МАКСИМ III-01»; раздаточный материал: «Комплекс мероприятий оказания первой помощи, при терминальных состояниях» (приложение 1), контрольные вопросы для отчета (приложение 2).


Последовательность выполнения работы:

Приложение 1.

### «Комплекс мероприятий оказания первой помощи, при терминальных состояниях»

№	Указания по проведению операции	Изображение								
1	<p><b>Терминальные состояния</b> - состояния пограничные между жизнью и смертью, критический уровень расстройства жизнедеятельности с катастрофическим падением АД, глубоким нарушением газообмена и метаболизма. Включает пред агонию, агонию и клиническую смерть.</p>	 <pre> graph TD     A[Терминальные состояния] --&gt; B[Преагональное состояние (преагония), шок 4 степени]     A --&gt; C[Терминальная пауза (длится от нескольких секунд до 3-4 минут)]     A --&gt; D[Агония (вспышка жизнедеятельности)]     A --&gt; E[Клиническая смерть (пограничное состояние от жизни к биологической смерти)]             </pre> <table border="1" data-bbox="512 958 1538 1921"> <thead> <tr> <th data-bbox="512 958 759 1223">Преагональное состояние (преагония), шок 4 степени</th> <th data-bbox="759 958 1007 1223">Терминальная пауза (длится от нескольких секунд до 3-4 минут)</th> <th data-bbox="1007 958 1254 1223">Агония (вспышка жизнедеятельности)</th> <th data-bbox="1254 958 1538 1223">Клиническая смерть (пограничное состояние от жизни к биологической смерти)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="512 1223 759 1921">                     Двигательное возбуждение                      Нарушение сознания                      Бледность кожи                      Пульс частый, слабый, затем замедляется                      Дыхание учащенное, затем замедленное, резкое, судорожное                      Температура тела снижена                      Возможны судороги                 </td> <td data-bbox="759 1223 1007 1921">                     Дыхание отсутствует                      Пульс резко замедлен (определяется только на сонных и бедренных артериях)                      Реакция зрачков на свет отсутствует                      Ширина зрачков возрастает                 </td> <td data-bbox="1007 1223 1254 1921">                     Возможно кратковременное восстановление сознания                      Пульс учащается                      Тоны сердца глухие                      Дыхание судорожное, редкое (2-6 раз в минуту), либо слабое, резкое, поверхностное                 </td> <td data-bbox="1254 1223 1538 1921">                     Прекращение дыхания                      Прекращение сердечной деятельности и кровообращения                      Отсутствует внешнее проявление жизни, но мозг еще жив (в среднем 5 минут, при утоплении в холодной воде до 20 мин, в ледяной – до 2 часов)                 </td> </tr> </tbody> </table>	Преагональное состояние (преагония), шок 4 степени	Терминальная пауза (длится от нескольких секунд до 3-4 минут)	Агония (вспышка жизнедеятельности)	Клиническая смерть (пограничное состояние от жизни к биологической смерти)	Двигательное возбуждение Нарушение сознания Бледность кожи Пульс частый, слабый, затем замедляется Дыхание учащенное, затем замедленное, резкое, судорожное Температура тела снижена Возможны судороги	Дыхание отсутствует Пульс резко замедлен (определяется только на сонных и бедренных артериях) Реакция зрачков на свет отсутствует Ширина зрачков возрастает	Возможно кратковременное восстановление сознания Пульс учащается Тоны сердца глухие Дыхание судорожное, редкое (2-6 раз в минуту), либо слабое, резкое, поверхностное	Прекращение дыхания Прекращение сердечной деятельности и кровообращения Отсутствует внешнее проявление жизни, но мозг еще жив (в среднем 5 минут, при утоплении в холодной воде до 20 мин, в ледяной – до 2 часов)
Преагональное состояние (преагония), шок 4 степени	Терминальная пауза (длится от нескольких секунд до 3-4 минут)	Агония (вспышка жизнедеятельности)	Клиническая смерть (пограничное состояние от жизни к биологической смерти)							
Двигательное возбуждение Нарушение сознания Бледность кожи Пульс частый, слабый, затем замедляется Дыхание учащенное, затем замедленное, резкое, судорожное Температура тела снижена Возможны судороги	Дыхание отсутствует Пульс резко замедлен (определяется только на сонных и бедренных артериях) Реакция зрачков на свет отсутствует Ширина зрачков возрастает	Возможно кратковременное восстановление сознания Пульс учащается Тоны сердца глухие Дыхание судорожное, редкое (2-6 раз в минуту), либо слабое, резкое, поверхностное	Прекращение дыхания Прекращение сердечной деятельности и кровообращения Отсутствует внешнее проявление жизни, но мозг еще жив (в среднем 5 минут, при утоплении в холодной воде до 20 мин, в ледяной – до 2 часов)							

<p>2</p>	<p>- Признаками клинической смерти являются прекращение дыхания, остановка сердца, полное отсутствие сознания и рефлексов, значительное расширение зрачков.</p> <p>- К роговице глаза, которая очень чувствительна, прикасаются кончиком носового платка: если человек жив, он моргнет.</p> <p>- Главным признаком, по которому можно определить, что человек находится в состоянии клинической, а не биологической смерти, является реакция зрачков на свет.</p> <p>- В первые секунды после смерти зрачки максимально расширятся, но, позже будут реагировать на свет - сужаться, а в темноте – расширяться.</p> <p>- Дело в том, что эта реакция – высший рефлекс, и, пока жива кора больших полушарий головного мозга, будет сохраняться реакция зрачков на свет.</p>	
----------	---	---

3		
4		

Приложение 2.

**Контрольные вопросы для отчета.**

1. Перечислить признаки клинической смерти?
2. Какая реакция зрачков пострадавшего на свет?
3. ?
4. ?



### Практическая работа № 3. «Техника очищения ротовой полости и восстановления проходимости верхних дыхательных путей»

Цель работы - формирование навыков техники очищения ротовой полости и восстановления проходимости верхних дыхательных путей. Средства обучения: тренажёр сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий и тестовыми режимами (манекен) «МАКСИМ III-01»; раздаточный материал: «Техника очищения ротовой полости и восстановления проходимости верхних дыхательных путей» (приложение 1), контрольные вопросы для отчета (приложение 2).

Последовательность выполнения работы:

Приложение 1.

#### «Техника очищения ротовой полости и восстановления проходимости верхних дыхательных путей»

№	Указания по проведению операции	Изображение
1	Одной из частых причин непроходимости воздухоносных путей является западение корня языка. Человек оказывающий помощь располагается справа или слева от пострадавшего. Одну руку он подкладывает под шею пострадавшего, другую ладонь кладет ему на лоб. Затем производит разгибание шеи, фиксируя ее в таком положении рукой, лежащей на лбу.	
2	Освободив руку из-под шеи, переносят ее на подбородок пострадавшего, помогая зафиксировать запрокинутую голову, и большим пальцем этой руки приоткрывают ему рот. Нижнюю челюсть пострадавшего подтягивают вперед и вверх за подбородок, ликвидируя, таким образом, западение языка. При проведении данной процедуры необходимо быть предельно осторожными, так как резкое и чрезмерное запрокидывание головы может привести к повреждению шейного отдела позвоночника.	
3	Повернув голову пострадавшего на бок, указательным и средним пальцами, обернув их марлей, платком или другой тканью, необходимо их ввести в полость рта и круговыми движениями очистить ротовую полость от слизи, слюней, рвотной массы или мокроты.	

Приложение 2.

### **Контрольные вопросы для отчета.**

1. Перечислить признаки клинической смерти?
2. Какая реакция зрачков пострадавшего на свет?
3. При помощи чего и как проводится очистка полости рта пострадавшего?
4. Последовательность проведения запрокидывания головы «тройной приём»?



## Практическая работа № 4. «Приемы удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего в положениях лёжа, стоя»

Цель работы - формирование навыков удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего в положениях лёжа, стоя. Средства обучения: тренажёр « Искандер » для отработки приёмов Геймлиха; раздаточный материал: «Приемы удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего в положениях лёжа, стоя» (приложение 1), контрольные вопросы для отчета (приложение 2) .

Последовательность выполнения работы:

Приложение 1.

### «Приемы удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего в положениях лёжа, стоя»

№	Указания по проведению операции	Изображение
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Переверните пострадавшего на спину, запрокиньте его голову назад, чтобы подбородок торчал кверху.</li> <li>- Встаньте на колени возле него или, еще лучше, верхом на верхней части бедер.</li> <li>- Положите основание ладони на середину верхней части живота, между пупком и выступом ребер, и накройте ее другой рукой. С силой надавливайте внутрь и вверх.</li> <li>- Инородное тело должно выйти из дыхательных путей, через ротовую полость.</li> <li>- Повторите это четыре раза.</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Встаньте позади пострадавшего, обхватите его одной рукой, сожмите кулак и положите его в середине живота, между пупком и нижним краем ребер.</li> <li>- Сожмите свой кулак другой рукой и крепко прижмите обе руки к телу пострадавшего.</li> <li>- Резко надавите внутрь и вверх, прилагая значительное усилие, чтобы сжать верхнюю часть живота и подтолкнуть кверху диафрагму - мышечную перегородку, являющуюся одновременно эластичным "дном" грудной клетки.</li> <li>- Инородное тело должно выйти из дыхательных путей, через ротовую полость.</li> <li>- При необходимости повторите эту процедуру до четырех раз.</li> </ul>	

3	<ul style="list-style-type: none"><li>- Пострадавший должен нагнуться вперед, так, чтобы его голова оказалась ниже пояса.</li><li>- Резко постучите ему между лопаток основанием ладони</li><li>- Не бойтесь причинить ему боль. РАЗ его жизнь в опасности, это печальная необходимость.</li></ul>	
---	--	--

Приложение 2.

### Контрольные вопросы для отчета.

1. Перечислите последовательность действий оказывающего помощь, при положении пострадавшего - лёжа?
2. Перечислите последовательность действий оказывающего помощь, при положении пострадавшего - стоя?
3. Перечислите последовательность действий оказывающего помощь, при положении пострадавшего - согнувшись?

## Практическая работа № 5. «Восстановление функции внешнего дыхания. Проведение искусственного дыхания методом «рот ко рту», «рот к носу»

Цель работы - формирование навыков восстановления функции внешнего дыхания. Проведение искусственного дыхания методом «рот ко рту», «рот к носу». Средства обучения: тренажёр сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий и тестовыми режимами (манекен) «МАКСИМ III-01»; раздаточный материал: «Восстановление функции внешнего дыхания. Проведение искусственного дыхания методом «рот ко рту», «рот к носу». (приложение 1), контрольные вопросы для отчета (приложение 2).



Последовательность выполнения работы:

Приложение 1.

### «Восстановление функции внешнего дыхания. Проведение искусственного дыхания методом «рот ко рту», «рот к носу»

1. Используя раздаточный материал «Последовательность действий при проведении искусственной вентиляции лёгких способом «рот ко рту» или «рот к носу» выполните на тренажере искусственную вентиляцию лёгких способом «рот ко рту» или «рот к носу», при проведении реанимации.
2. Оцените правильность Ваших действий, опираясь на сигналы тренажера.
3. Оформите отчет о выполнении практической работы.
4. Заполните карту рефлексии.
5. Сдайте оформленный отчет и заполненную карту рефлексии преподавателю.

№	Указания по проведению операции	Изображение
1	Пострадавшего необходимо уложить на спину, на твёрдую поверхность, повернуть голову набок, раскрыть рот и очистить полость рта носовым платком или салфеткой, намотанными на указательный и средний пальцы руки.	
2	Голову пострадавшего необходимо запрокинуть назад, чтобы сохранялась проходимость дыхательных путей. Для этого под плечевой пояс подкладывают одеяло, пальто и другие подручные средства. Восстановление проходимости дыхательных путей осуществляется одновременным давлением ладонью на лоб пострадавшего и выдвижением нижней челюсти пальцами другой руки. <b>Выполнение «Тройного приёма»</b> - запрокидывание головы; - выдвижение нижней челюсти; - открывание рта.	

		
3	<p>При проведении дыхания <b>«рот ко рту»</b> положить на рот пострадавшего носовой платок, зажать его нос, сделать глубокий вдох, плотно охватить губами и произвести энергичный выдох в полость рта пострадавшего, соблюдая полную герметичность. Если во время проведения выдоха, грудная клетка пострадавшего поднимается, значит, дыхательные пути проходимы и искусственное дыхание проводится правильно. Выдох у пострадавшего происходит самостоятельно.</p>	
4	<p>Если рот пострадавшего не открывается, нужно воспользоваться способом <b>«рот к носу»</b>. В этом случае рот пострадавшего плотно закрыть рукой и произвести выдох ему в нос. Детям вдувание воздуха производится одновременно в рот и в нос</p>	

## Приложение 2.

### Контрольные вопросы для отчета.

1. При помощи чего и как проводится очистка полости рта пострадавшего?
2. Зачем делается запрокидывание головы при проведении искусственной вентиляции лёгких?
3. Последовательность проведения запрокидывания головы «тройной приём»?
4. Зачем зажимают нос (рот) пострадавшего, при проведении искусственной вентиляции лёгких?
5. Какое устройство используют спасатели при проведении искусственной вентиляции лёгких, которое уменьшает чувство естественной брезгливости?
6. Как определяется, что воздух поступает в лёгкие пострадавшего?
7. Какие существуют ошибки при проведении искусственной вентиляции лёгких?

## Практическая работа № 6. «Техника проведения закрытого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких одним спасателем»

Цель работы - формирование навыков техники проведения закрытого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких одним спасателем». Средства обучения: тренажёр сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий и тестовыми режимами (манекен) «МАКСИМ III-01»; раздаточный материал: «Техника проведения закрытого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких одним спасателем». (приложение 1), контрольные вопросы для отчета (приложение 2) .


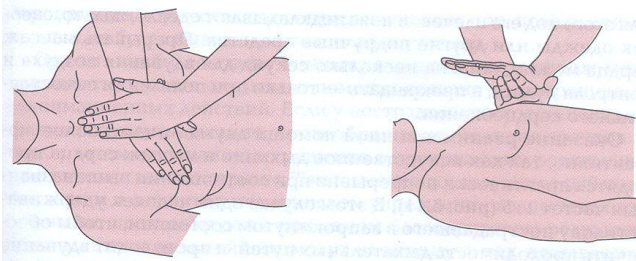
Последовательность выполнения работы:

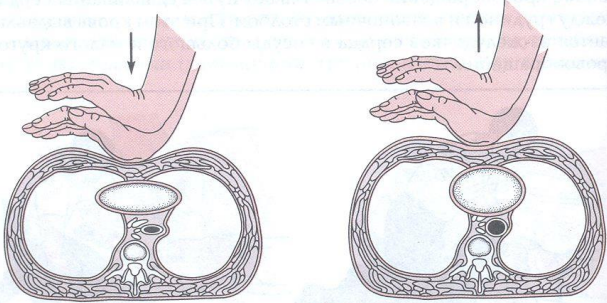
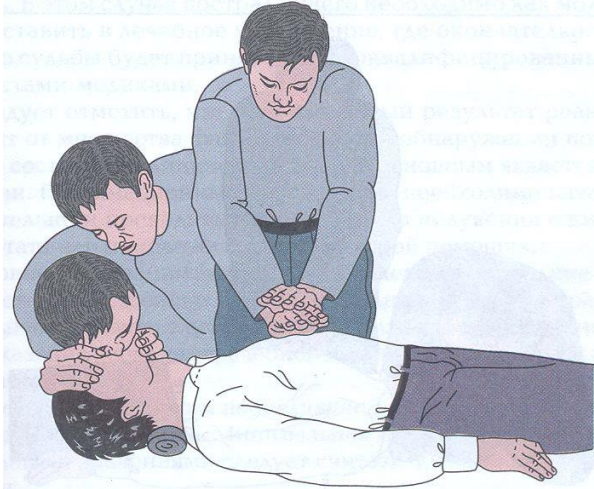
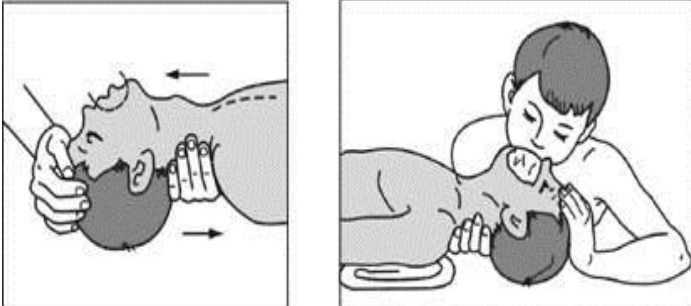
Приложение 1.

### «Техника проведения закрытого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких одним спасателем»

Последовательность выполнения работы:

1. Используя раздаточный материал «Последовательность действий при проведении закрытого массажа сердца» выполните на тренажере закрытый массаж сердца при проведении реанимации одним человеком.
2. Оцените правильность Ваших действий, опираясь на сигналы тренажера.
3. Оформите отчет о выполнении практической работы.
4. Заполните карту рефлексии.
5. Сдайте оформленный отчет и заполненную карту рефлексии преподавателю.

№	Указания по проведению операции	Изображение
1	<p>Прекордиальный удар</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- После того, как Вы убедились в отсутствии пульса на сонной артерии, необходимо прикрыть двумя пальцами мечевидный отросток.</li> <li>- Нанести удар кулаком по грудице выше своих пальцев, прикрывающих мечевидный отросток.</li> <li>- После удара обязательно проверить пульс на сонной артерии.</li> </ul> <p>Если удар нанесен в течение первой минуты после остановки сердца, то вероятность оживления превышает 50%.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Появится пульс на сонной артерии.</li> <li>- Произойдет сужение зрачков.</li> <li>- Пульс на сонной артерии и реакция зрачков сохраняются в течение 1 минуты.</li> </ul>	
2	<p>Встаньте сбоку от пострадавшего. Кисть одной руки наложите ладонной поверхностью на нижнюю треть грудины пострадавшего, примерно на 4 см. выше мечевидного отростка, строго по срединной линии и перпендикулярно оси тела, а кисть другой руки – поверх первой, вдоль оси тела</p>	

3	<p>Надавливание на грудину осуществляют прямыми руками (их не сгибают в локтевых суставах и не отрывают от грудины пострадавшего), при этом используется не только сила рук, но тяжесть Вашего тела. Во избежание переломов ребер давление нужно оказывать только на грудину. Частота воздействий на грудную клетку должна составлять не менее 60 надавливаний в минуту. Надавливание необходимо проводить с такой силой, чтобы прогнуть грудную клетку по направлению к позвоночнику на 4...5 см. для взрослого человека, до 3 см. у подростка и до 1 см. грудного (годовалого) ребёнка.</p>	
4	<p>Между частотой вдувания воздуха в легкие пострадавшего и надавливания на грудину пострадавшего соблюдается соотношение 2:15, т.е. после каждых двух быстрых вдуваний воздуха производится 15 надавливаний на грудную клетку с частотой 1 воздействие в секунду. Если реанимацию проводят два человека, то между частотой вдувания воздуха в легкие пострадавшего и надавливания на грудину пострадавшего соблюдается соотношение 1:4-5, т.е. после каждого быстрого вдувания воздуха производится 4-5 надавливаний на грудную клетку с частотой 1 воздействие в секунду.</p>	
5	<p>При вдувании воздуха голова пострадавшего должна быть запрокинута назад, чтобы сохранялась проходимость дыхательных путей. Для этого под плечевой пояс подкладывают одеяло, пальто и другие подручные средства. Прерывать массаж сердца можно лишь на несколько секунд для вдувания воздуха и контроля пульса, а прекращать – только при появлении самостоятельного сердцебиения.</p>	

## Приложение 2.

### Контрольные вопросы для отчета.

1. Зачем делается запрокидывание головы при проведении сердечно – лёгочная реанимация?
2. Чем и куда наносится прекордиальный удар при остановке сердца?
3. Какова глубина продавливания грудной клетки для людей различных возрастов?
4. Какова последовательность проведения сердечно – лёгочная реанимация, если её проводят двое?
5. В течение, какого периода проводится сердечно – лёгочная реанимация?
6. Где и как проверяется появление пульса?



## Вопросы для проведения контрольной работы в группе

### Тема № 1

#### 1-й вариант.

1. Перечислите три оболочки Земли, в которых возможно возникновение ЧС.
2. Перечислите последовательность ваших действий, если при внезапном возникновении урагана, бури вы оказались на улице.

#### 2-й вариант.

1. Перечислите два типа ЧС по их происхождению, чем они отличаются.
2. Перечислите последовательность ваших действий, если при внезапном возникновении землетрясения, вы оказались дома.

#### 3-й вариант.

1. Перечислите виды последствий возникающие при землетрясении.
2. Перечислите последовательность ваших действий, если в квартире появился запах газа.

#### 4-й вариант.

1. Приведите название природных явлений, причиной которых является извержение вулкана.
2. Перечислите последовательность ваших действий, при внезапном наводнении, если вы оказались дома.

## Вопросы для проведения контрольной работы в группе

### Тема № 2

#### 1-й вариант.

1. Напишите определение понятия «оповещение».
2. Перечислите, что входит в комплект фильтрующего противогаза ГП-5
3. Перечислите название укрытий простейшего типа, применяемые как коллективное средство защиты от ОМП.

#### 2-й вариант.

1. Перечислите название способов оповещения. Кем и при помощи чего они передаются.
2. Напишите, что относится к индивидуальным средствам защиты органов дыхания, кожи.
3. Напишите определение, что такое коллективные средства защиты, что к ним относится.

### **3-й вариант.**

1. Напишите название основного сигнала гражданской обороны, кем и как он передаётся, чем дублируется.
2. Напишите, для чего предназначен фильтрующий противогаз ГП-5.
3. Какие помещения в убежище относятся к основным, какие – к вспомогательным

### **4-й вариант.**

1. Перечислите название сигналов оповещения в мирное и военное время, как и при помощи чего они передаются.
2. Напишите, сколько существует ротовых частей фильтрующего противогаза ГП-5, чему они соответствуют и как определяются.
3. Напишите название убежищ по расположению, в чём их отличие. Как условно подразделяются убежища по вместимости.

**Задания для текущего контроля знаний по «Безопасности жизнедеятельности»**

**Раздел 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»**

**Раздел 2 «Основы военной службы и обороны государства»**

**Раздел 3 «Оказание первой помощи при массовых поражениях»**

**1-й вариант.**

- |   |           |
|---|-----------|
| 1. Перечислите три оболочки Земли, в которых возможно возникновение ЧС.   | 3 балла.  |
| 2. Перечислите последовательность ваших действий, если при внезапном возникновении урагана, бури вы оказались на улице. | 4 балла.  |
| 3. Какие бывают способы оповещения.   | 2 балла.  |
| 4. Перечислите виды защитных сооружений, чем они отличаются друг от друга.  | 3 балла.  |
| 5. По какой команде одевается противогаз, и по какой команде снимается?   | 2 балла.  |
| 6. Что предусматривает воинская обязанность в мирное время.   | 6 баллов. |
| 7. Что относится к опорно двигательному аппарату.   | 4 балла.  |
| 8. Последовательность оказания первой помощи при глубокой, загрязнённой ране.   | 5 балла.  |
| 9. Оказание первой помощи при ожоге кислотой.   | 2 балла.  |
| 10. Перечислить последовательность выполнения частичной санитарной обработки.   | 6 баллов. |

---

ИТОГО: 37 баллов.

Оценка: «5» при наборе	34 – 37 балла.
«4» при наборе	30 – 33 баллов
«3» при наборе	20 – 29 балл.

**2-й вариант.**

- |  |           |
|--|-----------|
| 1. Перечислите два типа ЧС по их происхождению, чем они отличаются.  | 2 балла.  |
| 2. Перечислите последовательность ваших действий, если при внезапном возникновении землетрясения, вы оказались дома.                 | 4 балла.  |
| 3. Как называется основной сигнал оповещения, чем и как передаётся, дублируется.   | 4 балла.  |
| 4. Перечислите два простейших вида укрытий.  | 2 балла.  |
| 5. Какие подаются команды при одевании ОЗК в разных условиях?  | 3 балла.  |
| 6. Как называется документ, когда он принят, в котором определены виды подготовки граждан к военной службе, как эти виды называются. | 4 балла.  |
| 7. Перечислите способы временной остановки кровотечения?   | 5 баллов. |
| 8. Последовательность оказания первой помощи при солнечном ударе.  | 4 балла.  |
| 9. Что нежелательно делать во время отморожения, при оказании первой помощи.   | 2 балла.  |
| 10. Перечислите, что находится в АИ – 2 (аптечка индивидуальная)   | 7 баллов. |

---

ИТОГО: 37 баллов.

Оценка: «5» при наборе	34 – 37 балла.
«4» при наборе	30 – 33 баллов
«3» при наборе	20 – 29 балл.

### 3-й вариант.

- |  |           |
|--|-----------|
| 1. Перечислите наиболее важные природные явления, которые вызывают ЧС в литосфере?                                     | 5 баллов. |
| 2. Перечислите последовательность ваших действий, если в квартире появился запах газа.                                 | 3 балла.  |
| 3. Перечислите основные сигналы оповещения населения, при возникновении ЧС.  | 4 балла.  |
| 4. Как подразделяются защитных сооружений, по вместимости укрываемого в них населения                                  | 3 балла.  |
| 5. В каких положениях переносится противогаз, как они называются?  | 3 балла.  |
| 6. Каким документом в РФ установлена воинская обязанность, что она предусматривает в период военного положения?        | 2 балла.  |
| 7. Перечислите название видов кровотечений, дайте им краткую характеристику?   | 5 баллов. |
| 8. Оказание первой помощи при тепловом ударе.  | 4 балла.  |
| 9. Оказание первой помощи при ожоге щёлочью.   | 2 балла.  |
| 10. Последовательность выполнения непрямого массажа сердца, величина продавливания грудной клетки для разных возрастов | 6 баллов  |

---

ИТОГО: 37 балла.

Оценка: «5» при наборе	34 – 37 балла.
«4» при наборе	30 – 33 баллов
«3» при наборе	20 – 29 балл.

### 4-й вариант.

- |   |           |
|---|-----------|
| 1. Приведите название природных явлений, причиной которых является извержение вулкана.              | 6 баллов. |
| 2. Перечислите последовательность ваших действий, при внезапном наводнении, если вы оказались дома. | 4 балла.  |
| 3. Как называется сигнал, при воздушном нападении противника, как он передаётся и чем дублируется.  | 3 балла.  |
| 4. Что запрещается приносить с собой в защитные сооружения  | 3 балла.  |
| 5. Сколько существует ротовых частей противогаза, как они определяются?                             | 2 балла.  |
| 6. Что включает в себя добровольная подготовка граждан к военной службе.                            | 3 балла.  |
| 7. Травмы характерные для опорно - двигательного аппарата, оказание первой помощи.                  | 4 балла.  |
| 8. Оказание первой помощи при поражении электрическим током.  | 4 балла.  |
| 9. Для чего предназначен ИПП (индивидуальный противохимический пакет)                               | 1 балл.   |
| 10. Последовательность выполнения искусственной вентиляции лёгких .                                 | 7 баллов. |

---

ИТОГО: 37 балла.

Оценка: «5» при наборе	34 – 37 балла.
«4» при наборе	30 – 33 баллов
«3» при наборе	20 – 29 балл.