

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Московской области «Электростальский колледж»



У Т В Е Р Ж Д А Ю
Зам. директора по УР
И.В.Краснобельмова
« 10 » сентября 2019 г.

Методические рекомендации по выполнению практических работ

Дисциплина: **ОП.04. Безопасность жизнедеятельности**
по программе
подготовки квалифицированных рабочих и служащих
для профессий естественнонаучного профиля

08.01.25. МАСТЕР ОТДЕЛОЧНЫХ СТРОИТЕЛЬНЫХ и ДЕКОРАТИВНЫХ РАБОТ

на базе основного общего образования
с получение среднего общего образования

Разработчик:

преподаватель Пospelов Александр Васильевич

Пояснительная записка

Настоящие методические рекомендации предназначены в качестве методического пособия при проведении практических работ по программе дисциплины ОП.04 Безопасность жизнедеятельности.

Методические рекомендации включают в себя:

- пояснительную записку
- методические рекомендации по выполнению практических работ

1. В результате освоения учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» обучающийся должен обладать предусмотренными ФГОС по профессии СПО следующими умениями, знаниями, которые формируют общую и профессиональную компетенцию:

Уметь:

1. Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
2. Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
3. Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения, применять первичные средства пожаротушения;
4. Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;
5. Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;
6. Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
7. Оказывать первую помощь пострадавшим;

Знать:

1. 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 серьезной угрозе национальной безопасности России;
2. Основные виды потенциальных опасностей и последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
3. Основы военной службы и обороны государства;
4. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны, способы защиты населения от оружия массового поражения;
5. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
6. Организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступление на нее в добровольном порядке;
7. Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям СПО;
8. Область применения профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
9. Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Тестирование	В рамках промежуточного контроля в разделе: « Защита работников и населения в ЧС»
Решение ситуативных заданий.	В рамках промежуточного контроля по усвоению способов выживания в ЧС: -автономное существование в природе
Контрольный срез	В рамках промежуточного контроля
Практические работы	В рамках промежуточного контроля (ГО и ЧС). Темы: -Действия студентов при возникновении различных ЧС (пожар, угроза взрыва, аммиак, хлор, ртуть -Одевание ИС защиты дыхания и кожи (противогаз, самодельные средства, ОЗК, Л-1, рабочая одежда) - Работа с (огнетушителем , водой ,материей) - Ориентирование на местности для обхода зон заражения. Подача сигналов о помощи Преодоление жажды, оказание себе первой помощи - Пользование приборами РХБЗ. -Разработка инструкции по пожарной безопасности на различных объектах Основы военной службы:

	<ul style="list-style-type: none"> -Разборка-сборка АКМ. - Одевание ОЗК и Л-1 на время. - Практическая стрельба из пневматической винтовки. - Строевые приемы без оружия и с оружием. - Метание гранаты на точность из положения лежа и стоя. - Отработка прохождения элементов полосы препятствий. - Таблица сигналов управления строем <p style="text-align: center;">Санитарная подготовка:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Первая медицинская помощь при внезапной остановке дыхания и сердцебиение. - Бинтовые повязки головы, шеи, груди и конечностей. - Переноска раненого . Имобилизация при переломах . - Наложение жгута, синдром длительного сдавливания - Первая медицинская помощь при ожогах, обморожениях, термальных состояниях. - Первая помощь при инфекционных заболеваниях - Гигиена беременности Уход за младенцем. - Инфекции передающиеся половым путем. СПИД
--	--

При изучении учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» предусмотрены следующие виды **текущего контроля** знаний обучающихся:

- устный опрос – контроль, проводимый после изучения материала в виде ответов на вопросы, позволяет не только проконтролировать знание темы урока, но и развивать навыки свободного общения, правильной устной речи;

- письменный контроль – выполнение ситуативных заданий по отдельным темам, разделам, позволяет выявить уровень усвоения теоретического материала и умение преломлять полученные знания на практике в конкретных ситуациях;

- комбинированный опрос – контроль, предусматривающий одновременное использование устной и письменной форм оценки знаний, позволяющий опросить большое количество обучающихся;

- защита и презентация домашних заданий (внеаудиторная самостоятельная работа) – контроль знаний по индивидуальным или групповым домашним заданиям с целью проверки правильности их выполнения, умения обобщать пройденный материал и публично его представлять, прослеживать логическую связь между темами курса.

3. Оценка освоения дисциплины:

Тестовый контроль:

Тема: « Защита работников и населения в ЧС» (4 варианта)

(задание для обучающихся)

1.Вы находитесь дома одни. Вдруг задрожали стекла и люстры, с полки начали падать посуда и книги.

Вы срочно

- 1) позвоните родителям на работу, чтобы предупредить о происшествии и договориться о месте встречи
- 2) займете место в дверном проеме капитальной стены
- 3) закроете окна и двери, быстро спуститесь в подвальное помещение
- 4) подойдете к окну и узнаете у прохожих, что случилось

2.Что надо делать с получением сигнала о приближении урагана, бури, смерча при нахождении в доме (квартире)?

- 1) закрыть окна, включить радиоприемник для получения информации от управления ГО и ЧС
- 2) плотно закрыть двери и окна, отключить электроэнергию, занять безопасное место у стен внутренних помещений
- 3) закрыть окна и двери с наветренной стороны здания, а с подветренной открыть, убрать с балконов и подоконников вещи, которые могут быть подхвачены воздушным потоком
- 4) закрыть краны газовой сети, включить радиоприемник с автономным питанием для получения информации от управления ГО и ЧС

3.Как следует выходить из зоны лесного пожара?

- 1) навстречу ветру, используя для этого просеки, дороги
- 2) перпендикулярно направлению ветра, используя для этого открытые пространства
- 3) если загорелась одежда, то нужно бегом покинуть опасную зону по направлению ветра
- 4) если вы в составе группы, то нужно разделиться и по одному выходить навстречу ветру

4.При химической аварии необходимо выполнить ряд действий. Среди приведенных ниже вариантов ответов найдите ошибочный.

- 1) включить радиоприемник или телевизор для получения достоверной информации об аварии и о рекомендуемых действиях
- 2) при поступлении информации об эвакуации надеть резиновые сапоги, плащ, взять документы и необходимые вещи, продукты на трое суток и выходить из зоны возможного заражения перпендикулярно

направлению ветра

3) для защиты органов дыхания используйте ватно-марлевую повязку или подручные изделия из ткани, смоченные в воде или 2-5% -ном растворе пищевой соды (для защиты от хлора), 2%-ном растворе лимонной или уксусной кислоты (для защиты от аммиака)

4) для защиты органов дыхания используйте противогаз, а при его отсутствии ватно-марлевую повязку или подручные изделия из ткани, смоченные в воде или 2% -ном растворе лимонной или уксусной кислоты (для защиты от хлора), 2-5% -ном растворе пищевой соды (для защиты от аммиака)

5. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают сигнал оповещения

1) «Тревога!»

2) «Внимание! Опасность!»

3) «Внимание всем!»

4) «Химическая (радиационная) опасность!»

Пакет преподавателя:

1. Прочитав вопрос – прочтите и предложенные варианты ответов (правильный один).

2. Ответы записываются в тетрадь в виде цифры вопроса, через тире в виде цифры, варианта ответа.

3. На решение теста дается не более 10 минут.

4. Проверка производится во время занятия самими обучающимися (обводят цифру ответа в кружок, треугольник и т. д.)

5. Оценка 5- за 5 ответов правильных,

4- за 4

3- за 3

Ситуативные задания по теме «Автономное существование в природе» (33 варианта)

Типовое задание (карточка)-каждому со своими вопросами. (задание для обучающихся)

1 Вас мучает голод. (Как вы поступите : будете есть все ягоды красного цвета, проследите что едят птицы или поступите еще как то)

2 Какой цвет льда наиболее безопасен для перехода (синий, белый, зеленый, матовый). Какая толщина льда безопасна для людей, машин.

3 Перечислите известные вам типы костров и раскройте их предназначение: для приготовления еды, для обогрева, для подачи сигнала.

Пакет преподавателя:

1. Прочитав вопрос – продумайте ответ, он должен показать, что обучающийся владеет ситуацией и полноценно раскрывает всю последовательность действий.

2. На задание дается 15- 20 минут.

3. Задания делаются на отдельном листе.

Критерии оценивания: (Знания учащегося оцениваются по 5-ти балльной системе)

Оценка выставляется:

«5» - если учащийся полно и точно излагает изученный материал, дает правильное определение предметных понятий, обнаруживает понимание материала по вопросам задания.

«4» - если учащийся полно и точно излагает изученный материал, дает правильное определение предметных понятий, обнаруживает понимание материала по вопросам задания, но допускает при изложении материала 1-2 ошибки, которые сам же и исправляет.

«3» - если учащийся обнаруживает знание и понимание изученного материала, но излагает материал неполно, непоследовательно и допускает неточности в определении понятий или формулировке понятий, не умеет достаточно глубоко обосновать свои суждения. Или недостаточно полно отвечает на все вопросы задания.

«2» - если учащийся обнаруживает незнание большей части изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений, искажает их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал, допускает речевые ошибки в изложении материала задания. Или не отвечает ни на один из поставленных вопросов.

Примечание:

- если учащийся не отвечает на вопросы данного задания, то ему может быть жено взять другую карточку-задание, но оценка в этом случае при положительном ответе выставляется на балл ниже.

Контрольный срез в:

Типовое задание по ГО и ЧС:

1-вариант	2-вариант
1. Назвать основные способы ориентирования на местности	1. Как можно определить стороны горизонта по местным предметам?
2. Как правильно выбрать место для	2. Назвать типы костров и их назначение

разведения костра?	
3. Какие правила следует выполнять в целях сохранности документов, денег и драгоценностей на улице, в общественных местах, в транспорте?	3. Как необходимо себя вести с незнакомыми людьми на улице, в общественных местах, в транспорте?
4. Что понимают под угоном автомобиля и какое наказание предусмотрено за это преступление?	4. Что такое вандализм и в каких действиях он может выражаться?
5. Каким образом следует действовать во время пожара в здании?	5. Какие действия необходимо предпринять при оповещении об аварии с выбросом химических опасных веществ?
6. Для чего создана Единая государственная система предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций (РСЧС)?	6. Какие основные задачи выполняет Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)?
7. На какие виды подразделяются ядерные взрывы? Дать характеристику одного вида по выбору ученика	7. Какие поражающие факторы ядерного взрыва существуют? Дать характеристику одного из них по выбору ученика
8. Какие вещества являются отравляющими и как их классифицируют?	8. Что относится к химическому оружию и каковы признаки его применения?
9. Что понимается под бактериологическим оружием и от чего зависит эффективность его действия?	9. По каким характерным признакам можно определить применение противником бактериологического оружия?
10. Какое оружие является высокоточным? Привести пример и дать его характеристику	10. Как классифицируются современные обычные средства нападения? Привести пример
11. Как вы лично относитесь к исследованиям, испытаниям и применению оружия массового поражения в современном мире?	
12. Что такое гражданская оборона, и каково ее значение?	12. Какие права и обязанности в области гражданской обороны определены законом?
13. Какие основные задачи гражданской обороны вы знаете?	13. Какова структурная схема системы гражданской обороны в вашем учебном заведении
14. Каковы основные обязанности учащихся в области гражданской обороны?	14. Кто в вашем учебном заведении является начальником ГО, начштаба ГО, председателем эвакуационной комиссии, какие функции на них возложены?
15. Что понимается под средствами коллективной защиты, и как они классифицируются?	15. Чем отличаются убежища от противорадиационных укрытий?
16. Для чего предназначены ПРУ, и какие помещения могут быть приспособлены под них?	16. Для чего предназначены укрытия простейшего типа и как они устроены?
17. На чем основано действие фильтрующего противогаза?	17. Из каких основных частей состоит противогаз ГП-5?
18. Какие средства защиты кожи вы знаете?	18. Каковы правила пользования средствами защиты кожи?

Пакет преподавателя:

1. Прочитав вопрос – продумайте ответ, он должен показать, что обучающийся владеет ситуацией и полноценно раскрывает всю последовательность действий.
2. На задание дается 40 минут.
3. Задания делаются на отдельном листе.

Оценки выставляются преподавателем исходя из полноты ответов, но при условии, что: отлично-15-18 ответов

Хорошо-11-14 ответов

Удовлетворительно- 7-10 ответов

**Контрольный срез по «Основы военной службы»:
обучающихся)**

(задание для

1. Раскройте понятие: ДОЛГ и ОБЯЗАННОСТЬ.

Ответ: Долг-нравственно-правовая норма. Это сама служба в рядах ВС. Обязанность-шире-она включает саму службу либо выполнение других обязанностей связанных с обороной страны (учет).

2.Рассказать о знаменательных битвах Великой Отечественной войны.

Ответ: Москва-декабрь 1941-развеем миф о непобедимости фашистов.

Сталинград-февраль1943-начало коренного перелома в ВОВ.

Курск - август 1943- окончательный перелом в ВОВ.

Ленинград- январь 1944- снятие блокады.

3. Перечислите качества, необходимые молодому человеку для успешной службы в армии.

Ответ: *) физическая подготовка *) специальность *) умения (рисовать ,подчерк, петь , строить) *) адаптироваться (знакомиться, осваиваться, привыкать) *) делиться(что имеешь) *) сила воли(отрабатывать то, что не получается) *) цель(стать сержантом).

4. Раскройте историческое понятие символа- Георгиевская лента.

Ответ: Это символ солдатской славы начиная от Отечественной войны 1812 , затем 1 й мировой войны когда были полные георгиевские кавалеры. В годы ВОВ Его заменил Орден Славы-он с георгиевской лентой и только для солдат и сержантов.

5. Раскройте значение армейских понятий: начальники и подчиненные. старшие и младшие.

Ответ: Воинские звания делят военнослужащих на старших и младших но деление на должности выше. Чем больше должность –тем выше начальник независимо от звания.

6. Объясните содержание основного принципа строительства ВС-ЕДИНОНАЧАЛИЕ.

Ответ: Командир в армии имеет право принимать решения и даже посылать на смерть. Но он отвечает и за питание, обмундирование, здоровье и жизнь своих подчиненных.

7. Сколько и каких военных парадов проводится в нашей стране.

Ответ: 9 мая – в честь ДНЯ ПОБЕДЫ. 7 ноября – в честь Дня воинской славы-Парада на Красной площади 1941 года(в форме тех времен и с той техникой).

Пакет преподавателя:

1. Прочитав вопрос –продумайте ответ , он должен показать, что обучающийся владеет ситуацией и полноценно раскрывает всю последовательность действий.

2. На задание дается 35- 40 минут.

3. Задания делаются на отдельном листе.

Оценки выставляются преподавателем исходя из полноты ответов, но при условии, что: **отлично-7 ответов**

Хорошо-6 ответов

Удовлетворительно- 5 ответов

Контрольный срез по: Санитарная подготовка:

1 Что должен сделать водитель, если неизбежно столкновение. Перевести столкновение из лобового в скользящее

2 Что необходимо сообщить при вызове 03 при аварии на трассе. Количество пострадавших, возраст, степень ран, место происшествия.

3 Первая помощь при наличии внутреннего кровотечения. Положить –ноги приподнять. На поврежденное место холод. Следить за сознанием(нашатырь).

4 Перечислите виды кровотечений и степень их опасности. Артериальное и внутреннее – смертельное. Венозное – опасное. Капиллярное – требует обработки(можно самому).

5 Как проверить состояние своего организма после аварии на дороге. Пошевелить конечностями, посмотреть не течет ли кровь, покашлять и пописать. Если есть ушиб головы или подозрение на внутреннее кровотечение, то сесть или лечь.

6 Приведите способы диагностики пострадавшего без сознания. Поговорить, пощупать пульс (кисть, сонная артерия), зеркало ко рту, поднять веки и посмотреть в зрачки.

7 Как правильно снять одежду с пострадавшего в аварии(есть перелом конечности). Сперва со здоровой конечности , а потом с пострадавшей конечности.

Пакет преподавателя:

1. Прочитав вопрос –продумайте ответ , он должен показать, что обучающийся владеет ситуацией и полноценно раскрывает всю последовательность действий.

2. На задание дается 35- 40 минут.

3. Задания делаются на отдельном листе.

Оценки выставляются преподавателем исходя из полноты ответов, но при условии, что: **отлично-7 ответов**

Хорошо-6 ответов

Удовлетворительно- 5 ответов

Практические занятия и критерии их оценивания

(Проводятся для закрепления уже изученного материала, в течении одного часа, в кабинете ОБЖ, на улице в летнее время)

Гражданская оборона и Чрезвычайные ситуации:

Действия при различных ЧС (3 занятия)

Практическое занятие № 1(4)

Типовое задание: « Действия студентов при возникновении пожара(задымления)».

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: заполнение таблицы на доске по особенностям действий при различных ситуациях. Реальная эвакуация при пожаре и задымлении(по этапам: в кабинете закрыты окна, двери, лестницы, место для сбора не угрожающее задымлением), устный опрос в месте сбора. Уточнение системы знаков безопасности.

Возвращение в кабинет

Оценки по результатам активности, устных ответов, умению реально действовать в предложенных ситуациях.

Практическое занятие № 2 (5)

Типовое задание: « Действия студентов при угрозе, возникновении терракта (угроза взрыва, обстрел, захват заложников)».

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: мотивы терроризма, признаки подозрительного предмета, подозрительный человек, правила поведения в заложниках.

Реальная эвакуация при угрозе взрыва: открываем окна, двери, уходим дальше от разлета осколков. Устный опрос по поднятым вопросам

Оценки по результатам активности,

устных ответов, умению реально действовать в предложенных ситуациях.

Практическое занятие № 3(7)

Типовое задание: «Действия студентов при возникновении ЧС (аммиак, хлор, радиация)».

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: заполнение таблицы на доске по особенностям действий при различных ситуациях,

Реальная эвакуация при аммиаке (по этапам: кабинет, лестницы, место для сбора –подниматься на верхние этажи), устный опрос в месте сбора.

Реальная эвакуация при угрозе хлора (по этапам: кабинет , лестницы, место сбора – опускаться на 1 этаж), устный опрос в месте сбора. Возвращение в кабинет .Опрос по действиям при радиации.

Оценки по результатам активности, устных ответов, умению реально действовать в предложенных ситуациях.

Применение индивидуальных средств защиты(3 занятия)

Практическое занятие № 4 (9)

Типовое задание: « Одевание ИС защиты дыхания и кожи (Л-1)»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: заполнение таблицы на доске по особенностям средств защиты кожи

Выполнение норматива по одеванию Л-1

Устный опрос по предназначению Л-1

3мин. - отлично;

3,5 мин. - хорошо;

4 мин. - удовлетворительно.

Практическое занятие № 5 (10)

Типовое задание: «Одевание ИС защиты дыхания и кожи (противогаз, ОЗК)

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: заполнение таблицы на доске по особенностям средств защиты дыхания

Выполнение норматива № 5 «Химический комплект надеть. Газы»

3 мин.- отлично;

3 мин 30 сек. - хорошо;

4 мин. - удовлетворительно..

Практическое занятие № 6(11)

Типовое задание: «Применение подручных средств индивидуальной защиты (рабочая и спортивная одежда)

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Обсуждение способов и средств защиты дыхания, кожи.
(влажные салфетки для дыхания, бахилы, перчатки)

Выполнение норматива № 3 «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть. Газы»

(В виде плаща).

3 мин.- отлично;

3 мин 20 сек. - хорошо;

4 мин. - удовлетворительно

Выполнение норматива № 1 «Газы»

7 сек. - отлично;

8 сек. - хорошо;

10сек. – удовлетворительно

Пользование приборами РХБЗ (2 занятия)

Практическое занятие № 7 (12)

Типовое задание : « Пользование приборами РХБЗ (ДП-5)».

Время: 1 час

Место: спортивный городок, кабинет ОБЖ

Ход занятия: заполнение таблицы на доске по особенностям приборов и их предназначению

Реальное измерение уровня радиации бытовым дозиметром в кабинете, на часах со светящимся циферблатом, на ДП-5, на улице , на предметах. устный опрос.

Оценки по результатам активности, устных ответов, умению реально действовать в предложенных ситуациях.

Практическое занятие № 8 (13)

Типовое задание : « Пользование приборами РХБЗ (ВПХР)».

Время: 1 час

Место: спортивный городок, кабинет ОБЖ

Реальные действия по проверке наличия ОБ (в воздухе, на почве, в условиях задымления , низких температур) устный опрос.

Оценки по результатам активности, устных ответов, умению реально действовать в предложенных ситуациях.

Способы выживания в различных ЧС (3 занятия)

Практическое занятие № 9(14)

Типовое задание: «Ориентирование на местности для обхода зон заражения»

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Ход занятия: в кабинете заполнение таблицы на доске по особенностям ориентирования и преодоления зон заражения,

Выход на улицу с компасами (определение сторон горизонта по компасу, по часам, по солнцу, по деревьям и т.д.)

Реальное прохождение по азимуту(установленному маршруту) Возвращение в кабинет .Опрос по действиям при жажде и голоде.

Оценки по результатам активности, устных ответов, умению реально действовать в предложенных ситуациях.

Практическое занятие № 10 (15)

Типовое задание: « Подача сигналов о помощи и выживанию при возникновении ЧС ».

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Ход занятия: в кабинете заполнение таблицы на доске по особенностям подачи сигналов о помощи в различных ситуациях,

Выход на улицу. Реальная проба подачи сигналов о помощи (выкладывание символов, слов, пускание солнечных зайчиков , стремление позвать друг друга при наличии угла здания).

Оценки по результатам активности, устных ответов, умению реально действовать в предложенных ситуациях, решению ситуативных задач.

Практическое занятие № 11 (16)

Типовое задание: « Правила выживания в различных ЧС ».

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Поиск предметов, растений для оказания себе срочной помощи (в кабинете решение ситуативных заданий по автономному существованию в природе)

Оценки по результатам активности, устных ответов, умению реально действовать в предложенных ситуациях, решению ситуативных задач.

Основы пожарной безопасности (2 занятия)

Практическое занятие № 12 (18)

Типовое задание: « Правила пользования огнетушителем, само тушение»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: заполнение таблицы на доске по особенностям различных типов огнетушителей .

Даются задания для решения ситуативные задания по различным пожарам. Выставляются разные типы огнетушителей.

Показываются способы тушения на себе горящей одежды

Оценки по решению ситуативных заданий и умению пользоваться разными типами огнетушителей, за проявленную активность.

Практическое занятие № 13 (19)

Типовое задание: « Разработка инструкции по пожарной безопасности на различных объектах».

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия:- заполнение таблицы каждым студентом на основании приобретенного опыта по особенностям мер пожарной безопасности(на бензоколонке, магазине, кинотеатре, квартире)

- Раскрыть основные требования к состоянию путей эвакуации

- Раскрыть основные средства оповещения и тушения и требования по их содержанию

- Раскрыть требования к работникам по пожарной безопасности.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать в предложенных ситуациях.

Основы военной службы:

Учебные сборы:

Огневая подготовка (8 занятий)

Практическое занятие № 1 (34), №2 (37), №3 (45), №4 (48)

Типовое задание : « Разборка - сборка автомата Калашникова»

Время: 4 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Показ основных частей АКМ , его характеристик , мер

безопасности при обращении, цели разборки – сборки (для чистки оружия), почему надо проверять наличие патрона в патроннике.

- дать разобрать и собрать автомат без времени,
- с лучшими на время.
- показать ускоренные варианты действий
- показать разборку в противогазе, с завязанными глазами
- Принять зачет на время у каждого.
- Неполная разборка Калашникова.

Время разборки, сборки:

- 60сек. - отлично;
- 65сек. - хорошо;
- 70сек. - удовлетворительно.

Практическое занятие № 5 (35), №6 (38), №7 (46), №8 (49)

Типовое задание : «Практическая стрельба из пневматической винтовки »

Время: 4 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Показ пневматической винтовки , последовательности пользования , мер безопасности при зарядании и стрельбе, прицеливания.

Без времени.

Студент с винтовкой осваивает место для стрельбы из положения лежа, выполнение команд, порядка прицеливания , соблюдение мер безопасности, расписывается за инструктаж в специальной ведомости.

Практическая стрельба: по мишени с цифрами от1 до 10(3 выстрела)

Отлично- (22-30)

Хорошо- (15-21)

Удовлетворительно-(9-14)

Производится стрельба в противогазе, методом «биатлон».

Практическая стрельба: по мишени с цифрами от1 до 10(3 выстрела)

Отлично-(25-30)

Хорошо-(19-24)

Удовлетворительно-(12-18)

РХБЗ (5 занятий)

Практическое занятие № 1 (39), №2(47), №3 (50)

Типовое задание : «Одевание ОЗК »

Время: 3 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Показ основных частей ОЗК , предназначения , мер безопасности при выходе из зоны заражения и снятии ОЗК.

Без времени.

Студент с автоматом, каской, другим имуществом-примеряет ОЗК (в зоне заражения-Химическая тревога, для прохождения зоны заражения-Плащ в рукава , чулки, перчатки надеть. Газы, для ведения боевых действий в зоне заражения- Химический костюм надеть. Газы.)

Выполнение норматива № 3 «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть. Газы» (В виде плаща).

3 мин.- отлично;

3 мин 20 сек. - хорошо;

4 мин. - удовлетворительно.

Дополнительно оценивается правильность снятия «ОЗК».

Выполнение норматива № 4 «Химический костюм надеть. Газы»).

4 мин. 35сек. - отлично;

5 мин. - хорошо;

6 мин. - удовлетворительно.

Практическое занятие № 4(36)

Типовое задание : «Одевание Л-1 »

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Показ основных частей Л-1 , предназначения , мер безопасности при выходе из зоны заражения и снятии Л-1.

Без времени.

Студент с автоматом, каской, другим имуществом-примеряет Л-1 (применяется только до входа в зону заражения , но позволяет вести активные действия в ней)

Выполнение норматива № 5 «Химический костюм надеть. Газы»

3 мин.- отлично;

3 мин 30 сек. - хорошо;

4 мин. – удовлетворительно

Практическое занятие № 5 (67)

Типовое задание : « Проведение комплексного занятия по проверке приобретенных знаний в средствах защиты»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студенты попарно разбирают автомат, одевают противогаз, собирают автомат, снимают противогаз, одевают Л-1, занимают положение для стрельбы лежа, стреляют, снимают средства защиты.

Действия носят ознакомительный характер, но время засекается, допущенные ошибки разбираются.

Строевая подготовка (4 занятия)

Практическое занятие № 1 (40)

Типовое задание : «Строевая подготовка одиночная (строевые приемы на месте)»

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Ход занятия: Показ основных элементов строевой стойки, поворотов на месте, движение строевым шагом, повороты в движении.

Выполнение строевой стойки



Строевая стойка принимается в следующих случаях:

по команде;

при отдавании и получении приказа;

при докладе;

во время исполнения Государственного гимна Российской

Федерации;

при выполнении воинского приветствия;

при подаче команд.

Выполнение поворотов на месте

Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Пол-оборота напра-ВО», «Нале-ВО», «Пол-оборота нале-ВО», «Кру-ГОМ».

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению команд.

Практическое занятие № 2 (53)

Типовое задание : «Строевая подготовка одиночная с оружием »

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Ход занятия: Показ основных элементов строевой стойки с оружием, выполнение приемов с оружием, движение строевым шагом с оружием:

(деревянные автоматы, плакаты, показ в головных уборах)

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению команд.

Приемы отрабатываются индивидуально ,в составе шеренги , колонны.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению команд.

Практическое занятие № 3 (58)

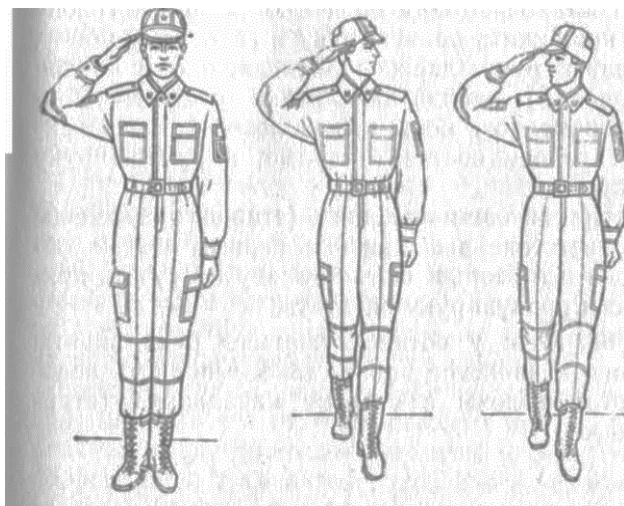
Типовое задание : «Строевая подготовка одиночная без оружия (строевые приемы и движения)»

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Ход занятия: Показ основных элементов строевой стойки, поворотов на месте, движение строевым шагом, выход из строя, подход к начальнику, отдавание воинского приветствия:

отдавание воинского приветствия на месте и в



движении

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению команд.

Практическое занятие № 4 (61)

Типовое задание : «Строевая слаженность без оружия и с оружием»

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Ход занятия: Показ основных элементов начала движения в составе подразделения без оружия и с оружием.

(деревянные автоматы, плакаты, показ в головных уборах)

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению команд.

Приемы отрабатываются в составе шеренги , колонны, всего подразделения.

Физическая подготовка (2 занятия)

Практическое занятие № 1 (41), № 2(51)

Типовое задание: «Практическая отработка комплексов гимнастических упражнений №1 и №2 »

Время: 2 часа

Место: спортивный городок

Ход занятия: Студент отвечает на вопросы о соблюдении здорового образа жизни, значении физической подготовки в любых условиях выполнения задач.

При помощи учебника. Лично, через подготовленный актив. Разучиваем комплекс физических упражнений для утренней зарядки №1 , затем №2.

Оценка:

Отлично – за четкое выполнение комплексов

Хорошо – за незначительные ошибки

Удовлетворительно – за пропущенный элемент

Военно-медицинская подготовка (3занятия)

Практическое занятие № 1 (44), №2 (56), №3 (59)

Типовое задание: «Практическое оказание помощи товарищу на поле боя »

Время: 3 часа

Место: спортивный городок

Ход занятия:

1. Студент отвечает на вопросы о действия по спасению товарища на поле боя в условиях применения ОМП.

Надеть на раненого противогаз, что бы защитить от поражения(сам в противогазе).

2. Применить иммобилизацию (обездвиживание) из подручных материалов, особенно при ранении , ожоге(укол обезболивания, остановка крови наложением жгута) .

3. Транспортировка- главное, вынести товарища с поля боя.

Оценка: Ставится за принятые меры, а главное как вынес на себе, на носилках, с товарищем.

Тактическая подготовка(6 занятий)

Практическое занятие № 1(42)

Типовое задание : « Топографическая подготовка (Ориентирование для ведения огня)»

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Ход занятия: Умение студента ориентироваться при помощи компаса, солнца, звезд, местных предметов.

Умение определять ориентиры для ведения огня, выхода на позицию, маскироваться.

Действия носят ознакомительный характер, допущенные ошибки разбираются.

Практическое занятие № 2(52)

Типовое задание: «Практическое метание гранаты на точность стоя (наступательная) »

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Ход занятия: Студент отвечает на вопросы о соблюдении мер безопасности, расписывается за инструктаж в специальной ведомости, метание гранаты осуществляет в специальные круги на дальности 30 м. , держа в руках автомат, в каске. После броска двигается в сторону противника ведя условный огонь на ходу из деревянного автомата.

Обязательно бросок за 30 метров, в центр мишени, оценивается каждый бросок, оценка определяется средне арифметически из 3 попыток:

Оценка:

Отлично-(15-13)

Хорошо-(12-10)

Удовлетворительно-(9-7)

Практическое занятие № 3 (57)

Типовое задание: «Практическое метание гранаты на точность лежа (оборонительная) »

Время: 1 час

Место: спортивный городок

Ход занятия: Студент отвечает на вопросы о соблюдении мер безопасности, расписывается за инструктаж в специальной ведомости, метание гранаты осуществляет в специальные круги на дальности за 20 м. лежа на подстилке, при метании гранаты встает на одно колено, держа в руках автомат, в каске. После броска, ложится снова (имитируя защиту в укрытии)

Оценка:

Обязательно бросок за 20 метров, в центр мишени, оценивается каждый бросок, оценка определяется среднеарифметически из 3 попыток:

Отлично-(15-13)

Хорошо-(12-10)

Удовлетворительно-(9-7)

Практическое занятие № 4 (54), № 5 (60), № 6 (63)

Типовое задание : «Отработка прохождения элементов полосы препятствий »

Время: 3 часа

Место: спортивный городок

Ход занятия:

1. Бег 100м (старт из положения лежа)

Оценки: 15с.-отлично; 17с.-хорошо; 19с.-удовлетворительно.

- Силовые упражнения (отжимание, подтягивание на количество раз)

Оценки: отлично-30/12;хорошо-25/10; удовлетворительно-20/7

-Бег 1000м.

Оценки: 3м.30с.- отлично;4ч-хорошо; 4м.20с.-удовлетворительно.

- Прыжки в длину с места

Оценки: 8м-отлично; 7м.- хорошо; 6м.- удовлетворительно

2. Прохождение « Змейки»

Оценки: 13с. -отлично; 15с.-хорошо; 17с.-удовлетворительно.

- Силовые упражнения (отжимание, подтягивание на количество раз)

Оценки: отлично-30/12;хорошо-25/10; удовлетворительно-20/7

3. Прохождение « Сломанного моста» его замена ,ходьба на ходулях

Оценки: пройти на ходулях отмеченное расстояние-20м.-отлично; 10м.-хорошо; попробовать пройти-удовлетворительно.

Общевоинские уставы (6 занятий)

Практическое занятие № 1 (43), № 2(55)

Типовое задание: «Права и обязанности военнослужащих »

Время: 2 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: 1. Изучение льгот солдатам по призыву и контракту. Какие права есть у гражданина страны и в/служащего.

2. Обязанности в/служащего: общие, специальные, должностные.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально оценить социальный(особый)статус в/служащего.

Практическое занятие № 3 (62), № 4(66)

Типовое задание: « Казарменные помещения и состав лиц суточного наряда»

Время: 2 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия:1. По учебнику, плакатам разбираем казарменные помещения, их назначение особенности эксплуатации (оружейка)

2. Необходимость лиц суточного наряда и их обязанности (дневального очередного и свободной смены).

Оценки по пониманию , знанию и умению реально оценить социальный(особый)статус в/служащего.

Практическое занятие № 5 (64), № 6 (65)

Типовое задание: «Назначение, состав и обязанности лиц караула»

Время: 2 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: 1. По учебнику, плакатам разбираем особый статус караула, особенности подбора в него в/служащих.

2. Изучаем особый статус часового (неприкосновенность), его особые права и обязанности.

Оценки по пониманию, знанию и умению реально оценить социальный(особый)статус в/служащего.

Основы медицинских знаний:

Способы реанимации (6 занятий)

Практическое занятие № 1 (25), № 2 (28), № 3 (30)

Типовое задание : «Методы диагностики и алгоритм действий при потере сознания »

Время: 3 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы о причинах резкой остановки дыхания и сердца(поражение электротоком, инсульт, инфаркт ,болезни сердца).Заполняем таблицу на доске по признакам применения искусственного дыхания.

Отработка способов действий при наличии и отсутствии дыхания. Без времени.

Просмотр учебных фильмов по действиям при остановке сердца.

Отработка реальных действий на учебном манекене « Максим»

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 4 (32), № 5 (35), № 6 (39)

Типовое задание: «Первая помощь при внезапной остановке дыхания и сердца »

Время: 3 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по особенностям действий при (поражение электротоком, инсульт, инфаркт ,болезни сердца).Разбираем признаки остановки сердца.

1.Отработка выполнения непрямого массажа сердца 2.Отработка искусственной вентиляции легких. 3. Проведение полного цикла реанимации одним человеком и двумя. Без времени. Отработка на учебном макете « Максим»

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Кровотечения и бинтовые повязки (5 занятий)

Практическое занятие № 7 (38)

Типовое задание : «Виды кровотечений, способы наложения давящей повязки»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по особенностям ран, видам кровотечений и действий при их получении. Отработка выполнения способов наложения давящей повязки:

Давящая повязка (самая универсальная)-она заменяет жгут, может долго не меняться, может останавливать сильное кровотечение.

Отработка выполнения наложения повязок, обработки ран. Оказание дальнейшей помощи до приезда скорой. **Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.**

Практическое занятие № 8 (41)

Типовое задание : «Способы обработки ран»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по особенностям ран, видам кровотечений и действий при их получении. Отработка выполнения способов обработки ран.

Назначение йода, перекиси водорода, зеленки, бактерицидных пластырей, специальных салфеток.

Септика и антисептика.

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий

Практическое занятие № 9 (43), № 10 (46)

Типовое задание: «Наложение различных типов бинтовых повязок »

Время: 2 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по типам повязок и способам их применения. Отработка выполнения способов наложения повязок:

- круговая
- спиральная
- уздечка
- пращевидная
- косыночная

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 11 (49)

Типовое задание : «Повязки на сквозную рану»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по особенностям ран, видам кровотечений и действий при их получении. Отработка выполнения способов обработки ран.

Назначение пакета перевязочного индивидуального . как вскрывать , как применить целофан или бумагу. Способы применения данного пакета на себе самой.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий

Переломы, иммобилизация, транспортировка (6 занятий)

Практическое занятие № 12 (23), № 13 (26)

Типовое задание: « Виды переломов, их внешнее определение, отличие от вывихов и ушибов»

Время: 2 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по особенностям переломов(поперечным, продольным, косым, спиральным, осколочным, открытым).

Отработка выполнения обработки ран, обездвижения(обездвиживают не перелом, а суставы-один выше, другой ниже перелома). Действия при вывихах, ушибах, растяжениях. Тугая повязка. Разработка таблицы по данным видам травм с показом их характерных внешних признаков и видов помощи. Оказание дальнейшей помощи до приезда скорой.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 14 (31), № 15 (34)

Типовое задание: «Иммобилизация при переломах частей тела, в т.ч. открытых»

Время: 2 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по особенностям переломов (позвоночника, ребер, голени, бедра, травмы головы, вывихам, растяжениям, ушибам).

Отработка выполнения обездвижения при особенностях этих травм (поза лягушки, сидя, давящие повязки, на двери).

Особенности иммобилизации открытого перелома (остановка кровотечения, обработка раны). Оказание дальнейшей помощи до приезда скорой.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 16 (37), № 17 (40)

Типовое задание : «Переноска при переломах в т.ч. из подручных средств »

Время: 2 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по особенностям переноски при различных переломах (ноги, руки, позвоночника, ребер, травмы головы, вывихам, растяжениям, ушибам).Рассматриваем и пробуем носилки.

Отработка выполнения способов переноски при особенностях этих травм (поза лягушки, сидя, на двери. (На спине , на руках, на стуле, на ветках). **Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.**

Жгуты. Синдром длительного сдавливания. Повреждения головы (4 занятия)

Практическое занятие № 18 (27), № 19 (33)

Типовое задание: «Виды кровотечений и наложение жгута. в т.ч. самодельного»

Время: 2 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по видам кровотечений(артериальное, венозное, капиллярное, внутреннее).

Отработка выполнения способов наложения жгута (на реальном манекене).Отработка наложения и подготовки самодельной закрутки, поясного ремня.

Выполнение других способов остановки кровотечения.

Оказание дальнейшей помощи до приезда скорой.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 20 (36)

Типовое задание: «Синдром длительного сдавливания»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по времени наложения жгута, возможных последствиях.

Понимание синдрома длительного сдавливания(травматического токсикоза).

Отработка выполнения способов наложения жгута, закрутки после и до извлечения пострадавшего из под обломков.

Оказание дальнейшей помощи до приезда скорой.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 21 (52)

Типовое задание: «Помощь при повреждении головы»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки разбирают особенности оказания помощи при ушибе головы.

Как посадить, что сделать, как ухаживать(возможна потеря сознания и рвота)

Оказание дальнейшей помощи до приезда скорой.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Помощь при ожогах, обморожениях, термальных состояниях (4 занятия)

Практическое занятие № 22 (45)

Типовое задание: «Особенности горения . Способы самотушения»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по особенностям горения различных веществ и материалов, видам ожогов(термические, химические).

Отработка выполнения способов тушения одежды на себе, пострадавшем. Отработка снятия одежды.

Оказание дальнейшей помощи до приезда скорой.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 23 (48), № 24 (51)

Типовое задание: «Первая помощь при ожогах, обморожениях.»

Время: 2 часа

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по степеням ожогов и обморожений. По значению для жизни человека площади поражения.

Отработка выполнения способов утепления и оказания помощи себе при ожоге и обморожении отдельных частей тела. Отработка снятия одежды.

Оказание дальнейшей помощи до приезда скорой.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 25 (53)

Типовое задание: «Первая помощь при термических состояниях.»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по тепловому и солнечному удару, переохлаждению организма в холодной воде.

Отработка выполнения способов утепления в холод, укрывания от солнца, сохранения воды в организме, избегания перегрева.

Отработка диагностики состояний пострадавшего, создания тени, сквозняка, согревания после замерзания.

Оказание дальнейшей помощи до приезда скорой.

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Помощь при инфекционных заболеваниях (4 занятия)

Практическое занятие № 26 (44)

Типовое задание: «Классификация инфекций и способы профилактики»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по классификации инфекционных заболеваний, способам заражения.

Группа инфекционных заболеваний	Краткая характеристика	Инфекции, входящие в группу
Кишечные (фекально-оральные) инфекции	Возбудитель выделяется с фекалиями или мочой. Факторами передачи служат пища, вода, почва, мухи, грязные руки, предметы бытовой обстановки. Заражение происходит через рот	Брюшной тиф, паратиф А и Б, дизентерия, холера, пищевые инфекции
Инфекции дыхательных путей, или воздушно-капельные инфекции	Передача осуществляется воздушно-капельным или воздушно-пылевым путем	Грипп, корь, дифтерия, скарлатина, натуральная оспа и др.
Кровяные, или трансмиссивные, инфекции	Возбудитель передается через укусы кровососущих насекомых (комары, клещи, вши, москиты и др.)	Сыпной и возвратный тиф, малярия, чума, туляремия, клещевой энцефалит и др.
Зоонозные инфекции	Болезни, передающиеся через укусы животных	Бешенство
Контактно-бытовые инфекции	Болезни передаются при непосредственном контакте здорового человека с больным, при котором возбудитель инфекции переходит на здоровый орган	Инфекционные кожно-венерологические заболевания, передающиеся половым путем (сифилис, гонорея, хламидиоз и др.)

Отработка выполнения способов необходимой гигиены для предупреждения инфекционных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем.

Уход за инфекционным больным в квартире.

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 27 (50)

Типовое задание: «Действия при объявлении эпидемии»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по индивидуальным и коллективным средствам защиты.

Организация и правила поведения при карантине и при обсервации.

Уход за инфекционным больным в квартире.

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 28 (54)

Типовое задание: «Средства индивидуальной защиты при эпидемии»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по индивидуальным и коллективным средствам защиты

Одевание повязок из различных материалов, противогаза, ОЗК, Л-1, подгонка своей одежды для защиты (без фиксации времени).

Уход за инфекционным больным в квартире.

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 29 (58)

Типовое задание : «Первая помощь при трансмиссионных инфекционных заболеваниях»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по классификации инфекционных заболеваний, способам заражения от комаров, клещей.

Отработка выполнения способов необходимой гигиены при выходе на природу. Действия при получении укуса клеща .Действия при укусе животным. Бешенство

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Гигиена беременности. Уход за младенцем (3 занятия)

Практическое занятие № 30 (60)

Типовое задание : «Планирование беременности и ее особенности »

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по понятию X и Y хромосом, планированию беременности. Понятие наследственность.

Расчеты периодов для предохранения, зачатия, срока родов.

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 31 (61)

Типовое задание: «Гигиена беременности »

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по значению физического здоровья матери на здоровья ребенка. Понятие резус-фактор. Система, позволяющая предотвратить негативные факторы (патронаж). Расчеты питания в период беременности. Режим поведения.

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 32 (65)

Типовое задание: «Уход за младенцем »

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по знанию особенностей новорожденных детей.

Отработка правил ежедневного ухода за новорожденным на кукле.

Оценки по пониманию , знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Инфекции передающиеся половым путем (2 занятия)

Практическое занятие № 33 (55)

Типовое задание: «Инфекции, передающиеся половым путем»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки изучают классификацию венерических заболеваний, их опасность.

Разбор симптомов венерических заболеваний(сифилис, гонорея, хламидиоз).

Оценки по пониманию, знанию и умению реально действовать по выполнению заданий.

Практическое занятие № 34 (66)

Типовое задание: «Инфекции, передающиеся половым путем. СПИД.»

Время: 1 час

Место: кабинет ОБЖ

Ход занятия: Студентки отвечают на вопросы по пониманию понятия: «беспорядочная половая жизнь», «искусственно вызванное половое возбуждение», «правила безопасности и гигиены половой жизни».

Студентки отвечают на понятия ВИЧ, СПИД и способах передачи.

Разрабатываем: способы предупреждения заражения, возможность выявления(проявления), определяем-можно ли жить со СПИДом.

Вопросы для дифференцированного зачета по Основам военной службы:

1. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации.
2. Сухопутные войска, история их создания, состав и предназначение.
3. Военно-Морской Флот, история его создания, состав и предназначение.
4. Военно-Воздушные Силы, история их создания, состав и предназначение.
5. Ракетные войска стратегического назначения, история их создания, состав и предназначение.
6. Реформа Вооруженных Сил Российской Федерации, ее этапы и их содержание.
7. Воинский долг и патриотизм гражданина Российской Федерации (понятия, значение в обеспечении безопасности государства).
8. Дни воинской славы России, их значение для патриотического воспитания молодежи и обеспечения безопасности государства.
9. Особенности воинского коллектива, воинской дружбы и войскового товарищества. Роль войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни военнослужащих.
10. Боевое Знамя части, его значение в воспитании высоких моральных качеств у военнослужащих.
11. История возникновения государственных наград за боевые заслуги в России.
12. Основные ритуалы, установленные в Вооруженных Силах Российской Федерации. Характеристика ритуала приведения к военной присяге.
13. Характеристика ритуала вручения личному составу части вооружения и военной техники.
14. Военная обязанность (понятие, содержание).
15. Воинский учет — предназначение и его организация.
16. Организация первоначальной постановки граждан на воинский учет.
17. Обязанности граждан по воинскому учету.
18. Организация медицинского освидетельствования граждан при их первоначальной постановке на воинский учет.
19. Характеристика обязательной подготовки граждан к военной службе (предназначение, основное содержание).
20. Характеристика добровольной подготовки граждан к военной службе (предназначение, основное содержание, занятия военно-прикладными видами спорта).
21. Характеристика основных морально-психологических качеств военнослужащего — защитника Отечества.
22. Краткая характеристика основных видов воинской деятельности.
23. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным и профессиональным качествам граждан.
24. Воинская дисциплина, ее сущность и значение в современных условиях.
25. Характеристика важнейших критериев, определяющих дисциплинированность военнослужащего.
26. Характеристика поощрений, применяемых к солдатам, матросам, сержантам и старшинам при прохождении военной службы.
27. Характеристика дисциплинарных взысканий, налагаемых на солдат, матросов, сержантов и старшин при прохождении военной службы.
28. Характеристика наиболее типичных преступлений против военной службы. Уголовная ответственность за преступления против военной службы.
29. Общая характеристика правовых основ военной службы: Конституция и Федеральные законы Российской Федерации о военной службе.
30. Общая характеристика статуса военнослужащего — права и льготы.
31. Общая характеристика статуса военнослужащего — ответственность и обязанности.
32. Общая характеристика военных аспектов международного права.
33. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации (названия, общая характеристика).
Краткая характеристика Устава внутренней службы.
34. Характеристика Дисциплинарного устава Вооруженных Сил Российской Федерации.
35. Характеристика Устава гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации и Строевого устава.
36. Характеристика особенностей призыва на военную службу.
37. Характеристика особенностей прохождения военной службы по призыву.
38. Виды обязанностей военнослужащих, проходящих военную службу. Краткая характеристика общих обязанностей.

39. Характеристика специальных обязанностей военнослужащих.
40. Характеристика особенностей прохождения военной службы по контракту.

Вопросы для зачета по санитарной подготовке:

1. Что следует понимать под здоровьем?
 2. Какое место отводится здоровью среди жизненных ценностей человека?
 3. Индивидуальное и общественное здоровье, их взаимосвязь.
 4. Духовное и физическое здоровье, их взаимосвязь.
 5. Основные факторы, оказывающие влияние на здоровье человека.
 6. Общие понятия о репродуктивном здоровье человека.
 7. Основные критерии, характеризующие уровень репродуктивного здоровья.
 8. Взаимосвязь репродуктивного здоровья и демографической обстановки в стране.
 9. Какая существует взаимосвязь между социально-демографическими процессами в стране и национальной безопасностью государства?
 10. Социальная роль женщины в современном обществе, основные функции жизнедеятельности современной женщины.
 11. Что следует понимать под здоровым образом жизни?
 12. Значение здорового образа жизни для здоровья современного человека.
 13. Репродуктивная система человека.
 14. Как происходит подготовка репродуктивной системы женщины к беременности?
 15. Какие признаки дискомфорта появляются у женщины во время менструации?
 16. Что такое оплодотворение и где оно происходит у женщины?
 17. Что такое наследственные болезни? Их причины и возможные меры профилактики.
 18. Как может повлиять здоровье матери на здоровье будущего ребёнка?
 19. Окружающая среда и её влияние на здоровье человека.
 20. Какое влияние может оказать неблагоприятная окружающая среда на здоровье плода и новорождённого? Возможные меры профилактики.
 21. Ранние половые связи, их причины и возможные последствия для здоровья.
 22. Какой образ жизни и стиль поведения девушки могут привести к ранним половым связям?
 23. Инфекции, передаваемые половым путём, их последствия и меры профилактики.
 24. Что такое стресс? Причины, его вызывающие; меры профилактики высокого уровня стресса.
 25. Режим дня, труда и отдыха и его влияние на здоровье и работоспособность человека.
 26. Рациональное питание и его значение в системе здорового образа жизни человека.
 27. Двигательная активность и её значение для здорового человека.
 28. Что такое закаливание и его влияние на здоровье человека?
 29. Основные принципы закаливания, использование факторов окружающей среды для закаливания.
 30. Значение соблюдения правил личной гигиены для здоровья человека.
 31. Особенности личной гигиены девочки в период полового созревания и женщины в период беременности.
 32. Правовые аспекты взаимоотношения полов. Основы семейного права в Российской Федерации.
 33. Беременность и гигиена беременности.
 34. Влияние здоровья женщины и её образа жизни в период беременности на здоровье будущего ребёнка.
 35. Особенности питания женщины в период беременности.
 36. Подготовка в семье к рождению ребёнка.
 37. Наиболее рациональный режим дня новорождённого.
 38. Значение поведения матери для развития новорождённого.
 39. Значение грудного вскармливания для новорождённого.
 40. Наиболее оптимальный образ жизни матери в первые шесть месяцев жизни ребёнка.
- Зачет в устно-письменной форме. В зависимости от текущей успеваемости преподаватель выбирает 3-4 вопроса для каждого. Оценка выставляется за каждый вопрос отдельно, учащийся имеет право попросить дополнительный вопрос.

Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

Для обучающихся

1. Косолапова Н.В. Эл учебник ОБЖ 2017г. – 25 экз.

2. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности 2017 г. – 75 экз.
3. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности, практикум 2017 г. – 170 экз.
4. Косолапова Н.В. ОБЖ 2017г. - 150 экз.
5. Косолапова Н.В. ОБЖ 2019г. – 60 экз.
6. Косолапова Н.В. ОБЖ 2020г. – 30 экз.

Для преподавателей

Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1993—2007.

Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для Н и СПО « Академия» 2013г,

Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10 кл. – М., 2009.

Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10—11 кл. / А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2010.

Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2012.

Дуров В.А. Русские награды XVIII — начала XX в. / В.А.Дуров. – 2-е изд., доп. – М., 2010.

Дуров В.А. Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2009.

Конституция Российской Федерации (действующая редакция).

Концепция национальной безопасности Российской Федерации

Дополнительные источники:

Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов]; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2009.

Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2010.

Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).

Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова. – 6-е изд. – М., 2009.

Уголовный кодекс

Интернет-ресурсы:

www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).

www.mvd.ru (сайт МВД РФ).