

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Пономарева Светлана Викторовна
Должность: Проректор по УР и НО
Дата подписания: 18.09.2023 17:34:36
Уникальный программный ключ:
bb52f959411e64617366ef2977b97e87139b1a2d



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ДГТУ)
АВИАЦИОННЫЙ КОЛЛЕДЖ

Методические рекомендации
по выполнению практических работ
по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»

Ростов-на-Дону
2022

Разработчик (и):

Преподаватели Авиационного колледжа ДГТУ

_____ С.Ю. Антонова

«___» _____ 2022 г.

_____ Л.Н. Гончарова

«___» _____ 2022 г.

Методические рекомендации переутверждены и одобрены на заседании цикловой комиссии «Общепрофессиональных дисциплин»

Протокол №__ от «___» _____ 2022 г.

Председатель цикловой комиссии

_____ Л.Н. Гончарова

«___» _____ 2022 г.

Методические рекомендации предназначены для обучающихся специальностей технического и социально-экономического профиля.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ

Требования к оформлению отчета

Практическое занятие № 1. Общевоинские Уставы ВС РФ.

Практическое занятие № 2. Тактическая подготовка.

Практическое занятие № 3. Строевая подготовка.

Практическое занятие № 4. Огневая подготовка.

Практическое занятие № 5. Физическая подготовка

Практическое занятие № 6. Средства радиационного контроля.

Практическое занятие № 7. Модели поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Практическое занятие № 8. Средства индивидуальной защиты, от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.

Практическое занятие № 9 Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при ранениях и кровотечениях.

Список рекомендуемой литературы

ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации по выполнению заданий практических занятий составлены в соответствии с содержанием рабочей программы по дисциплине БД.06 Основы безопасности жизнедеятельности для студентов, специальностей технического и социально-экономического профиля.

Практические занятия проводятся после изучения соответствующих разделов и тем учебной дисциплины. Для успешного выполнения заданий, студенты могут воспользоваться учебными материалами из списка рекомендуемой литературы.

Целью практических занятий является закрепление теоретических знаний и приобретение практических умений и навыков.

Требования к оформлению отчета

Каждый обучающийся после выполнения заданий практических занятий должен представить отчет о проделанной работе, который является формой контроля знаний и умений обучающегося.

Если обучающийся не выполнил практическую работу или часть работы, то он может выполнить работу или оставшуюся часть во внеурочное время, согласованное с преподавателем.

Работа выполняется в тетрадях (12, 24, 48 листов) для практических занятий аккуратным разборчивым почерком или на листах стандарта А4 машинописным текстом с обязательной нумерацией страниц. Каждый следующий отчет оформляется на новой странице.

Требования к оформлению машинописного текста на листах стандарта А4: шрифт Times New Roman, размер шрифта 12 или 14, с интервал между строк – 1,15, выравнивание – по ширине страницы, абзацный отступ – 1,25 см. Размер полей: верхнее поле – 2 см, нижнее – 2 см, левое поле – 3 см, правое – 2 см. Титульный лист считается первым, но не нумеруется (используется особый колонтитул для первого листа), нумерация страниц внизу, в правом углу.

Отчет по каждому практическому занятию должен содержать:

- номер практического занятия (например, Практическое занятие № 1);
- тему занятия;
- цель;
- номер выполняемого задания и ответ на него. Если задание подразумевает отработку практических навыков или сдачу нормативов, то в ответе необходимо указать полученные результаты. Например, задание 1. Бег на 1000м – 4 минуты 30 секунд.

Практическое занятие № 1
Тема: Общевоинские Уставы ВС РФ.

Цель работы: изучить общие и специальные обязанности военнослужащих.

Задание 1. Какие уставы Вооруженных Сил РФ называются общевоинскими?

Задание 2. Какие общевоинские уставы утверждены Указом Президента РФ?

Задание 3. Какой устав утвержден Министром обороны РФ?

Задание 4. Что определяет Устав внутренней службы?

Задание 5. Что определяет Дисциплинарный устав? На кого распространяется его действие?

Задание 6. Что определяет Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб Вооруженных Сил РФ? На кого распространяется его действие?

Задание 7. Что определяет Строевой устав Вооруженных Сил РФ?

Задание 8. Какие качества развиваются у военнослужащих при выполнении требований внутренней службы?

Практическое занятие № 2
Тема: Тактическая подготовка.

Цель работы: изучить основные обязанности солдата в бою; изучить порядок выбора, занятия и оборудования позиции, приемы и способы передвижения на поле боя.

Задание 1. Дайте определение терминам тактика и тактическая подготовка? Что включает в себя тактическая подготовка?

Задание 2. Дайте определение термину тактические действия? Выберите из списка то, что относится к формам и видам тактических действий.

Видами тактических действий являются: _____.

Формами тактических действий являются: _____.

- | | |
|------------------|---------------------------|
| а) Бой; | е) Разведка; |
| б) Передвижение; | ж) Расположение на месте; |
| в) Наступление; | з) Марш; |
| г) Оборона; | и) Отход; |
| д) Маневр; | к) Удар; |

Задание 3. Что такое бой? Каковы основные виды общевоинского боя?

Задание 4. Какое оружие может применяться в современном общевойсковом бою?

Задание 5. Каков порядок выбора огневой позиции в обороне, занятия, оборудования?

Задание 6. Назовите элементы и размеры одиночного окоп для стрельбы «стоя», «лежа», «с колена».

Практическое занятие № 3

Тема: Строевая подготовка.

Цель работы: ознакомиться с основными требованиями строевого устава ВС РФ, отработать навыки в выполнении уставных требований.

Задание 1. Что такое строй? Расскажите об основных элементах строя.

Задание 2. Что такое строевая стойка? Какие действия выполняет военнослужащий при командах «Становись», «Вольно», «Заправиться».

Задание 3. По каким командам выполняются повороты на месте?

Задание 4. Какие команды подаются для выхода военнослужащего из строя и для возвращения его в строй? Какие действия выполняет военнослужащий по этим командам?

Задание 5. Каковы обязанности солдата перед построением и в строю?

Практическое занятие № 4

Тема: Огневая подготовка.

Цель работы: Изучить строение автомата АКМ, привить умения, необходимые для уверенного владения оружием.

Задание 1. Перечислите меры безопасности при обращении с оружием.

Задание 2. Каковы назначения и общее устройство автомата Калашникова?

Задание 3. Какой предусмотрен порядок неполной разборки автомата?

Задание 4. Как осуществляется подготовка автомата к стрельбе?

Задание 5. Как происходит изготовка к стрельбе лежа?

Практическое занятие № 5
Тема: Физическая подготовка.

Цель работы: отработать нормативы по физической подготовке.

Задание 1. Практическая отработка и сдача нормативов: бег на 100 метров.

Задание 2. Практическая отработка и сдача нормативов: кросс на 1000 метров.

Задание 3. Практическая отработка и сдача нормативов: подтягивание на перекладине.

Практическое занятие № 6
Тема: Средства радиационного контроля.

Цель работы: ознакомиться со средствами радиационного контроля и порядком их использования.

Задание 1. Для чего используются средства радиационного контроля?

Задание 2. Перечислите приборы радиационного контроля и разведки. Каково их предназначение?

Задание 3. Как производится подготовка к работе и измерение уровней радиации с помощью прибора ДП-5В?

Практическое занятие № 7
Тема: Модели поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Цель работы: изучить модели поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Задание 1. Перечислите способы ориентирования на местности.

Задание 2. Как правильно организовать ночлег?

Задание 3. Перечислите правила добычи воды и пищи в условиях автономного пребывания.

Задание 4. Перечислите правила оказания первой медицинской помощи в условиях природной автономии.

Задание 5. Как подать сигнал бедствия?

Практическое занятие № 8
Тема: Средства индивидуальной защиты

Цель работы: Ознакомиться со средствами индивидуальной защиты; научиться различать индивидуальные средства защиты по их применению; приобрести практический навык использования средств индивидуальной защиты.

Задание 1. Какие средства относятся к средствам индивидуальной защиты?

Задание 2. Для чего предназначены фильтрующие и изолирующие противогазы?

Задание 3. Определите индивидуальный номер респиратора и противогаза, результаты расчетов занесите в таблицу.

Высота лица, мм	Сумма измерений головы, см	Размер противогаза	Размер респиратора

Задание 4. Какие средства защиты кожи вы знаете? Что входит в состав этих средств?

Задание 5. Каков порядок надевания противогаза? Отработайте нормативы по применению противогазов.

Практическое занятие № 9

Тема: Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при ранениях и кровотечениях.

Цель работы: ознакомиться с видами кровотечения и приемами оказания первой медицинской помощи при ранениях и кровотечениях.

Задание 1. Заполните таблицу.

Вид кровотечения	Признаки	Необходимые мероприятия
Капиллярное		
Венозное		
Артериальное		
Паренхиматозное		

Задание 2. Подберите правильные ответы из колонки 2 на вопросы, расположенные в колонке 1, или продолжите фразу.

1 - __; 2 - __; 3 - __; 4 - __; 5 - __; 6 - __; 7 - __; 8 - __; 9 - __; 10 - __;
11 - __; 12 - __; 13 - __; 14 - __.

№	Вопрос	№	Ответ
1	Раны - это	а	смертельна для пострадавшего.
2	Первые мероприятия при ранении должны быть направлены на	б	болевого шок, сильное кровотечение, повреждение жизненно важных органов, крупных сосудов и нервов, а также в редких случаях жировая эмболия.
3	Перелом - это	в	применяется фиксирование конечности в положении максимального сгибания.
4	При небольшом капиллярном или венозном кровотечении из раны	г	2 ч после его наложения, в зимнее время и в холодном помещении – 1-1,5 ч,
5	К относительным признакам перелома относятся:	д	создание неподвижности в области перелома на период перевозки пострадавшего в больницу.
6	При интенсивном кровотечении из раны, расположенной в нижней части конечности	е	тяжелое, угрожающее жизни больного, патологическое состояние, возникающее при тяжелых травмах.
7	Жгут должен оставаться на конечности не более	ж	на остановку кровотечения любым возможным способом.
8	При сильном артериальном или венозном кровотечении	з	40 – 60 минут
9	К достоверным признакам перелома относятся:	и	используют пальцевое прижатие артерии выше раны.
10	Потеря 30% общего объема крови	к	полное или частичное нарушение целостности кости, сопровождающееся повреждением окружающих кость тканей
11	При переломах в момент травмы часто возникают серьезные осложнения:	л	деформация конечности, болезненность в области перелома при ощупывании, нарушение функции поврежденной конечности.
12	Травматический шок — это	м	достаточно наложить стерильную повязку и потуже её прибинтовать (давящая повязка) или хорошо притянуть ватно-марлевый тампон к ране с помощью лейкопластыря.
13	Транспортная иммобилизация — это	н	нарушение целостности кожных покровов, слизистых оболочек, глубже лежащих тканей и поверхности внутренних органов в результате механического или иного воздействия
14	Резкие боли, вызванные местным нарушением кровоснабжения тканей, в месте наложения жгута на незащищенную кожу появляются, через	о	ненормальная подвижность в области подозреваемого перелома, хруст в костях или шелкающий звук в момент получения травмы; болезненность в месте перелома при нагрузке (давлении) по длинной оси кости, наличие в ране отломков кости в случае открытого перелома.

Задание 3. Перечислите правила наложения жгута.

Задание 4. Расскажите о порядке своих действий в данной ситуации и первой медицинской помощи пострадавшему.

В результате ножевого ранения возникло сильное артериальное кровотечение из подколенной артерии. Никаких инструментов и перевязочного материала нет, кроме собственной одежды.

Задание 5. Определите вид кровотечения, расскажите о порядке своих действий в данной ситуации и первой медицинской помощи пострадавшему.

К вам обратился сосед с жалобами на головную боль, тошноту, шум в ушах. Со слов жены, пострадавший упал со стремянки, ударился головой об пол, была потеря сознания в течение нескольких минут. Сам пострадавший обстоятельств травмы не помнит. Объективно: общее состояние удовлетворительное. Пострадавший бледен, пульс — 90 уд/мин, ритмичный. Артериальное давление — 120/80 мм рт.ст. Дыхание поверхностное, 24 дыхательных движения в минуту. Температура тела — 36,8°C.

Список рекомендуемой литературы

1. В.Ю. Микрюков «Основы военной службы: строевая, огневая и тактическая подготовка, военная топография» М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2020г.; (<https://znanium.com/catalog/product/1042611>)
2. О.М. Родионова, Д.А. Семенов «Медико-биологические основы безопасности» Москва: Юрайт, 2018г.; (<https://www.biblio-online.ru/book/mediko-biologicheskie-osnovy-bezopasnosti-415248>)
3. Р. И. Айзман, Л. К. Айзман, Н. В. Балиоз «Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи» Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017г.; (<http://www.iprbookshop.ru/65283.html>)
4. С.В. Абрамова «Безопасность жизнедеятельности» Москва: Юрайт , 2018г.; (<https://www.biblio-online.ru/book/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti-413554>)
5. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, «Основы безопасности жизнедеятельности» М.:ACADEMIA, 2018 г.