

Практическая работа №1

Тема: «Выполнение нормативов надевания средств индивидуальной защиты»

Тема: «Отработка нормативов надевания противогаза».

Цель работы:

Закрепление теоретических знаний, приобретение практических навыков и умений выполнять нормативы надевания противогаза.

Оборудование:

Противогаз ГП-5, секундомер, телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Противогаз относится к средствам индивидуальной защиты и предназначен для защиты органов дыхания, глаз и лица от вредных веществ, радиоактивных, химических и бактериальных средств.

Задание:

1. Изучить устройство и принцип защитного действия противогаза.
2. Изучить виды и классификацию противогазов их отличие.
3. Изучить нормативы и порядок надевания противогаза.
4. Надевание противогаза ГП-5 в соответствии с нормативом.

Критерии:

Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100% с учетом выполненного норматива;

Оценка «4»- задание выполнено до 85% с учетом выполненного норматива;

Оценка «3»- задание выполнено до 50% с учетом выполненного норматива;

Оценка «2»- задание выполнено до 30% с учетом выполненного норматива;

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007.,

Контрольные вопросы:

1. Какие средства индивидуальной защиты органов дыхания используют от отравляющих веществ.
2. На чем основан принцип действия противогаза изолирующего типа?
3. В чем отличие противогаза ГП-7 от ГП-7В?
4. На чем основан принцип действия противогаза фильтрующего типа?

Практическая работа № 2

Тема: «Пожарная безопасность в здании и действия учащихся в экстремальной ситуации»

Цель работы:

Изучить и отработать модели поведения в условиях пожара, закрепить теоретические знания и овладеть практическими навыками поведения в условиях ЧС.

Оборудование:

Телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Организация защиты населения от ЧС техногенного характера включает в себя комплекс специальных мероприятий, среди которых можно выделить следующие: оповещение (предупреждение) и информирование населения об угрозе возникновения ЧС; эвакуация людей из опасных зон и районов; инженерная, медицинская, радиационная, химическая защита; рекомендации населению по обеспечению безопасности и чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Задание:

1. Изучить требования Федерального закона РФ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.1994 г. №68-ФЗ Федерального закона РФ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» от 21.07.1997 г. № 116-ФЗ. .
2. Изучить модель поведения по действиям при пожаре в ОУ.
3. Изучить правила пользования первичными средствами пожаротушения.
4. Практически провести действия по эвакуации людей из здания ОУ.

Критерии:

- Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;
- Оценка «4»- задание выполнено до 85%
- Оценка «3»- задание выполнено до 50%
- Оценка «2»- задание выполнено до 30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007.,

Контрольные вопросы:

1. Какие действия необходимо предпринять в при возгорании огня?
2. Какие первичные средства пожаротушения разрешается применить при возгорании горючих веществ?
3. Какой порядок эвакуации необходимо соблюдать при пожаре?
4. Куда следует сообщить при пожаре в ОУ?

Практическая работа № 3

Тема: «Порядок пользования медицинскими средствами защиты»

Цель работы:

Изучить и отработать модели пользования простейшими медицинскими средствами, умение привития навыков и выработки практики пользоваться ими и оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях.

Оборудование:

ИПП, ИПП-8,9,10,бинт, АИ-2, телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Медицинские средства защиты -это простейшие средства защиты, которыми может пользоваться каждый человек при оказании первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

Задание:

1. Изучить средства первой медицинской помощи .
2. Изучить АИ-2, ИПП 8, ИПП 9, ИПП 10,
3. Отработка на практике применение медицинских средств защиты.

Критерии:

- Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;
- Оценка «4»- задание выполнено до 85%
- Оценка «3»- задание выполнено до 50%
- Оценка «2»- задание выполнено до30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007., А.Т. Смирнов, Основы военной службы, Москва, 2003.

Контрольные вопросы:

1. Какие правила вы знаете при пользовании средствами первой медицинской помощи?
2. Расскажите о назначении индивидуальной аптечки АИ-2. Где ее следует носить зимой?
3. Как пользоваться при оказании первой помощи противохимическими пакетами?

Практическая работа № 4

Тема: «Действия персонала и обучающихся техникума по обеспечению антитеррористической безопасности»

Цель работы:

Изучить и отработать правила поведения и действий по обеспечению безопасности и предупреждению террористических актов на территории образовательного учреждения..

Оборудование:

телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Терроризм — это применения негосударственного насилия или угрозы насилия с целью вызвать панику в обществе, ослабить и даже свергнуть правительство и вызвать политические изменения.

Задание:

1. Изучить понятие терроризма, его формы и причины его проявления,
2. Изучить способы и методы устрашения людей.
3. Изучить правила поведения и действия при обнаружении бесхозных предметов, а также оказавшись в сложных ситуациях (взрыв, заложники, перестрелка), связанных с терроризмом.

Критерии:

- Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;
- Оценка «4»- задание выполнено до 85%
- Оценка «3»- задание выполнено до 50%
- Оценка «2»- задание выполнено до30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007., А.Т. Смирнов, Основы военной службы, Москва, 2003.

Контрольные вопросы:

1. Что такое терроризм на современном этапе его развития?
2. Какие цели ставят перед собой террористические организации?
3. Почему любые акты терроризма являются преступлениями не имеющими оправдания?

Практическая работа № 5

Тема: «Права и обязанности водителя и пешехода на дороге»

Цель работы:

Изучить и отработать правила поведения и действий обучающихся по обеспечению безопасности и предупреждению нарушений по правилам дорожного движения.

Оборудование:

ПДД, телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Участник дорожного движения -лицо, принимающее непосредственное участие в движении в качестве водителя транспортного средства, пешехода, пассажира транспортного средства.

Задание:

1. Изучить обязанности пешехода.
2. Изучить обязанности водителя.
3. Изучить обязанности пассажира.

Критерии:

- Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;
- Оценка «4»- задание выполнено до 85%
- Оценка «3»- задание выполнено до 50%
- Оценка «2»- задание выполнено до30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007., А.Т. Смирнов, Основы военной службы, Москва, 2003.

Контрольные вопросы:

1. Почему, на ваш взгляд ужесточаются наказания для пешеходов и водителей, нарушающих правила дорожного движения?
2. Почему любое транспортное средство является источником опасности?
3. В чем, на ваш взгляд, заключается лучший способ повысить личную дорожно-транспортную безопасность?

Практическая работа № 6

Тема: «Влияние физических упражнений на мышечную силу и выносливость»

Цель работы: Изучить и отработать модели влияния физических упражнений на мышечную силу и выносливость, умения правильно выполнять физические упражнения.

Оборудование:

телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Двигательная активность, физическая культура и спорт-эффективные средства сохранения и укрепления здоровья, гармоничного развития личности, профилактики заболеваний.

Задание:

1. Изучить влияние физических упражнений на здоровье человека.
2. Изучить влияние закаливания на организм человека.

Критерии:

- Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;
- Оценка «4»- задание выполнено до 85%
- Оценка «3»- задание выполнено до 50%
- Оценка «2»- задание выполнено до 30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007., А.Т. Смирнов, Основы военной службы, Москва, 2003.

Контрольные вопросы:

1. Что вы понимаете под двигательной активностью?
2. Какие физические качества надо иметь для обеспечения хорошего уровня здоровья ?
3. В чем заключаются принципы закаливания ?
4. Как влияют различные виды спорта на формирование физических качеств?

Тема: «Двигательная активность как залог здоровья»

Цель работы: Изучить и отработать модели влияния двигательной активности на здоровье человека, умения правильно использовать ее на практике.

Оборудование:

телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Двигательная активность, физическая культура и спорт-эффективные средства сохранения и укрепления здоровья, гармоничного развития личности, профилактики заболеваний.

Задание:

1. Изучить влияние двигательной активности и физических упражнений на здоровье человека.
2. Изучить влияние закаливания на организм человека.

Критерии:

- Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;
- Оценка «4»- задание выполнено до 85%
- Оценка «3»- задание выполнено до 50%
- Оценка «2»- задание выполнено до 30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007., А.Т. Смирнов, Основы военной службы, Москва, 2003.

Контрольные вопросы:

1. Что вы понимаете под двигательной активностью?
2. Какие физические качества надо иметь для обеспечения хорошего уровня здоровья ?
3. В чем заключаются принципы закаливания ?
4. Как влияют различные виды спорта на формирование физических качеств?

Тема: «Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих»

Цель работы: Изучить общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.
Сформировать у обучающихся представления о военной службе и обязанностях военнослужащих.

Оборудование:

телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Обязанности военнослужащих подразделяются на общие, должностные и специальные. Определяются воинскими уставами, наставлениями, инструкциями и приказами командиров.

Задание:

1. Изучить общие обязанности военнослужащих.
2. Изучить должностные инструкции военнослужащих.
3. Изучить специальные обязанности военнослужащих.
4. Предложить составить короткое сообщение об обязанностях часового.

Критерии:

- Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;
- Оценка «4»- задание выполнено до 85%
- Оценка «3»- задание выполнено до 50%
- Оценка «2»- задание выполнено до 30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007., А.Т. Смирнов, Основы военной службы, Москва, 2003., А.Т. Смирнов, Основы военной службы, Москва, 2003., Устав внутренней службы ВС РФ.

Контрольные вопросы:

1. Кто назначается в воинской части дежурным по роте?
2. Какие обязанности должен выполнять дежурный по роте?
3. Кто назначается дневальным по роте и что входит в его обязанности?

Практическая работа № 9-10

Тема: « Строевая подготовка (строевая стойка, отработка строевого шага, строевые приемы)»

Цель работы:

Изучить и отработать модели строевых приемов и элементов строевой выучки, выработки строевой выправки, подтянутости и выносливости, умения правильно и быстро выполнять команды.

Оборудование:

Телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Выполнение строевых приемов и движения без оружия и с оружием, строи подразделений и частей, порядок воинского приветствия, обязанности военнослужащих перед построением и в строю способы передвижения военнослужащих на поле боя определены Строевым уставом ВС РФ.

Задание:

1. Изучить понятие «строй», «шеренга», «колонна», «развернутый строй», «двухшереножный строй», «фланг», «интервал», «дистанция», «воинское приветствие».
2. Изучить строевые приемы и команды на месте и в движении: «Становись!», «Смирно!», «Вольно», «Напра-ВО!», «Нале-ВО!», «Кру-ГОМ!», «Строевым шагом-марш!», «Шагом-марш!», «построение из одной шеренги в две шеренги и колонну».
3. Отработка на практике строевых приемов и команд на месте и в движении.

Критерии:

Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;

Оценка «4»- задание выполнено до 85%

Оценка «3»- задание выполнено до 50%

Оценка «2»- задание выполнено до 30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007., А.Т. Смирнов, Основы военной службы, Москва, 2003.

Контрольные вопросы:

1. По какой команде военнослужащие начинают движение строевым шагом?
2. В каких случаях строевая стойка на месте принимается без команды?
3. В каких случаях военнослужащие применяют походный шаг?
4. В каких случаях применяется строевой шаг?
5. Какой порядок выполнения поворотов на месте и в движении?
6. Как выполняется воинское приветствие на месте и в движении?

Практическая работа № 11

Тема: «Огневая подготовка: выполнение стрельбы из пневматической винтовки, мишень № 8»

Цель работы:

Закрепление теоретических знаний по приемам и правилам стрельбы, приобретение практических навыков стрельбы из пневматической винтовки по мишени №8.

Оборудование:

телевизор, пневматическая винтовка МР 512, тетрадь, ручка.

Основные теоретические положения:

Стрельба из пневматической винтовки состоит из подготовки к стрельбе, производства стрельбы и прекращения стрельбы.

Задание:

1. Изучить правильную подготовку к стрельбе путем принятия положения стоя и заряжания пули в патронник.
2. Изучить производство стрельбы: прикладку, прицеливание, спуск курка и удерживание винтовки при стрельбе на мишени. Стрельбу производить по команде.
3. Изучить порядок прекращения огня по команде.

Критерии:

- Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100% с учетом поражения мишени;
- Оценка «4»- задание выполнено до 85% с учетом поражения мишени;
- Оценка «3»- задание выполнено до 50% с учетом поражения мишени;
- Оценка «2»- задание выполнено до 30% с учетом поражения мишени.

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007.,

Контрольные вопросы:

1. Какие меры безопасности необходимо выполнять при стрельбе из винтовки?
2. Какие правила необходимо выполнять при подготовке к стрельбе?
3. Какие команды подаются для производства стрельбы?
4. Какие команды подаются при прекращении стрельбы?
5. Что запрещается при проведении стрельб?
6. В каких случаях немедленно прекращается стрельба?

Практическая работа №12

Тема: «Неполная разборка, сборка автомата АК-74»

Цель работы:

Закрепление теоретических знаний материальной части автомата, приобретение практических навыков и умений выполнять разборку и сборку автомата .

Оборудование:

Модель АК-74, телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Огневая подготовка включает в себя изучение материальной части оружия, сведений об устройстве стрелкового оружия, правил и приемов стрельбы из стрелкового оружия.

Задание:

1. Изучить материальную часть автомата.
2. Изучить назначение и устройство частей и механизмов автомата.
3. Изучить порядок неполной разборки и порядок сборки автомата после неполной разборки.

Критерии:

Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;

Оценка «4»- задание выполнено до 85%

Оценка «3»- задание выполнено до 50%

Оценка «2»- задание выполнено до 30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007.,

Контрольные вопросы:

1. Какие основные части и механизмы автомата АК-74 вы знаете?
2. На чем основано автоматическое действие автомата АК-74?
3. Какие основные характеристики стрельбы из автомата АК-74 вы знаете?
4. С какой целью проводится неполная разборка и сборка автомата ?

Практическая работа №13

Тема: «Остановка кровотечения сосудов кисти и предплечья»

Цель работы:

Изучить и отработать модели оказания первой помощи при кровотечении сосудов кисти и предплечья.

Оборудование:

Телевизор, тетрадь, карандаш, ручка, бинт, жгут.

Основные теоретические положения:

Правильно оказанная первая помощь сокращает время специального лечения, способствует быстрейшему заживлению ран и часто является решающим моментом при спасении жизни пострадавшего. Каждый человек должен уметь оказать первую помощь по мере своих способностей и возможностей.

Задание:

1. Изучить понятие первой помощи и необходимость ее оказывать.
2. Изучить мероприятия оказания первой помощи.
3. Изучить правила наложения жгута и повязки.
4. Оказать первую помощь при ранении с применением наложения повязки.

Критерии:

Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;

Оценка «4»- задание выполнено до 85%

Оценка «3»- задание выполнено до 50%

Оценка «2»- задание выполнено до 30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007.,

Контрольные вопросы:

1. Какие признаки характеризуют потерю пострадавшим человеком сознание?
2. Какую помощь оказывают при потере сознания.
3. Какие виды кровотечения вы знаете?
4. В каких случаях следует накладывать жгут?
5. В чем заключается первая помощь при ранениях?
6. Назовите виды повязок.

Практическая работа №14

Тема: «Наложение жгута при артериальном кровотечении (артерия руки)»

Цель работы:

Изучить и отработать модели оказания первой помощи при кровотечении артерии руки. Закрепление теоретических знаний, приобретение практических навыков и умений оказывать первую помощь пострадавшим при ранениях.

Оборудование:

Медицинский жгут, бинт(ИПП), телевизор, тетрадь, карандаш, ручка.

Основные теоретические положения:

Первая помощь — это совокупность простых целесообразных мер по охране здоровья и жизни пострадавшего от травмы или внезапно заболевшего человека.

Задание:

1. Изучить понятие первой помощи и необходимость ее оказывать.
2. Изучить мероприятия оказания первой помощи.
3. Изучить признаки жизни.
4. Оказать первую помощь при ранении с наложением повязки.

Критерии:

- Оценка «5»- задание выполнено в полном объеме 100%;
- Оценка «4»- задание выполнено до 85%
- Оценка «3»- задание выполнено до 50%
- Оценка «2»- задание выполнено до 30%

Литература: А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2015., В.Н. Латчук, Основы безопасности жизнедеятельности; учебник для общеобразовательных организаций, Москва, 2007.,

Контрольные вопросы:

1. Какие признаки характеризуют потерю пострадавшим человеком сознание?
2. Какую помощь оказывают при потере сознания.
3. Какие виды кровотечения вы знаете?
4. В каких случаях следует накладывать жгут?
5. В чем заключается первая помощь при ранениях?
6. Назовите виды повязок.