

ЗАДАНИЯ И МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

**ОП. 10 «БЕЗОПАСНОСТЬ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность 49.02.01. Физическая культура

ПРЕПОДАВАТЕЛЬ: Голубина Л.А.

Уважаемые студенты 4 курса!!!

По учебной дисциплине «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» вам необходимо за учебный год отработать теоретический материал по электронному учебнику Н.В.Косолаповой «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ».

Для допуска к ЭКЗАМЕНУ необходимо выполнить 13 практических работ, 2 контрольные работы.

К каждой практической работе предлагается теоретический материал.

Правила оформления практических работ:

- *Практические работы выполняются в отдельной тетради;*
- *Прописывается тема, цель практического занятия;*
- *Таблицы, рисунки, схемы чертят простым карандашом с помощью линейки.*
- *Работы выполняются аккуратно, разборчивым почерком.*

ЗАДАНИЯ НА I СЕМЕСТР

(Выполнить 8 практических работ и 1 контрольную работу)

Практическое занятие №1

Тема. Изучение ФЗ РФ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера». Составление краткого конспекта.

Цель:

- *познакомиться с содержанием закона РФ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера», правами и обязанностями граждан при ЧС*
- *учиться составлять краткий конспект, выделять главное, анализировать, делать выводы.*

Основные теоретические положения. В конце XX – начале XXI века угроза глобальной войны с применением оружия массового поражения, стала ослабевать. Существовавшая ранее в нашей стране система ГО была ориентирована, прежде всего на ЧС военного времени. Однако, она активно также участвовала в ликвидации последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий. Вместе с тем, справиться в полной мере с этой работой система ГО не могла. Поэтому в 1992 г. функции по защите населения и территорий России были поделены между Российской системой предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС) и Силами ГО: РСЧС решает задачи в мирное время, а ГО

– в военное время. В мирное время силы и средства ГО могут также привлекаться для ликвидации последствий ЧС природного и техногенного характера. В феврале 1994 г. был принят Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», который стал законодательной основой Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). В роли управляющего и организующего центра РСЧС выступает МЧС России. На МЧС России возложена организация и обеспечение выполнения комплекса мероприятий, направленных на предупреждение ЧС и организацию защиты населения и территорий при авариях, катастрофах, стихийных бедствиях в мирное время, а также от опасностей, возникающих при военных действиях. В ноябре 1995 года была завершена организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

ХОД РАБОТЫ:

Задание:

1. Изучить главу 1 «Основные понятия». Из статьи 1 выписать значение понятий «Чрезвычайная ситуация», «Зона ЧС», «Потенциально – опасный объект».
2. Изучить Ст.3 (Глава 1), составить краткий конспект статьи «Цели и задачи РФ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера».
3. Изучить Ст.4 (Глава 1) Выписать в тетрадь основные задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС .
4. Изучить Ст.7(Глава 1) . Выписать в тетрадь основные принципы защиты населения и территорий.
5. Изучить Главу 4 Закона РФ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера». Составить краткий конспект статьи 18 и 19 права и обязанности граждан в области защиты населения и территории от ЧС.

Контрольные вопросы:

1. Когда был принят Закон РФ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера»?
2. Какие нормы определяет Федеральный закон РФ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера»?
3. В чем состоит главное значение введение Закона РФ «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера»?

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №1

ЗАКОН РФ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»

Глава 1 Статья 1. Основные понятия

Чрезвычайная ситуация - это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

Ликвидация чрезвычайных ситуаций - это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении чрезвычайных ситуаций и направленные на спасение жизни и сохранение здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей среде и материальных потерь, а также на локализацию зон чрезвычайных ситуаций, прекращение действия характерных для них опасных факторов.

Зона чрезвычайной ситуации - это территория, на которой сложилась чрезвычайная ситуация.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях - это доведение до населения сигналов оповещения и экстренной информации об опасностях, возникающих при угрозе возникновения или возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, а также при ведении военных действий или вследствие этих действий, о правилах поведения населения и необходимости проведения мероприятий по защите.

Подготовка населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций - это система мероприятий по обучению населения действиям при угрозе возникновения и возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Зона чрезвычайной ситуации - это территория, на которой сложилась чрезвычайная ситуация.

Глава 1 Статья 3. Цели настоящего Федерального закона

Целями настоящего Федерального закона являются:

- предупреждение возникновения и развития чрезвычайных ситуаций;
- снижение размеров ущерба и потерь от чрезвычайных ситуаций;
- ликвидация чрезвычайных ситуаций;
- разграничение полномочий в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций между федеральными органами исполнительной власти, органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органами местного самоуправления и организациями.

Глава 1 Статья 4. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций

Основными задачами единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций являются:

- разработка и реализация правовых и экономических норм по обеспечению защиты населения и территорий от ЧС;
- осуществление целевых и научно-технических программ, направленных на предупреждение ЧС;
- сбор, обработка, обмен и выдача информации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- подготовка населения к действиям в чрезвычайных ситуациях
- организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях и информирования населения о чрезвычайных ситуациях, в том числе экстренного оповещения населения;
- прогнозирование угрозы возникновения чрезвычайных ситуаций, оценка
- создание резервов финансовых и материальных ресурсов для ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- осуществление государственной экспертизы, государственного надзора в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- ликвидация чрезвычайных ситуаций;

- социальная защита населения, пострадавшего от чрезвычайных ситуаций, проведение гуманитарных акций;
- реализация прав и обязанностей населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций, а также лиц, непосредственно участвующих в их ликвидации;
- международное сотрудничество в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Глава 1 Статья 7. Основные принципы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций

1. Мероприятия, направленные на предупреждение ЧС, проводятся заблаговременно.
2. Планирование и осуществление мероприятий по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, в том числе по обеспечению безопасности людей на водных объектах, проводятся с учетом экономических, природных особенностей территорий и степени реальной опасности возникновения чрезвычайных ситуаций.
3. Объем и содержание мероприятий по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, определяются исходя из принципа необходимой достаточности и максимально возможного использования имеющихся сил и средств, включая силы и средства гражданской обороны.
4. Ликвидация чрезвычайных ситуаций осуществляется силами и средствами организаций, органов местного самоуправления, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, на территориях которых сложилась чрезвычайная ситуация.
5. Силы и средства гражданской обороны привлекаются к организации и проведению мероприятий по предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций федерального и регионального характера в порядке, установленном федеральным законом.

Глава IV. Статья 18. Права граждан Российской Федерации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций

1. Граждане Российской Федерации имеют право:
 - на защиту жизни, здоровья и личного имущества в случае возникновения чрезвычайных ситуаций;
 - быть информированными о риске, которому они могут подвергнуться в определенных местах пребывания на территории страны, и о мерах необходимой безопасности;
 - обращаться лично, а также направлять в государственные органы и органы местного самоуправления индивидуальные и коллективные обращения по вопросам защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
 - участвовать в установленном порядке в мероприятиях по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
 - на возмещение ущерба, причиненного их здоровью и имуществу вследствие чрезвычайных ситуаций;

- на медицинское обслуживание, компенсации и социальные гарантии за проживание и работу в зонах чрезвычайных ситуаций;
- на получение компенсаций и социальных гарантий за ущерб, причиненный их здоровью при выполнении обязанностей в ходе ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- на пенсионное обеспечение в случае потери трудоспособности в связи с увечьем или заболеванием, полученным при выполнении обязанностей по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, в порядке, установленном для работников, инвалидность которых наступила вследствие трудового увечья;
- на пенсионное обеспечение по случаю потери кормильца, погибшего или умершего от увечья или заболевания, полученного при выполнении обязанностей по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, в порядке, установленном для семей граждан, погибших или умерших от увечья, полученного при выполнении гражданского долга по спасению человеческой жизни, охране собственности и правопорядка;
- на получение бесплатной юридической помощи в соответствии с законодательством Российской Федерации.

2. Порядок и условия, виды и размеры компенсаций и социальных гарантий, предоставляемых гражданам Российской Федерации в соответствии с пунктом 1 настоящей статьи, устанавливаются законодательством Российской Федерации и законодательством субъектов Российской Федерации.

Статья 19. Обязанности граждан Российской Федерации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций

Граждане Российской Федерации обязаны:

- соблюдать законы и иные нормативные правовые акты Российской Федерации, законы и иные нормативные правовые акты субъектов Российской Федерации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- соблюдать меры безопасности в быту и повседневной трудовой деятельности, не допускать нарушений производственной и технологической дисциплины, требований экологической безопасности, которые могут привести к возникновению чрезвычайных ситуаций;
- изучать основные способы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, приемы оказания первой помощи пострадавшим, правила охраны жизни людей на водных объектах, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты, постоянно совершенствовать свои знания и практические навыки в указанной области;

- выполнять установленные правила поведения при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций;
- при необходимости оказывать содействие в проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ.

Практическое занятие №2.

Тема. Составление инструкции правил безопасного поведения в условиях ядерного поражения и на зараженной территории.

Цели занятия:

- расширить знания об оружии массового поражения – ядерном оружии и факторах его поражения;

- познакомиться с правилами наиболее безопасного поведения в случае радиоактивного заражения территории;

- формировать навыки составления таблицы, используя текстовый учебный материал.

Основные теоретические положения

Ядерное оружие - самое страшное оружие современности, основанное на использовании внутриядерной энергии. Учитывая накопленные запасы ядерного оружия и его разрушительную силу, специалисты считают, что мировая война с применением ядерного оружия означала бы гибель сотен миллионов людей, превращение в руины всех достижений мировой цивилизации и культуры. Также важной проблемой на сегодняшний день является безопасная эксплуатация АЭС. Ведь самое обыкновенное невыполнение техники безопасности может привести к таким же последствиям что и ядерная война. Основными поражающими факторами ядерного взрыва являются: ударная волна, световое излучение ядерного взрыва, проникающая радиация, радиоактивное заражение местности и электромагнитный импульс. Поведение и действие населения в очаге ядерного поражения во многом зависят от того, где оно находилось в момент ядерного взрыва: в убежищах (укрытиях) или вне их. Убежища являются эффективным средством защиты от всех поражающих факторов ядерного оружия и от последствий, вызванных применением этого оружия. Следует только тщательно соблюдать правила пребывания в них, строго выполнять требования комендантов и других лиц, ответственных за поддержание порядка в защитных сооружениях. Средства индивидуальной защиты органов дыхания при нахождении в убежищах необходимо постоянно иметь в готовности к немедленному использованию. При нахождении населения во время ядерного взрыва вне убежищ, к примеру на открытой местности или на улице, в целях защиты следует использовать ближайшие естественные укрытия. На зараженной местности необходимо вести себя осторожно, соблюдать все правила безопасного поведения.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Задание:

1.Используя материалы статьи «**Поведение и действие населения в очаге ядерного поражения**», составьте перечень правил, которые необходимо соблюдать при ядерном взрыве и угрозе радиоактивного заражения. Правила напишите в виде **кратких тезисов**.

2. Изучите статью «Ядерное оружие и факторы поражения ядерного взрыва, заполните таблицу:

Поражающий фактор	Определение	Краткая характеристика	Действие на человека	Способ защиты
Ударная волна				
Световое излучение				
Ионизирующее излучение				
Радиоактивное излучение				
Электромагнитный импульс				

3. Выполнить контрольный тест:

1. Оружие массового поражения, основанное на внутриядерной энергии – это:

- а) бактериологическое оружие; б) химическое оружие;
в) ядерное оружие; г) лазерное оружие.

2. К коллективным средствам защиты относятся:

- а) противогаз; б) респиратор; в) ОЗК; г) простейшие укрытия.

3. Явление радиоактивного излучения открыл французский физик

- а) Роберт Оппенгеймер; б) Антуан Беккерель;
в) Жан Жак Руссо; г) Жерар Монтестье.

4. Первые испытания ядерного оружия произошли

- а) 16 июля 1945г; б) 27 декабря 1918г; в) 6 августа 1942г; г) 9 мая 1941г.

5. Поток лучистой энергии, включающий ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи это:

- а) ударная волна; б) радиоактивное заражение;
в) световое излучение; г) электромагнитный импульс.

6. Какой поражающий фактор не оказывает на человека непосредственного воздействия при применении ядерного оружия:

- а) проникающая радиация; б) световое излучение;
в) электромагнитный импульс; г) ударная волна.

7. Основным поражающим фактором ядерного взрыва является:

- а) ударная волна; б) радиоактивное заражение;
в) световое излучение; г) радиоактивное заражение.

8. Воздействие какого поражающего фактора ядерного взрыва может вызвать ожоги кожи, поражение глаз и пожары?

- а) проникающая радиация; б) электромагнитный импульс;
в) световое излучение; г) радиоактивное заражение.

9. От воздействия ударной волны людей могут защитить:

- а) противогаз, респиратор; б) преграды, не пропускающие свет;
в) общевойсковой защитный комплект; г) убежища и укрытия.

10. Для защиты от проникающей радиации нужно использовать:

- а) противогаз, респиратор; б) преграды, не пропускающие свет;
в) общевойсковой защитный комплект; г) убежища и укрытия.

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №2

Поведение и действие населения в очаге ядерного поражения во многом зависят от того, где оно находилось в момент ядерного взрыва: в убежищах (укрытиях) или вне их.

1. Убежища (укрытия), являются эффективным средством защиты от всех поражающих факторов ядерного оружия и от последствий, вызванных применением этого оружия. Следует только тщательно соблюдать правила пребывания в них, строго выполнять требования комендантов (старших) и других лиц, ответственных за поддержание порядка в защитных сооружениях.

2. Средства индивидуальной защиты органов дыхания при нахождении в убежищах (укрытиях) необходимо постоянно иметь в готовности к немедленному использованию. Обычно длительность пребывания людей в убежищах (укрытиях) зависит от степени радиоактивного заражения местности, где расположены защитные сооружения. Если убежище (укрытие) находится в зоне заражения с уровнями радиации через 1 ч после ядерного взрыва от **8 до 80 Р/ч**, то время пребывания в нем укрываемых людей составит от нескольких часов до одних суток; в зоне заражения с уровнями радиации от **80 до 240 Р/ч** нахождение людей в защитном сооружении увеличивается до 3 суток; в зоне заражения с уровнем радиации **240 Р/ч и выше** это время составит 3 суток и более. По истечении указанных сроков из убежищ (укрытий) можно перейти в жилые помещения. В течение последующих 1 – 4 суток (в зависимости от уровней радиации в зонах заражения) из таких помещений можно периодически выходить наружу, но не более чем на 3 – 4 ч в сутки. В условиях сухой и ветреной погоды, когда возможно пылеобразование, при выходе из помещений следует использовать средства индивидуальной защиты органов дыхания.

3. При указанных сроках пребывания в убежищах (укрытиях) становится понятной необходимость, как указывалось ранее, иметь запасы продуктов питания (не менее чем на 4 суток), питьевой воды (из расчета 3 л на человека в сутки), а также предметы первой необходимости и медикаменты. Во всех случаях перед выходом из убежища (укрытия) на зараженную территорию необходимо надеть средства индивидуальной защиты и уточнить у коменданта (старшего) защитного сооружения направление наиболее безопасного движения, а также о местонахождении медицинских формирований и обмывочных пунктов вблизи пути движения.

4. При нахождении населения во время ядерного взрыва вне убежищ (укрытий), к примеру на открытой местности или на улице, в целях защиты следует использовать ближайшие естественные укрытия. Если таких укрытий нет, надо повернуться к взрыву спиной, лечь на землю лицом вниз, руки спрятать под себя; через 15 – 20 с после взрыва, когда пройдет ударная волна, встать и немедленно надеть противогаз, респиратор или какое-либо другое средство защиты органов дыхания, вплоть до того, что закрыть рот и нос платком, шарфом или плотным материалом в целях исключения попадания внутрь организма радиоактивных веществ, поражающее действие которых момент быть значительным и в течение длительного времени, поскольку выделение их из организма происходит медленно; затем стряхнуть осевшую на одежду и обувь пыль, надеть имеющиеся средства защиты кожи (использовать надетые одежду и обувь в качестве средств защиты) и выйти из очага поражения или укрыться в ближайшем защитном

сооружении.

5. Нахождение людей на зараженной радиоактивными веществами местности вне убежищ (укрытий), несмотря на использование средств индивидуальной защиты, сопряжено с возможностью опасного облучения и, как следствие этого, развития лучевой болезни. Чтобы предотвратить тяжелые последствия облучения и ослабить проявление лучевой болезни, во всех случаях пребывания на зараженной местности необходимо осуществлять медицинскую профилактику поражений ионизирующими излучениями. Большинство имеющихся противорадиационных препаратов вводится в организм с таким расчетом, чтобы они успели попасть во все клетки и ткани до возможного облучения человека. Время приема препаратов устанавливается в зависимости от способа их введения в организм; таблеточные препараты, например, принимаются **за 30 – 40 мин**, препараты, вводимые путем инъекций внутримышечно, – **за 5 мин до** начала возможного облучения. Применять препараты рекомендуется и в случаях, если человек облучению уже подвергся. Противорадиационные препараты имеются в специальных наборах, рассчитанных на индивидуальное использование.

6. В целях уменьшения возможности поражения радиоактивными веществами на территории очага поражения (в зонах заражения) запрещается принимать пищу, пить и курить. Прием пищи вне убежищ (укрытий) разрешается на местности с уровнями радиации не более 5 Р/ч. Если местность заражена с более высокими уровнями радиации, прием пищи должен производиться в укрытиях или на дезактивированных участках местности. Приготовление пищи должно вестись на незараженной местности или, в крайнем случае, на местности, где уровни радиации не превышают 1 Р/ч.

7. В целях исключения несчастных случаев нельзя трогать электропровода, поскольку они могут оказаться под током; нужно быть осторожным в местах возможного загазования. Двигаясь по зараженной территории, надо стараться не поднимать пыли, в дождливую погоду обходить лужи и стараться не поднимать брызг. По пути следования из очага поражения могут попадаться люди, заваленные обломками конструкций, получившие травмы. Необходимо оказать им посильную помощь.

8. После выхода из очага ядерного поражения (зоны радиоактивного заражения) необходимо как можно быстрее провести частичную дезактивацию и санитарную обработку, т. е. удалить радиоактивную пыль: при дезактивации – с одежды, обуви, средств индивидуальной защиты, при санитарной обработке – с открытых участков тела и слизистых оболочек глаз, носа и рта.

9. При частичной дезактивации следует осторожно снять одежду (средства защиты органов дыхания не снимать!), стать спиной к ветру (во избежание попадания радиоактивной пыли при дальнейших действиях) и вытряхнуть ее; затем развесить одежду на перекладине или веревке и, также стоя спиной к ветру, обмести с нее пыль сверху вниз с помощью щетки или веника. Одежду можно выколачивать, к примеру, палкой. После этого следует дезактивировать обувь: протереть тряпками и ветошью, смоченными водой, очистить веником или щеткой; резиновую обувь можно мыть. Противопыльные тканевые маски при дезактивации тщательно вытряхивают, чистят щетками, при возможности полощут или стирают в воде. Зараженные ватно-марлевые повязки уничтожают (сжигают).

10. При частичной санитарной обработке открытые участки тела, в первую очередь руки, лицо и шею, а также глаза обмывают незараженной водой; нос, рот и горло полощут. Своевременно проведенные частичные дезактивация и санитарная обработка могут полностью предотвратить или значительно снизить степень поражения.

ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ ЯДЕРНОГО ВЗРЫВА

Ядерное оружие – это один из самых опасных видов, существующих на Земле. Применение этого средства может решать разные задачи. К тому же объекты, которые должны быть атакованы, могут иметь разное расположение. В связи с этим ядерный взрыв может быть произведен в воздухе, под землей или водой, над землей или водой. Этот вид оружия способен разрушить все объекты, которые не защищены, а также людей. В связи с этим различают следующие поражающие факторы ядерного взрыва.

1. Ударная волна. На этот фактор приходится около 50% всей выделяемой энергии при взрыве. Ударная волна от взрыва ядерного оружия аналогична действию при разрыве обычной бомбы. Ее отличием является более разрушительная сила и продолжительное время действия. Если рассматривать все поражающие факторы ядерного взрыва, то этот считается основным. Ударная волна этого оружия способна поражать объекты, которые находятся далеко от эпицентра. Она представляет собой процесс сильного сжатия воздуха. Скорость ее распространения зависит от созданного давления. Чем дальше от места взрыва, тем более слабое воздействие волны. Опасность взрывной волны заключается еще и в том, что она перемещает в воздухе предметы, которые могут привести к гибели людей. Ударная волна разрушает здания и сооружения, линии электропередач и связи, сети коммунального хозяйства. Укрыться от воздействия ударной волны можно в специальном убежище.

2. Световое излучение. На этот фактор приходится около 35 % всей выделяемой энергии при взрыве. Это поток лучистой энергии, который включает инфракрасное, видимое и ультрафиолетовое излучение. В качестве источников светового излучения выступают раскаленный воздух и раскаленные продукты взрыва. Световое излучение при ядерном взрыве длится всего несколько секунд. Длительность свечения зависит от мощности ядерного взрыва. Чем больше мощность взрыва, тем длительнее свечение. Температура светящейся области от 2000 до 3000⁰С. Для сравнения укажем, что температура поверхностных слоев Солнца составляет 6000⁰С. Энергия светового излучения переходит в тепловую. Происходит нагрев поверхности. Он может быть достаточно сильным и приводить к обугливанию материалов. Световое излучение способно вызвать массовые пожары в населенных пунктах, в лесах, степях, на полях. Люди в результате светового излучения получают многочисленные ожоги. Защитить от светового излучения могут любые преграды, не пропускающие свет: укрытие, тень дома и т. Интенсивность светового излучения сильно зависит от метеорологических условий. Туман, дождь и снег ослабляют его воздействие, и наоборот, ясная и сухая погода благоприятствует возникновению пожаров и образованию ожогов.

3. Проникающая радиация. На долю проникающей радиации приходится около 10% всей энергии. Это поток нейтронов и гаммаквантов, которые исходят из эпицентра применения оружия. Их распространение происходит во все стороны. Чем дальше расстояние от точки взрыва, тем меньше концентрация этих потоков в воздухе. Если оружие было применено под землей или под водой, то степень их воздействия значительно ниже. Это связано с тем, что часть потока нейтронов и гамма квантов

поглощается водой и землей. Проникающая радиация охватывает меньшую зону, чем ударная волна или излучение. Но существуют такие виды оружия, у которых действие проникающей радиации значительно выше других факторов. Нейтроны и гамма кванты проникают через ткани, блокируя работу клеток. Это приводит к изменениям в работе организма, его органов и систем. Клетки отмирают и разлагаются. У людей это называется **лучевой болезнью**. Продолжительность действия проникающей радиации составляет всего несколько секунд, но тем не менее она способна нанести человеку тяжелые поражения. Кроме того, проникающая радиация может вызвать потемнение стекла, засвечивание светочувствительных фотоматериалов и выводить из строя радиоэлектронную аппаратуру. В качестве защиты используют защитные сооружения ГО, которые ослабляют её воздействие от 200 до 5000 раз.

4. Радиоактивное заражение. Радиоактивное заражение местности, приземного слоя атмосферы, воздушного пространства, воды и других объектов возникает в результате выпадения радиоактивных осадков из облака ядерного взрыва. По мере перемещения облака, по его следу происходит выпадение радиоактивных осадков, и, таким образом, на земле остается радиоактивный след. Радиоактивное заражение местности может быть опасным на протяжении нескольких недель после взрыва. Радиоактивное поражение людей и животных на следе радиоактивного облака может вызываться внешним и внутренним облучением. Последствием облучения может быть лучевая болезнь. Основным способом защиты населения от радиоактивного заражения следует считать изоляцию людей от внешнего воздействия радиоактивных излучений, а также исключение условий, при которых возможно попадание радиоактивных веществ внутрь организма человека вместе с воздухом и пищей.

5. Электромагнитный импульс – это совокупность электрических и магнитных полей, возникающих в результате ионизации атомов среды под воздействием гамма-излучения. Продолжительность несколько миллисекунд. Его действие оказывает существенное воздействие на всю территорию и людей, которые попадают в эту зону. Поражающее действие ЭМИ проявляется прежде всего по отношению к радиоэлектронной и электротехнической аппаратуре, находящейся на вооружении, военной технике и других объектах.

Практическое занятие № 3

Тема. Составление инструкции правил безопасного поведения в условиях химического заражения. Изучение способов защиты от ХОВ

Цель:

- сформировать навыки безопасного поведения во время техногенных аварий, уметь действовать быстро и решительно на основе алгоритма при угрозе химической аварии с выбросом ХОВ;
- формировать навыки работы с текстом по выделению главного, уметь анализировать, делать выводы.

Основные теоретические положения

Химическое оружие – это оружие, поражающее действие которого основано на использовании боевых токсичных (ядовитых) химических веществ (**БТХВ**). К **БТХВ** относятся отравляющие вещества (ОВ) и токсины, оказывающие поражающее действие на людей и животных, а также фитотоксиканты, которые способны поражать различные

виды растительности. Отравляющие вещества – это ядовитые химические соединения, способные в боевых условиях поражать незащищенную живую силу. Токсины – это ядовитые белки микробного, животного или растительного происхождения. Они могут быть синтезированы промышленным путем. В отличие от биологических средств токсины нежизнеспособны (не могут размножаться), не имеют периода инкубации, а поражения, вызванные ими, не являются инфекционными заболеваниями.

Фитотоксиканты – это ядохимикаты, предназначенные для уничтожения сельскохозяйственных культур в целях лишения продовольственной базы и подрыва военно-технического потенциала, а также для дефолиации (опадение листьев) растительности с целью демаскировки войск. Кроме того, в военное и мирное время войска могут подвергнуться воздействию аварийно опасных химических веществ (АХОВ) – химических веществ, применяющихся в национальной экономике, таких как: хлор, аммиак, цианистый водород, сероводород и другие. Воздействие на войска АХОВ возможно в результате выброса (вылива) при авариях и разрушении объектов, содержащих данные вещества. Химическое оружие предназначается для поражения личного состава противника, снижения его боеспособности, затруднения (дезорганизации) боевой деятельности войск и тыловых объектов. В качестве средств доставки к объектам поражения могут быть использованы авиация, ракеты, артиллерия, а также средства инженерных и химических войск. Суммарный ущерб от применения противником химического оружия включает потери личного состава, снижение боеспособности личного состава вследствие изнурения, потери сил и средств, используемых на ликвидацию последствий химического удара. Кроме этого, результатом длительного применения химического оружия могут быть тяжелые экологические и генетические последствия, устранение которых потребует как огромных затрат сил и

ХОД ЗАНЯТИЯ

Задание 1.

Продолжите очерёдность ваших действий при аварии на химическом предприятии.

1. При сигнале «Внимание всем!» включите, для того, чтобы.....
 2. Если поступила информация об эвакуации, то:
отключите.....
закройте
 - наденьте.....
 - возьмите с собой.....
 - оповестите.....
 - выходите из зоны возможного заражения перпендикулярно.....
 - на расстояние не менее..... от места пребывания
 3. Для защиты органов дыхания используйте.....
 - а при его отсутствии используйте.....
 4. Если невозможно покинуть зону поражения, то.....
 5. Не укрывайтесь.....
- Действия после химической аварии
- 1). При подозрении на поражение ХОВ исключите.....
 - 2). Если вы попали под непосредственное воздействие АХОВ, то при первой возможности
 - 3). Заражённую одежду
 - 4). Проведите тщательную
 - 5). Воздержитесь от употребления

Задание 2.

Изучить предлагаемую статью «Классификация отравляющих веществ», заполнить таблицу:

	Название ОВ	Влияние на человека	Способ защиты от ОВ
Нервно-паралитическое действие			
Кожно-нарывное действие			
Общеядовитое действие			
Удушающее действие			
Психохимического действия			
Раздражающего действия			

Задание 3.

Выполните тест «Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ».

1. Химическое вещество, воздействие которого на человека может вызвать у него острые и хронические заболевания или даже привести его к гибели:

- а) химически опасное вещество б) биологически опасное вещество
в) ядовитое вещество г) органическое вещество

2. Объект, при аварии или разрушении которого могут произойти массовые поражения людей, животных и растений опасными химическими веществами, это:

- а) гидродинамически опасный объект; б) пожароопасный объект;
в) взрывоопасный объект г) химически опасный объект.

3. Химическое вещество, применяемое в народнохозяйственных целях, которое при выливе или выбросе может привести к массовому поражению людей и нанести вред окружающей среде, это:

- а) сильнодействующее ядовитое вещество (СДЯВ); б) ядовитое вещество;
в) аварийно химически опасное вещество; г) опасное вещество.

4. Среди перечисленных поражающих факторов выберите те, которые характерны для химических аварий с выбросом АХОВ:

- а) проникновение опасных веществ через органы дыхания в организм человека;
б) интенсивное излучение гамма-лучей, поражающее людей;
в) лучистый поток энергии;
г) поражение людей опасными веществами через кожные покровы;
д) выделение из облака зараженного воздуха раскаленных частиц, вызывающих ожоги.

5. Последствиями аварий на химически опасных предприятиях могут быть:

- а) резкое повышение или понижение атмосферного давления в зоне аварии и на прилегающей к ней территории;*
- б) заражение окружающей среды аварийно химически опасными веществами;*
- в) массовые поражения людей, животных и растений.*
- г) разрушение наземных и подземных коммуникаций, промышленных зданий в результате действий ударной волны;*

6. Выходить из зоны химического заражения следует с учетом направления ветра:

- а) перпендикулярно направлению ветра;*
- б) по направлению ветра;*
- в) навстречу потоку ветра.*

7. Найдите допущенную ошибку. Основными способами защиты населения от АХОВ являются:

- а) эвакуация населения из зон возможного заражения.*
- б) использование средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;*
- в) профилактические прививки от АХОВ;*
- г) использование защитных сооружений (убежищ);*
- д) временное укрытие населения в жилых и производственных зданиях;*

8. Найдите допущенную ошибку. Транспортировка АХОВ осуществляется:

- а) посредством трубопроводов*
- б) морским транспортом*
- в) авиационным транспортом*
- г) автомобильным транспортом*
- д) железнодорожным транспортом*

9.. Аммиак - это:

- а) бесцветный газ с резким удушливым запахом (нашатырного спирта), легче воздуха;*
- б) парообразное вещество с запахом горького миндаля, металлическим привкусом во рту.*
- в) зеленовато-желтый газ с резким запахом;*
- г) газообразное вещество с запахом прелого сена*

10. При аварии на аварийно химически опасном объекте произошла утечка аммиака. Вы живете на 1-м этаже девятиэтажного дома и можете оказаться в зоне заражения. Ваши действия:

- а) подниметесь на верхний этаж;*
- б) укроетесь в подвале здания;*
- в) останетесь в своей квартире.*

11. Что необходимо сделать в случае оповещения об аварии на химическом предприятии с выбросом АХОВ? Определите последовательность ваших действий:

- а) взять необходимые вещи, документы и продукты питания;*
- б) отключить газ, воду, электричество, погасить огонь в печи;*
- в) закрыть окна и форточки;*
- г) включить телевизор, радио выслушать сообщения и рекомендации;*
- д) надеть средства защиты органов дыхания и кожи;*
- е) укрыться в ближайшем убежище или покинуть район аварии.*

12. Как вы будете действовать после оповещения об аварии на химическом предприятии при отсутствии индивидуальных средств защиты, убежища, а также возможности выхода из зоны аварии. Ваши действия и их очередность:

- а) отойти от окон и дверей;*
- б) включить радиоприемник, телевизор, прослушать информацию;*
- в) перенести ценные вещи в подвал или отдельную комнату;*

- г) входные двери закрыть плотной тканью;
- д) плотно закрыть окна и двери;
- е) подавать сигналы о помощи;

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №3

Классификация отравляющих веществ (ОВ)

Отравляющие вещества по характеру действия на организм можно разделить на шесть групп: нервно-паралитического, кожно-нарывного, общеядовитого, удушающего, психотропного и раздражающего действия.

1.ОВ нервно-паралитического действия. Это группа летальных ОВ, представляющих собой высоко-токсичные фосфорсодержащие ОВ, вызывающие поражение центральной нервной системы. Основная цель их применения - быстрый и массовый вывод личного состава из строя с возможно большим числом смертельных исходов. К этой группе относятся: *зарин, зоман, Ви-икс, табун*. ОВ нервно-паралитического действия могут проникать в организм человека через органы дыхания, раны, кожу, слизистые оболочки глаз, а также желудочно-кишечный тракт. Тяжесть поражения можно разделить на три степени.

1 степень – (легкая) признаки: сужение зрачков, резкое ослабление зрения, боль в глазах, слюнотечением, отделение слизи из носа, тяжесть в груди.

2 степень- (средняя) признаки: резкая одышка, синюшная окраска слизистых оболочек и кожи, нарушение координации, рвота, частое мочеиспускание, понос.

3 степень- (тяжелая) признаки: судороги, сильнейшая одышка, синюшная окраска кожа, потеря сознания, остановка дыхания и смерть. При появлении первых признаков поражения заринном необходимо ввести подкожно или внутримышечно раствор атропина, афина или будаксима из шприца-тюбика. При необходимости пораженному нужно сделать искусственное дыхание. Надежной защитой от парообразного зарина и от Ви-Икс является фильтрующий противогаз и защитная одежда.

2.ОВ кожно-нарывного действия — стойкие отравляющие вещества, поражают преимущественно кожу и слизистые оболочки. Кроме того, попадая в организм с зараженной пищей или водой, поражают органы пищеварения. При сильных поражениях кожи или других органов кожно-нарывные ОВ вызывают общее отравление организма. Основные отравляющие вещества — *иприт, люизит*. Это преимущественно стойкие вещества, одним из характерных признаков поражения которыми является воспаление кожных покровов тела различной степени - от покраснения до образования гнойных язв, при поражении кожных покровов капельножидким ипритом через несколько часов (4—8 часов) — покраснение и припухание кожи, зуд, жжение; появляются пузыри, которые лопаются, после чего образуются долго не заживающие язвы. При попадании иприта в желудочно-кишечный тракт через 30—60 мин. появляются резкие боли в животе, слюнотечение, тошнота, рвота, а к концу суток — понос с кровью. Поражение желудочно-кишечного тракта часто кончается смертью. При поражении ипритом хорошие результаты дает промывание 15%-ым водно-спиртовым раствором хлорамина Б, он разрушает иприт не только на коже, но и частично тот, что уже проник в нее. Можно обмывать щелочными и мыльными растворами.

3. ОВ общеядовитого действия. Отравляющие вещества общеядовитого действия, попадая в организм, нарушают передачу кислорода из крови к тканям. Это одни из самых быстродействующих ОВ. К ним относятся *синильная кислота и хлорциан*. Это вещества, приводящие при применении к общему отравлению организма пораженных, следствием

которого является остановка дыхания. При тяжелых отравлениях появляются признаки кислородного голодания ткани: слабость, усиление боли в области сердца, расширение зрачков, рвота. Пульс становится частым, ритмичным, появляется одышка с коротким вдохом и удлиненным выдохом. Приступообразные судороги. Сознание отсутствует. Смерть наступает от остановки дыхания и сердечной деятельности.

4.ОВ удушающего действия. ОВ удушающего действия поражают главным образом легкие. Главные ОВ — фосген и дифосген. Это вещества, приводящие при применении к специфическому поражению легочной ткани и возникновению токсического отека легких. От фосгена органы дыхания надежно защищает противогаз. Средств защиты кожи не нужно.

5.ОВ психохимического действия. ОВ психохимического действия способны на некоторое время выводить из строя живую силу противника. Эти отравляющие вещества, воздействуя на центральную нервную систему, нарушают нормальную психическую деятельность человека или вызывают такие психические недостатки как временная слепота, глухота, чувство страха, ограничение двигательных функций, галлюцинации. Отравление этими, в дозах вызывающих нарушения психики, веществами не приводит к смерти.

6.Вещества раздражающего действия, ирританты. Раздражающие вещества относятся к быстродействующим. В то же время их действие, как правило, кратковременно, поскольку после выхода из зараженной зоны признаки отравления проходят через 1 — 10 мин. Смертельное действие для ирритантов возможно только при поступлении в организм очень больших доз. К раздражающим ОВ относят **слезоточивые вещества**, вызывающие обильное слезотечение и чихательные, раздражающие дыхательные пути (могут также воздействовать на нервную систему и вызывать поражения кожи. Существуют ОВ, совмещающие слезоточивое и чихательное действия. Раздражающие ОВ состоят на вооружении полиции во многих странах и поэтому классифицируются как полицейские, либо специальные средства несмертельного действия (спецсредства).

Основные способы защиты населения в условиях химического заражения:

- 1) оповещение об опасности химического заражения;
- 2) укрытие в защитных сооружениях (убежищах);
- 3) использование средств индивидуальной
- 4) соблюдение режимов поведения (защиты) на зараженных территориях;
- 5) эвакуация людей из зоны заражения;
- 6) санитарная обработка людей, дегазация одежды, территорий, сооружений, транспортных средств, техники и имущества.

Все люди, которые попали в зону заражения, независимо от их субъективного состояния должны быть эвакуированы. Не допускается вывод их пешком. Нужна быстрая эвакуация потому, что одетый противогаз вследствие сопротивления дыхания повышает физическую нагрузку на пораженного, в то время как ему нужен **полный покой**. Рекомендуется согревание тела, горячий чай, молоко или кофе. При отравлении большинством СДЯВ любые физические нагрузки, в том числе и самостоятельный выход из зоны заражения, сопряжены с опасным увеличением нагрузки на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, что может утяжелить отравление. Пораженных СДЯВ эвакуируют на носилках. После выхода из очага химического поражения как можно скорее проводится полная санитарная обработка. Если это невозможно сделать быстро, проводится частичная дегазация и санитарная обработка.

При обнаружении признаков применения противником отравляющих веществ (по сигналу "Химическая тревога") надо срочно надеть противогаз и средства защиты кожи; если поблизости есть убежище--- укрыться в нем. Перед тем как войти в убежище следует снять использованные средства защиты кожи и верхнюю одежду и оставить их в тамбуре убежища; эта мера предосторожности исключает занос отравляющих веществ в убежище. Противогаз снимается после входа в убежище.

Практическое занятие № 4

Тема. Решение ситуационных задач «Способы защиты и безопасного поведения в условиях ЧС природного характера»

Цель:

- *закрепить знания о классификации ЧС природного характера, причинах их возникновения, факторах поражения;*
- *формировать стереотипы безопасного поведения личности в условиях природных ЧС;*

Основные теоретические положения

Чрезвычайная ситуация природного характера — это неблагоприятная обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате опасного природного явления, которое может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей, материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности населения. Такие чрезвычайные ситуации называют еще стихийными бедствиями. Эти явления возникают под воздействием атмосферных факторов (ураганы, смерчи, снегопады, ливни), огня (лесные и торфяные пожары), изменения уровня воды (паводки, наводнения), изменений в земной коре (извержение вулканов, землетрясения, оползни, сели, обвалы). Наибольшую опасность для населения представляют наводнения, ураганы, землетрясения и засухи, на которые приходится около 90% ущерба, причиняемого стихийными бедствиями.

ЧС природного характера подразделяются на ситуации:

- *геофизического характера (извержения вулканов, землетрясения);*
- *геологического характера (оползни, сели, обвалы, лавины, провалы земной поверхности в результате карста, абразия, эрозия, пыльные бури);*
- *метеорологического и гидрометеорологического характера (бури, ураганы, смерчи, торнадо, шквалы, крупный град, ливни, сильные снегопады, морозы, метели, туманы, сильный гололед, сильная жара, заморозки, засухи);*
- *морского гидрологического характера (тайфуны, цунами, сильное волнение, напор и дрейф льдов, труднопроходимые льды)*
- *гидрологического характера (наводнения, половодья, паводки, заторы, зажоры, ветровые нагоны, ранние ледоставы, низкие уровни воды)*
- *гидрогеологического характера (низкие и высокие уровни грунтовых вод);*
- *природные пожары (лесные, степные, торфяные и пожары горючих ископаемых);*
- *инфекционная заболеваемость людей и животных.*

На территории России встречается более 30 опасных природных явлений и процессов, среди которых наиболее разрушительными являются наводнения, штормовые ветры,

ливни, ураганы, смерчи, землетрясения, лесные пожары, оползни, сели, снежные лавины. Большая часть социальных и экономических потерь связана с разрушениями зданий и сооружений из-за недостаточной надежности и защищенности от опасных природных воздействий. Наиболее частыми на территории России становятся природные катастрофические явления атмосферного характера — бури, ураганы, смерчи, шквалы (28%), далее идут землетрясения (24%) и наводнения (19%). Опасные геологические процессы, такие, как оползни и обвалы составляют 4%. Оставшиеся природные катастрофы, среди которых наибольшую частоту имеют лесные пожары, в сумме равны 25%. Суммарный ежегодный экономический ущерб от развития 19 наиболее опасных процессов на городских территориях в России составляет 10–12 млрд. руб. в год.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Задание: 1. Используя дополнительный материал, заполните таблицу «ЧС природного характера»

Характер ЧС	Виды ЧС	Причины ЧС	Поражающие факторы ЧС, влияние на человека
Геофизические ЧС			
Геологические ЧС			
Метеорологические ЧС			
Гидрологические ЧС			
Пожары			
Инфекционные заболевания			

Задание 2. Решение ситуационных задач.

1. КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ВЫ НАХОДИТЕСЬ ЛАВИНООПАСНОЙ ЗОНЕ. И ПОЛУЧИЛИ ИНФОРМАЦИЮ О ТОМ, ЧТО МОЖЕТЕ ОКАЗАТЬСЯ НА МЕСТЕ СХОЖДЕНИЯ ЛАВИНЫ.

2. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ В ЗОНЕ ЛЕСНОГО ПОЖАРА.

3. ВЫ ПРОЖИВАЕТЕ НА ТЕРРИТОРИИ, ГДЕ СЛУЧАЮТСЯ НАВОДНЕНИЯ. КАКИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПРИ НАВОДНЕНИИ ВЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ? КАКИМИ НАВЫКАМИ ДОЛЖНЫ ОБЛАДАТЬ?

4. ВЫ НАХОДИТЕСЬ ДОМА. ПОСТУПИЛА ИНФОРМАЦИЯ О ТОМ, ЧТО ВАШ НАСЕЛЕННЫЙ ПУНКТ ЧЕРЕЗ ЧАС ОКАЖЕТСЯ В ЗОНЕ СИЛЬНОГО ШКВАЛА, УРАГАНА. ВАШИ ДЕЙСТВИЯ.

Задание 3.

Выполнить контрольное задание.

Дополните предложенные фразы:

- 1.Проживая в сейсмической зоне, в каждом доме должен быть приготовлен.....
- 2.При малейших толчках необходимо.....
3. При подземных толчках **нельзя**.....
- 4.Наиболее надежным способом защиты при извержении вулкана является.....
- 5.При оповещении о приближении урагана, необходимо принять личные меры самозащиты в доме.....
- 6.Если во время урагана ты оказался на улице, то необходимо укрыться(где).....
- 7.Когда ветер стих и вы вышли на улицу, то следует осмотреть.....
8. В грозу запрещено.....
- 9.Следует помнить признаки лавиноопасной местности, а именно.....
- 10.Если вас настигла лавина, то необходимо.....
- 11.При получении информации об обильных снегопадах необходимо.....
12. При поломке машины во время снегопада за пределами населенного пункта вам следует
13. Для борьбы с селями закрепляют.....,устраивают.....

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №4

Чрезвычайные ситуации природного характера, правила безопасного поведения

Чрезвычайная ситуация — это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, катастрофы, стихийного бедствия, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей, окружающей среде, значительные материальные потери.

ЧС природного характера разнообразны, исходя из причин возникновения, их делят на группы: геологические, метеорологические, гидрологические природные пожары, массовые заболевания. Основными видами последствий ЧС являются: разрушения, затопления, массовые пожары, бактериальное заражение, которые, в свою очередь, создают условия, опасные для жизни, здоровья и благополучия значительных групп населения, это жертвы и травмы, увеличение заболеваемости населения и животных, усугубление эпидемического неблагополучия.

Стихийные бедствия геологического характера.

Стихийные бедствия, связанные с геологическими природными явлениями подразделяются на вызванные землетрясениями, извержениями вулканов, оползнями, обвалами, селями, снежными лавинами, просадками земной поверхности в результате карстовых явлений.

Действия во время землетрясения:

Сохранять спокойствие, избегать паники, быстро покинуть дом и отойти от него на открытое место, если вы находитесь на первом, втором этаже.

Немедленно перейти в более безопасное место, если вы находитесь в помещении. Встать в проеме внутренних дверей или в уголке комнаты, подальше от окон и тяжелых предметов. Не бросаться к лестнице или к лифту, если вы находитесь в высотном здании выше пятого этажа. Выход из здания наиболее будет заполнен людьми, а лифты выйдут из строя. Выбегать из дома быстро, но осторожно. Остерегаться обломков, электрических

проводов и других источников опасности. Отдалиться от высоких сооружений, путепроводов, мостов и линий электропередач. Остановиться, если вы едете в автомобиле, открыть двери и оставаться в автомобиле до прекращения колебаний.

Как действовать во время извержения вулкана

Защитите тело и голову от камней и пепла. Извержение вулканов может сопровождаться бурным паводком, селевыми потоками, затоплениями, поэтому избегайте берегов рек и долин вблизи вулканов, старайтесь держаться возвышенных мест, чтобы не попасть в зону затопления

или

селевого потока.

Как действовать, если вы находитесь в зоне опасности схода лавины

Соблюдать основные правила поведения в районах схода лавин: не выходить в горы в снегопад и непогоду; находясь в горах, следить за изменением погоды; выходя в горы, знать в районе своего пути или прогулки места возможного схода снежных лавин. Избегать мест возможного схода лавин. Они чаще всего сходят со склонов крутизной более 30°, если склон без кустарника и деревьев – при крутизне более 20°. При крутизне более 45° лавины сходят практически при каждом снегопаде. Помнить, что в лавиноопасный период в горах создаются спасательные отряды.

Как действовать при сходе лавины

Если лавина срывается достаточно высоко, ускоренным шагом или бегом уйти с пути лавины в безопасное место или укрыться за выступом скалы, в выемке (нельзя прятаться за молодыми деревьями). Если от лавины невозможно уйти, освободиться от вещей, принять горизонтальное положение, поджав колени к животу и сориентировав тело по направлению движения лавины.

Как действовать, если вас накрыла лавина

Закрывать нос и рот рукавицей, шарфом, воротником; двигаясь в лавине, плавательными движениями рук стараться держаться на поверхности лавины, перемещаясь к краю, где скорость ниже. Когда лавина остановилась, попробовать создать пространство около лица и груди, оно поможет дышать. Если представится возможность, надо двигаться в сторону верха (верх можно определить с помощью слюны, дав ей вытечь изо рта). Оказавшись в лавине не кричать – снег полностью поглощает звуки, а крики и бессмысленные движения только лишат сил, кислорода и тепла. Не терять самообладания, не давать себе уснуть, помнить, что вас ищут (известны случаи, когда из-под лавины спасали людей на пятые и даже тринадцатые сутки).

Стихийные бедствия метеорологического характера

Все они подразделяются на бедствия, вызываемые: бурей, ураганом, смерчем, сильным дождем, градом, сильным снегопадом, метелями, пыльными бурями, заморозками или сильной жарой.

Как действовать во время сильной метели?

Лишь в исключительных случаях выходить из зданий. В автомобиле можно двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходить от нее за пределы видимости. При остановке можно оставить мотор включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом. Если вы потеряли ориентацию, передвигаясь пешком вне населенного пункта, надо зайти в первый попавшийся дом, уточнить место вашего нахождения и, по возможности, дожидаться окончания метели. Если вас покидают силы, надо искать укрытие и оставаться в нем.

Стихийные бедствия гидрологического характера

Эти природные явления вызываются: наводнениями, селями, лавинами, цунами, штормами.

Как действовать во время наводнения?

Внимательно прослушать информацию, принять к сведению и выполнить все требования. Отключить газ, электричество и воду; погасить огонь в горящих печах; ценные вещи и мебель перенести на верхние этажи или чердак; закрыть окна, двери или даже забить их досками; животных необходимо выпустить из помещений, а собак отвязать;

дрова и все предметы, способные уплыть при подъёме воды, лучше перенести в помещение (сарай); подготовиться к эвакуации;

При отсутствии организованной эвакуации, до прибытия помощи или спада воды, находиться на верхних этажах и крышах зданий, на деревьях или других возвышающихся предметах; при этом постоянно подавать сигнал бедствия: днём — вывешиванием или размахиванием хорошо видимым полотнищем, подбитым к древку, а в тёмное время — световым сигналом и периодически голосом. При подходе спасателей спокойно, без паники и суеты, с соблюдением мер предосторожности, перейти в плавательное средство. При этом неукоснительно соблюдать требования спасателей, не допускать перегрузки плавсредств.

Природные пожары (лесные, степные, торфяные и подземные горючих ископаемых).

Если Вы оказались вблизи очага пожара в лесу или на торфянике и у Вас нет возможности своими силами справиться с его локализацией, предотвращением распространения и тушением пожара, надо предупредить всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны. Организовать их выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле. Выходить из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня. Если невозможно уйти от пожара, войти в водоем или накрыться мокрой одеждой. Выйдя на открытое пространство или поляну дышать воздухом возле земли – там он менее задымлен, рот и нос при этом прикрыть ватномарлевой повязкой или тряпкой. После выхода из зоны пожара сообщить о месте, размерах и характере пожара в администрацию населенного пункта, лесничество или противопожарную службу, а также местному населению..

Особо опасные инфекционные болезни животных

Инфекционные болезни животных - группа болезней, имеющая такие общие признаки, как наличие специфического возбудителя, цикличность развития, способность передаваться от зараженного животного к здоровому и принимать эпизоотическое распространение. Для предупреждения распространения эпизоотии и ликвидации последствий принимается ряд мер: обеззараживание кормов и животноводческой продукции; утилизация трупов животных; дезинфекция, дезинсекция и дератизация.

Практическое занятие № 5

Тема. Решение ситуационных задач. Действия пассажиров при крушении поезда и при пожаре. Отработка способов защиты от аварий на транспорте.

Цель:

- *закрепить знания алгоритма действий при авариях на транспорте;*
- *воспитать чувство ответственности за собственную жизнь и безопасность.*

Основные теоретические положения

Авария на транспорте — это повреждение транспортного средства. Авария с трагическими последствиями, связанными с гибелью людей, называется **катастрофой**.

Виды транспортных аварий:

- автомобильные;
- железнодорожные;

- авиационные;
- аварии на водном транспорте.

ХОД ЗАНЯТИЯ

ЗАДАНИЕ 1

Решить ситуационные задачи

1. Вы едете в поезде. Вам сообщили, что в соседнем вагоне очаг возгорания. Ваши действия..... Что нельзя делать в такой ситуации?
2. Вы совершаете круиз на корабле. Вам объявили, что корабль получил пробоину и терпит бедствие. Ваши действия.....
3. Вы летите в самолете. Объявили непредвиденную экстренную посадку. Ваши действия.....
4. Каковы будут ваши действия если:
 - ваш автомобиль потерял управление, движется с большой скоростью, возможна авария....
 - при поездке на автомобиле вы попали в снежную бурю.....
 - ваш автомобиль упал в реку.....

ЗАДАНИЕ 2

Контрольные вопросы:

1. Назовите возможные причины возникновения ЧС на транспорте?
2. Какие существуют общие правила безопасного поведения на транспорте.
3. Какие качества личности помогут выйти из сложной ЧС.

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №5

АВТОМОБИЛЬНЫЕ АВАРИИ.

В большинстве случаев автомобильные аварии возникают из-за несоблюдения элементарных мер безопасности и правил дорожного движения, а также недостаточной информированности о последствиях того или иного нарушения правил безопасности дорожного движения. Например, мало кто знает, что столкновение с неподвижным препятствием на скорости 50 км/ч без ремня безопасности равносильно прыжку лицом вниз с 4-го этажа.

Около 75 % всех аварий на автомобильном транспорте происходит из-за нарушения водителями правил дорожного движения. Наиболее опасными видами нарушений по-прежнему остаются превышение скорости, игнорирование дорожных знаков, выезд на полосу встречного движения и управление автомобилем в нетрезвом состоянии.

Часто приводят к авариям плохие дороги (главным образом скользкие), неисправность машин (на первом месте — тормоза, на втором — рулевое управление, на третьем — колеса и шины).

Особенность автомобильных аварий состоит в том, что 80 % раненых погибает в первые три часа из-за обильных кровопотерь.

Существует несколько рекомендаций, как обезопасить себя во время аварии. Так, при возникновении аварии на автотранспорте в случае, если вы видите, что предотвратить ее невозможно, то.. 1) постарайтесь принять наиболее

безопасное положение, сгруппировавшись и закрыв голову руками. Во время аварии все мышцы должны быть до предела напряжены. Самое главное — 2)препятствуйте своему перемещению вперед. Для этого в случае, если вы сидите на водительском месте, вам необходимо 3)вжаться в сиденье спиной и, напрягая все мышцы, опереться руками в рулевое колесо; если вы в качестве пассажира сидите на переднем сиденье, то вам следует опереться в «лицевую панель»; а если сзади — то в переднее сиденье. В случае, если вы, находясь за рулем, не пристегнулись ремнем безопасности, вам следует прижаться к рулевой колонке, а на месте пассажира — вы должны закрыть голову руками и завалиться набок. Не покидайте машину до ее остановки, так как шансов выжить в автомобиле в 10 раз больше, чем при выпрыгивании из него.

Если авария связана с опрокидыванием или возгоранием транспортного средства, постарайтесь как можно скорее покинуть его, используя для этого в случае необходимости не только двери, но и окна. Если машина упала в воду, двери открывать не следует, так как вода тут же хлынет внутрь, и машина начнет резко погружаться. Выбраться в этом случае надо через открытое окно.

При возникновении пожара в общественном транспорте, во-первых, немедленно сообщите об этом водителю. Во-вторых, попытайтесь открыть двери кнопкой аварийного открывания. Если это не удастся, разбейте боковые окна или откройте их по инструкции как аварийные выходы. В-третьих, попытайтесь сами потушить огонь, а если сделать это не удастся, то немедленно покиньте салон.

Электрическое питание трамваев и троллейбусов создает дополнительную угрозу поражения человека электричеством. Поэтому, выбираясь наружу из салона трамвая или троллейбуса, не касайтесь его металлических частей.

В любом случае главное — сохраняйте спокойствие и ни в коем случае не паникуйте, так как паника может привести к большему ущербу. Определитесь, в каком месте автомобиля и в каком положении вы находитесь, не горит ли автомобиль и не подтекает ли бензин (особенно при опрокидывании). Выбравшись из машины, отойдите от нее подальше — возможен взрыв.

В случае, если с вами ничего серьезного не произошло, помогите пострадавшим, организуйте первую помощь и примите меры к ликвидации последствий аварии. При необходимости вызовите «Скорую помощь» и сообщите о случившемся в милицию.

АВАРИИ НА ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОМ ТРАНСПОРТЕ

Гибель людей на железнодорожном транспорте в основном связана с крушениями поездов. Поэтому необходимо знать и применять правила и меры безопасности при возникновении этой чрезвычайной ситуации.

При крушении или экстренном торможении состава самое главное — закрепиться и препятствовать своему перемещению вперед или броскам в стороны. Для этого во время удара, точка, возникших в результате аварии, постарайтесь ухватиться за неподвижные части вагона или сгруппируйтесь, прикрыв голову, во избежание травм. При переворачивании вагона крепко держитесь руками и упирайтесь ногами в стену, верхнюю полку и т. п. После того, как вагон приобретет устойчивость, наметьте пути выхода из него. При этом, если вагон опрокинут или поврежден, выбирайтесь через окна, вытаскивая на руках детей и пострадавших. В случае обрыва проводов контактной сети, отойдите от вагонов на 30-50 м, чтобы не попасть под шаговое напряжение.

Конечно, обеспечение безопасного движения поездов зависит в основном от машинистов и диспетчеров, но и вы можете уменьшить риск при возможном крушении поезда, если будете знать некоторые правила:

- при столкновении поездов наиболее опасными являются головные и хвостовые вагоны;
- незафиксированные в крайнем положении двери в купе ведут к травмам от их резкого движения при остановке;
- громоздкие вещи, стеклянная посуда, расположенные на верхних полках, также приводят к травмам пассажиров при резкой остановке;
- на электрифицированных участках железной дороги особую опасность при крушении поездов представляют сломанные опоры и лежащие на земле электропровода.

Большую опасность для пассажиров железнодорожного транспорта представляет также пожар в вагоне. Это связано с сосредоточением в пассажирских вагонах большого количества людей и трудностью их эвакуации, быстротой повышения температуры и распространения токсичных газов в замкнутых пространствах, удаленностью поезда, находящегося в пути, от пожарных подразделений.

При возникновении пожара в пути прежде всего проинформируйте об этом проводника или машиниста. Постарайтесь принять все меры к остановке поезда, используя для этого стоп-кран или систему аварийного торможения и ликвидации пожара. (Запомните, что при пожаре нельзя останавливать поезд на мосту, в тоннеле и других местах, где осложнится эвакуация.) При невозможности потушить пожар собственными силами немедленно покиньте вагон, используя для этого все выходы, в том числе и окна, не забыв при этом оказать помощь в эвакуации детям и людям престарелого возраста. Помните о том, что при пожаре материал, которым облицованы стены вагонов — малминит, выделяет токсичный газ, опасный для жизни. Поэтому во время пожара в поезде постарайтесь обеспечить себе защиту органов дыхания. При эвакуации будьте внимательны, чтобы не попасть под встречный поезд. Покинув поезд, не оставайтесь около него, а постарайтесь отойти на безопасное расстояние.

АВИАЦИОННЫЕ АВАРИИ

Безопасность полетов зависит, прежде всего, от надежности самолетов и профессионализма экипажей и диспетчеров. Однако и вы при пользовании авиационным транспортом должны соблюдать определенные правила безопасности.

Если у вас есть возможность выбора, то садитесь в кресло, которое расположено рядом с выходом и, по возможности, ближе к середине или хвосту самолета. Поинтересуйтесь, где располагаются выходы (основные и аварийные) на вашем самолете и как они открываются. При взлете и посадке следите за тем, чтобы ваш ремень безопасности был плотно затянут. Будьте внимательны к командам и сигналам, которые передаются по микрофону, на световом табло или бортпроводницами.

Одной из аварийных ситуаций, которая может произойти в полете, является декомпрессия — снижение содержания кислорода в связи с «уходом» воздуха. Декомпрессия обычно начинается с оглушительного рева, салон самолета наполняется пылью и туманом, видимость резко снижается. При этом у людей появляются звон в ушах и боли в кишечнике (расширяются газы), из легких быстро выходит воздух, и люди теряют сознание. Поэтому при первых признаках декомпрессии нужно немедленно надеть кислородную маску (о том, где она хранится и как ею пользоваться, информирует стюардесса в начале полета) и подготовиться к резкому снижению или аварийной посадке, как как аварийная ситуация, связанная с декомпрессией, исправляется снижением высоты полета.

При аварийной посадке следует занять наиболее безопасное положение. Для этого опустите кресло и сгруппируйтесь, прижав голову к рукам и уперев ноги по ходу движения. В момент удара максимально напрягитесь. Когда самолет совершит вынужденную посадку, строго выполняйте все указания экипажа.

При возникновении пожара в полете не паникуйте, а постарайтесь оказать помощь в ликвидации пожара или защититься от огня и дыма, используя для этого одежду и воду. Приготовьтесь к аварийной посадке и обязательно мысленно представьте свой путь к ближайшему выходу. После аварийной посадки постарайтесь быстрее покинуть самолет, используя для этого аварийные люки и трапы (на это у вас есть одна-две минуты). При этом постарайтесь защитить свою кожу и не дышать дымом. Главное — сохраняйте спокойствие и не поддавайтесь панике, так как от этого зависит не только ваше спасение, но и спасение других пассажиров (по данным Национального управления по безопасности перевозок США, свыше 70 % людей, попавших в авиакатастрофы с пожарами, остаются в живых). Оказавшись за бортом самолета, окажите помощь пострадавшим и постарайтесь как можно быстрее отойти с ними на безопасное расстояние.

Если самолет потерпел аварию в безлюдной местности, то постарайтесь при экстренной эвакуации из самолета захватить с собой самые необходимые вещи (медицинские аптечки, теплые вещи в зимнее время) и продумайте, как подать сигналы с земли, видимые с воздуха.

АВАРИИ НА ВОДНОМ ТРАНСПОРТЕ.

Для своевременного и организованного проведения работ по спасению пассажиров и самого судна на каждом из них разработаны Расписания по тревогам. В них расписаны все действия команды и пассажиров по соответствующим сигналам тревог при возникновении аварийной ситуации. Кроме того, у каждого пассажирского места закрепляется каютная карточка пассажира на русском и английском языках, в которой указаны:

- значение сигналов тревоги;
- место сбора пассажиров по тревоге;
- номер и местонахождение спасательной шлюпки;
- иллюстрированная краткая инструкция по надеванию индивидуальных спасательных средств с указанием места их хранения.

Поэтому, прежде чем расположиться в каюте, тщательно изучите эту карточку.

Существует три сигнала судовых тревог:

- «Общесудовая тревога» — один продолжительный сигнал звонком громкого боя в течение 25-30 с, после чего объявление «Общесудовая тревога» по общесудовой трансляции в принудительном режиме работы. Тревога объявляется при возникновении аварийной ситуации либо в предаварийный период, когда становится ясно, что аварии не избежать. Однако это не означает «Покинуть судно».
- Тревога «Человек за бортом» — три продолжительных сигнала звонком громкого боя подаются 3-4 раза. Вслед за этим по общесудовой трансляции подается объявление голосом с указанием номера шлюпки к спуску. Тревога относится только к членам экипажа судна. Выход пассажиров по этой тревоге на открытые палубы запрещен.
- «Шлюпочная тревога» — семь коротких и один длинный сигнал звонком громкого боя, повторяемые 3-4 раза, и вслед за этим объявление голосом по общесудовой трансляции. Подается только в том случае, когда состояние аварийного судна не оставляет надежд на успех борьбы за живучесть и судно должно немедленно

погибнуть; объявляется только по распоряжению капитана. По шлюпочной тревоге члены экипажа, ответственные за безопасность пассажиров, выведут вас к месту посадки в коллективные спасательные средства.

Как показывает статистика, основная опасность во время кораблекрушения исходит от тонущего судна, которое способно увлечь с собой под воду людей. Кроме того, при кораблекрушении люди подвергаются опасности во время эвакуации с тонущего корабля, а также при нахождении их в воде, на плотках или на шлюпках.

Среди предварительных мер защиты можно посоветовать запомнить дорогу из своей каюты к спасательным средствам на верхнюю палубу, так как во время катастрофы ориентироваться очень трудно, особенно при задымлении и крене судна. К профилактическим мерам относятся также изучение инструкции по действиям в аварийных ситуациях, правил пользования спасательными средствами и практическая отработка по использованию спасательных средств.

При эвакуации людей с терпящего бедствие корабля опасность возникает при отказах спусковых устройств, опрокидываниях и ударах спасательных средств, неправильном их использовании, а также при необходимости прыгать в воду с гибнущего судна с большой высоты. Во время эвакуации *следует брать с собой только необходимые вещи*. Места на спасательных средствах в первую очередь предоставляются женщинам, детям, людям пожилого возраста и раненым.

При эвакуации с судна необходимо надеть теплую одежду, а сверху — защитный костюм из водонепроницаемой ткани и спасательный жилет. Спускаться на спасательное судно следует по трапам или канатам. Если позволяют обстоятельства, то в спасательные средства надо погрузить дополнительно одеяла, одежду, аварийное радио, запасы питьевой воды и пищи. При необходимости прыгать в воду следует зажать нос и рот одной рукой, а другой крепко держаться за спасательный жилет.

Оказавшись в воде, человек подвергается опасности утопления, переохлаждения организма и истощения. Чтобы замедлить наступление переохлаждения, находясь в воде, необходимо держать голову как можно выше над водой, стараясь при этом затрачивать минимум физических усилий для удержания себя на поверхности воды. Плыть следует только к спасательному средству.

В открытом море на спасательных средствах следует соблюдать два основных принципа: всем спасательным средствам держаться вместе и находиться у места гибели судна, если нет твердой уверенности в возможности достичь берега или выйти на судовые пути.

При нахождении на плотках или шлюпках главная опасность исходит от переохлаждения организма, а при длительном пребывании на них — и от недостатка воды и пищи.

Поэтому, находясь на спасательном средстве, следует прежде всего держать ноги сухими

Практическое занятие № 6

Тема. Изучение основных положений «Закона о пожарной безопасности РФ»

Цель.

- *изучить отдельные статьи ФЗ РФ «О пожарной безопасности»;*
- *развивать навыки самостоятельной работы с документами, умения осмысливать, выделять главное;*

Основные теоретические положения.

Настоящий Федеральный закон определяет общие правовые, экономические и социальные основы обеспечения пожарной безопасности в Российской Федерации, регулирует в этой области отношения между органами государственной власти, органами местного самоуправления, общественными объединениями, юридическими лицами, должностными лицами, гражданами, в том числе индивидуальными предпринимателями. Был принят Государственной Думой 18 ноября 1994 года.

Рекомендуемая литература

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2019.
2. Федеральный закон РФ «О пожарной безопасности».

ХОД ЗАНЯТИЯ

Задание 1.

1. Ознакомиться с текстом Закона «О пожарной безопасности». 2. Внимательно прочитать статьи 1, 2, 3, 25, 34, 38, составить краткий конспект. 3. Составить ответы на контрольные вопросы.

Задание 2.

Составить ответы на контрольные вопросы

1. Когда был принят ФЗ РФ «О пожарной безопасности»?
2. Сколько глав и статей включает Закон «О пожарной безопасности».
3. В чем главное назначение Закона «О пожарной безопасности»?
4. Что такое пожар, пожарная безопасность?
5. Что такое требования пожарной безопасности?
6. Что такое меры пожарной безопасности?
7. Что такое локализация пожара?
8. Каковы основы законодательства РФ в области пожарной безопасности?
9. Назовите основные элементы системы обеспечения ПБ.
10. Назовите главные функции системы обеспечения пожарной безопасности.
11. В чем особенности пропаганды пожарной безопасности?
12. Перечислите права граждан в области пожарной безопасности.
13. Перечислите обязанности граждан в области пожарной безопасности.
14. Кто несет ответственность за нарушение требований пожарной безопасности?

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №5 РФ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЗАКОН О ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Федеральный закон определяет общие правовые, экономические и социальные основы обеспечения пожарной безопасности в РФ, регулирует в отношении между органами

государственной власти, органами местного самоуправления, общественными объединениями, юридическими лицами, гражданами.

Обеспечение пожарной безопасности является одной из важнейших функций государства.

Глава I. Общие положения (Ст.1,2,3)

Глава II. Пожарная охрана (Ст.4-14, ст.15 – утратила силу)

Глава III. Полномочия органов государственной власти и органов местного самоуправления в области пожарной безопасности (Ст.16 – 19, ст.17 утратила силу)

Глава IV. Обеспечение пожарной безопасности(Ст. 20 – 33, ст.23, 28, 29 утратили силу, ст.32 исключена)

Глава V. Права, обязанности и ответственность в области пожарной безопасности (Ст.34 - 39, ст.35, 36 утратили силу)

Глава VI. Заключительные положения (Ст.40 – 42, ст.42 утратила силу)

Глава I

Статья 1. Основные понятия

В целях настоящего Федерального закона применяются следующие понятия:

Пожарная безопасность - состояние защищенности личности, имущества, общества и государства от пожаров;

Пожар - неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан, интересам общества и государства;

Требования пожарной безопасности - специальные условия социального и технического характера, установленные в целях обеспечения пожарной безопасности.

Нарушение требований пожарной безопасности - невыполнение или ненадлежащее выполнение требований пожарной безопасности;

Меры пожарной безопасности - действия по обеспечению пожарной безопасности.

Локализация пожара - действия, направленные на предотвращение возможности дальнейшего распространения горения и создание условий для его ликвидации имеющимися силами и средствами;

Зона пожара - территория, на которой существует угроза причинения вреда жизни и здоровью граждан.

Статья 2. Законодательство Российской Федерации о пожарной безопасности Законодательство РФ ПБ основывается на Конституции РФ ,включает в себя настоящий Федеральный закон, принимаемые в соответствии с ним федеральные законы и иные нормативные правовые акты, а также законы и иные нормативные правовые акты субъектов Российской Федерации, муниципальные правовые акты, регулирующие вопросы пожарной безопасности.

Статья 3. Система обеспечения пожарной безопасности - совокупность сил и средств, мер правового, организационного, экономического, социального и научно-технического характера, направленных на профилактику пожаров, их тушение и проведение аварийно-спасательных работ.

Основными элементами системы обеспечения ПБ являются органы государственной власти, органы местного самоуправления, организации, граждане, принимающие участие в обеспечении ПБ в соответствии с законодательством РФ.

Основные функции системы обеспечения пожарной безопасности:

- *нормативное правовое регулирование и осуществление государственных мер в области пожарной безопасности;*
- *создание пожарной охраны и организация ее деятельности;*
- *разработка и осуществление мер пожарной безопасности;*

- реализация прав, обязанностей и ответственности в области пожарной безопасности;
- проведение противопожарной пропаганды и обучение населения мерам пожарной безопасности;
- содействие деятельности добровольных пожарных, привлечение населения к обеспечению пожарной безопасности;
- научно-техническое обеспечение пожарной безопасности;
- информационное обеспечение в области пожарной безопасности;
- осуществление федерального государственного пожарного надзора производство пожарно-технической продукции;
- тушение пожаров и проведение аварийно-спасательных работ;

Глава IV Статья 25. Противопожарная пропаганда и обучение мерам пожарной безопасности

- Противопожарная пропаганда осуществляется через средства массовой информации;
- Противопожарную пропаганду проводят органы государственной власти;
- Обучение мерам пожарной безопасности проводится по программам пожарно-технического минимума.
- В образовательных организациях проводится обязательное обучение обучающихся мерам пожарной безопасности.

Глава V. Статья 34. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности

Граждане имеют право на:

- защиту их жизни, здоровья и имущества в случае пожара;
- возмещение ущерба, причиненного пожаром, в порядке, установленном действующим законодательством;
- участие в установлении причин пожара, нанесшего ущерб их здоровью и имуществу;
- получение информации по вопросам пожарной безопасности, в том числе в установленном порядке от органов управления и подразделений пожарной охраны;
- участие в обеспечении пожарной безопасности, в том числе в установленном порядке в деятельности добровольной пожарной охраны.

Граждане обязаны:

- соблюдать требования пожарной безопасности;
- иметь в помещениях и строениях первичные средства тушения пожаров ;
- при обнаружении пожаров немедленно уведомлять о них пожарную охрану;
- до прибытия пожарной охраны принимать посильные меры по спасению людей, имущества и тушению пожаров;
- оказывать содействие пожарной охране при тушении пожаров;
- выполнять предписания, постановления и иные законные требования должностных лиц государственного пожарного надзора;

Статья 38. Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности

Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности в соответствии с действующим законодательством несут:

- *собственники имущества;*
- *руководители федеральных органов исполнительной власти;*
- *руководители органов местного самоуправления;*
- *лица, уполномоченные владеть, пользоваться или распоряжаться имуществом, в том числе руководители организаций;*
- *лица, в установленном порядке назначенные ответственными за обеспечение пожарной безопасности;*
- *должностные лица в пределах их компетенции.*

Практическое занятие № 7

Тема. Составление рекомендаций: «Правила поведения, обеспечивающие экологическую безопасность человека».

Цель:

- *сформулировать правила безопасного поведения и порядок действия населения при неблагоприятной экологической обстановке;*
- *изучить, какие существуют признаки неблагоприятной экологической обстановки, рекомендации по уменьшению вредного воздействия на человека загрязненного воздуха, воды, пищи, источников ЭМЗ;*

Основные теоретические положения.

Человеку на протяжении всей его жизни постоянно приходится сталкиваться с различными ЧС. Практически ежедневно мы слышим в средствах массовой информации о катастрофах, стихийных бедствиях, очередной аварии, военного конфликта или акта терроризма. Чрезвычайная ситуация (ЧС) - это ситуация на определенной территории, которая сложилась в результате аварий, катастроф, стихийных бедствий, которые влекут за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей и окружающей среде, значительные материальные потери. ЧС классифицируют по происхождению на экологические, природные, техногенные и социальные. Все ЧС экологического характера происходят в результате техногенных и природных чрезвычайных ситуаций. К ЧС экологического характера относятся: изменения состояния почв, недр земли, ландшафтов; изменения состояния атмосферы, гидросферы, биосферы. Такая неблагоприятная экологическая обстановка опасна для здоровья человека. Поэтому каждый человек должен обладать экологической культурой. **Экологическая культура** – правила поведения человека в природе, быту, умение строить жилье, одеваться, правильно питаться, оценивать последствия негативного воздействия вредных привычек на здоровье. Это гармоничность сосуществования человеческого общества и окружающей среды.

ХОД ЗАНЯТИЯ.

Задание

1. Изучите материалы статьи «НАПРАВЛЕНИЯ ПОВЕДЕНИЯ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ В УСЛОВИЯХ НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ ОБСТАНОВКИ».

2. Составьте перечень правил, которые необходимо соблюдать при ЧС экологического характера. Правила напишите в виде **кратких тезисов**, используя предложенный план.

План

1. Здоровое и сбалансированное питание
2. Ответственность за сохранение окружающей среды
3. Отсутствие вредных привычек
4. Умение избегать опасных с точки зрения экологии мест.
5. Соблюдение норм времени проведения ха компьютером, Т/В

3. Составьте ответы на контрольные вопросы.

1. Какое влияние оказывает загрязнение окружающей среды на биохимические процессы, происходящие в организме человека?
2. Какие вещества способствуют нормализации окислительно-восстановительных процессов в организме человека?
3. Употребление каких продуктов питания расширяет защитные возможности организма при неблагоприятной экологической обстановке?

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №7

НАПРАВЛЕНИЯ ПОВЕДЕНИЯ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ В УСЛОВИЯХ НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ ОБСТАНОВКИ.

ЧС экологического характера разнообразны и практически охватывают все стороны жизни и деятельности человека, поэтому очень важно в повседневной жизни соблюдать правила безопасного поведения. Наша безопасность в наших руках. Вода – источник жизни. По данным статистики ее загрязнение вызывает 80% патологий, связанных с плохой экологией. Сегодня в водоемы сбрасывается большое количество отходов промышленности и АПК, они отравляет реки, моря и океаны. В них сливаются отходы, содержащие щелочи и нефтепродукты, кислоты и аммиак, соли металлов и фенолы, синтетические смолы, сернистые соединения. С загрязненной водой могут переноситься различные кишечные инфекции. Заболевания возникают и в связи с наличием в воде нитратов. Эти вещества провоцируют образование меттемоглобина в крови, что препятствует протеканию в организме нормального окислительного процесса. Природный гемоглобин теряет свои качества и утрачивает способность переносить в организме кислород. У человека возникает кислородное голодание, сопровождающееся посинениями кожи, увеличением селезенки и печени, а также анурией. В самых тяжелых случаях возможен даже летальный исход. Из нитритов могут образовываться нитрозамины — канцерогенные соединения, способствующие развитию рака. Каковы правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке, когда загрязнена столь нужная для нашего организма жидкость? В этом случае специалисты рекомендуют пользоваться кипяченой водой. Тогда организм будет защищен от попадания в него болезнетворных микробов, вызывающих дизентерию, холеру и т. д., а также от избыточного количества солей кальция. При этом стоит иметь в виду, что воду, поступающую в наш дом из водопроводной системы, прежде всего хлорируют. В результате хлорирования воды в ней появляются опасные яды – диоксины, поэтому воду из-под крана нужно налить в стеклянную посуду и выдержать в ней на протяжении трех

часов. Только после этого приготовление пищи или чая станет безопасным, ведь большая часть хлора выйдет из жидкости в виде газа, можно использовать фильтр. Огромное влияние на здоровье человека оказывает и его пища. В современном мире, когда вредными веществами загрязнена вода и атмосферный воздух, почва, снижается и качество употребляемых нами продуктов.? Как избежать опасности? Прежде всего, необходимо тщательно мыть овощи и фрукты перед их употреблением, снимать с них кожуру. Это особенно важно в том случае, если вам неизвестно, в каких условиях были выращены эти плоды. Не рекомендуется также употреблять в пищу картофель, запеченный в кожуре. В этом случае под ней соберется большое количество нитратов. Для приготовления овощей лучше всего использовать варку. При этом концентрация нитратов снизится: в картофеле - на 80%; в капусте и моркови - на 70%; в свекле - на 50. Если вы стремитесь выполнять правила поведения при неблагоприятной экологической обстановке и желаете максимально избавиться от нитратов овощи и фрукты, предназначенные в пищу, то лучше всего перед приготовлением нарезать их маленькими кусочками. Это позволит вредным веществам быстрее раствориться в воде. Также корнеплоды желательно вымочить. Для этого их два или три раза заливают теплой водой и выдерживают в ней от 5 до 10 минут. Не забывайте, что нельзя купаться в загрязненных водоемах и пить воду из незнакомых источников.

Каждый гражданин ответственен за сохранение окружающей среды своей страны. Каждый может ей помочь: посадить дерево, расчистить родник, подкормить зимой птиц, не устраивать свалки, сделать кормушки для птиц, уметь правильно вести себя в природе (как?) и.т.д.

Одними из главных врагов человека являются вредные привычки. Употребляя алкоголь, табак и наркотики, человек уничтожает не только себя, но и является угрозой для окружающих. Важно знать о последствиях употребления вредных веществ и пропагандировать ЗОЖ. Важно умение избегать опасных с точки зрения экологии мест. Например, не следует заниматься оздоровительным бегом на городских улицах и ходить пешком возле автомобильных магистралей, отличающихся интенсивным движением транспортных средств. При неблагоприятной экологической обстановке в помещении, его следует почаще проветривать. Также рекомендуется иметь в доме большое количество комнатных растений. Негативное влияние на здоровье человека оказывает **шум**. Уровень шума в крупных российских городах только за последние десять лет вырос почти в пятнадцать раз. Шум вредит слуху, повышает кровяное давление, вызывает патологии сердца и сосудов, тормозит умственную деятельность, а также является причиной раздражительности и преждевременного утомления. Как бороться с шумом? Используйте шумопоглощающие материалы, качественные окна и двери, не слушайте громкую музыку, не включайте на всю мощность радиоаппаратуру, не злоупотребляйте наушниками.... (еще?).

Известно, что не следует проводить много времени перед экраном телевизора, компьютера. Следует помнить, что необходимо ограничить продолжительность работы за компьютером. Регулярно делать перерывы во время работы, использовать жидкокристаллические мониторы, располагать монитор в углу комнаты, т. к. стены будут дезактивировать ионизирующее излучение, которое проникает через задние стенки корпуса дисплея. Монитор должен стоять не ближе, чем 60 см и более от работающего за ним человека. Организовать [режим дня](#), который будет дозировать время для работы или «общения» с компьютером, способствовать полноценному отдыху и предусматривать время на общение с родными и близкими. ВРЕМЯ: 5- 7 лет — 15–20 минут; 8–11 лет — 20–30 минут; 12–14 лет — 30–45 минут; 15–16 лет — 1–2 часа.

Наша планета находится на пороге экологического кризиса. И для того чтобы не допустить катастрофы, человечество ищет все пути для сохранения Земли для будущих поколений. Все мы верим в победу разума. Однако не стоит при этом оставаться только сторонним наблюдателем. Каждый из нас должен бережно относиться к окружающей среде и к своему здоровью, выполняя правила поведения при неблагоприятной экологической обстановке.

Практическое занятие № 8

Тема. Составление инструкции: « Как действовать при захвате заложников террористами». Решение ситуационных задач.

Цель:

- *формирование стереотипов безопасного поведения личности в условиях террористического акта и захвата заложников и при угрозе взрыва или после него.*

Основные теоретические положения.

Терроризм — политика систематического устрашения: убийств, уничтожения имущества, порчи инфраструктуры и прочего с целью посеять страх среди населения, повлиять на принятие решений властями и международными организациями. Чтобы претворять эту политику в жизнь, террористам приходится проводить акты устрашения, которые называются **террористическими актами**. Наиболее значимыми причинами терроризма являются: ухудшение социального положения населения, умножение силы криминальных группировок, деятельность национальных и религиозных – экстремистских групп, рост числа безработных, приток мигрантом из ближнего зарубежья, влияние зарубежных террористических групп, расовая дискриминация и т.д. Сегодня терроризм – одна из главных опасностей мирового сообщества. К террористическому акту невозможно подготовиться заранее, поэтому следует всегда быть настороже. Главное правило: избегайте без необходимости посещения регионов, городов, мест и мероприятий, которые могут привлечь внимание террористов. В условиях опасности действуйте осторожно. Помните, что главное – сохранить жизнь.

ХОД ЗАНЯТИЯ.

Задание.

1. Изучить учебный материал, предложенный преподавателем.
2. Составить инструкцию: « Как действовать при захвате заложников террористами» в виде лаконичных тезисов.
3. Решить ситуационные задачи.

Ситуационная задача 1. В здании, где вы работаете, произошел взрыв, ваш кабинет не пострадал, но в соседних кабинетах обрушен потолок, конструкции, помещение задымлено, слышны крики. Ваши действия?

Ситуационная задача 2 . В учебном заведении замечен посторонний человек, который ведет себя подозрительно. У него в руках объемный пакет, в котором угадывается коробка. Что надо делать студенту, если он заметил такого человека?

Ситуационная задача 3. Обучающиеся захвачены террористами. Террористы угрожают заложникам расстрелом, говорят о том, что если они попытаются каким-либо образом связаться с внешним миром или не будут выполнять требования террористов, то их свяжут или закуют в наручники, лишат пищи, воды и сна и т.д. Как правильно вести себя в данной ситуации?

Ситуационная задача 4. Обучающиеся захвачены террористами. Спецназовцы проводят штурм, а террористы — ответные действия. Каковы должны быть действия заложников?

Ситуационная задача 5. После взрыва вы оказались под обломками здания. Вы легко ранены. Ваше состояние удовлетворительно. Ваши действия?

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ № 8

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться в качестве заложника у преступников. При этом они могут добиваться достижения политических целей, получения выкупа и т.п. Во всех случаях, Ваша жизнь становится предметом торга для террористов. Захват может произойти в транспорте, в учреждении, на улице, в квартире. Основное правило – не допускайте действия, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам. Займите позицию пассивного сотрудничества. Стойко переносите лишения, оскорбления и унижения. Избегайте выражения презрения, враждебного тона и поведения, которое может вызвать гнев захватчиков. Не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе. При необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной. Разговаривайте спокойным голосом. Старайтесь не допускать истерик и паники. Ведите себя спокойно, сохраняйте при этом чувство собственного достоинства. Спрашивайте разрешение, если вам необходимо сесть, встать, попить, сходить в туалет. Помните – Ваша цель остаться в живых. Если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы сократите потерю крови. Не делайте резких движений. Станьте «незаметным», растворитесь в толпе (яркая одежда – снимите, значительный рост – пригнись). Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д. При длительном нахождении в положении заложника мысленно подготовьте себя к будущим испытаниям. Сохраняйте умственную активность. Не прибегайте к крайним мерам для того, чтобы освободиться самостоятельно, если непосредственно при захвате вам не удалось вырваться и спастись бегством. Используйте любую возможность для сообщения (передачи информации) о своём местонахождении, приметах преступников, особенностях их поведения своим родственникам или правоохранительным органам. В захваченном террористами транспортном средстве оставайтесь на своём месте, не перемещайтесь по салону, старайтесь меньше привлекать к себе внимание преступников. Помните, что получив сообщение о Вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимые действия по Вашему освобождению. В случае силового освобождения заложников (при штурме спецподразделения) попытайтесь укрыться за предметами (кресло, стол и другие предметы мебели), прикройте своё тело от пуль подручными средствами: всем тем, что способно ослабить пробивное действие пуль. Лежите по полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь. Ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступника. Держитесь подальше от проемов дверей и окон. При задымлении и применении слезоточивого газа дышите через мокрый платок, быстро и часто моргайте, вызывая слёзы. При угрозе взрыва ложитесь на живот подальше от окон, дверей, лестниц, прикрывая голову руками. Стол, если под него спрятаться, может защитить от падающих предметов и обломков.

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №1

Выберите правильный ответ:

1. В роли управляющего и организующего центра РСЧС выступает:

а) Министерство обороны РФ; б) МЧС в) Правительство РФ

2. Осуществление наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды, обстановкой на потенциально опасных объектах относится к режиму:

а) повседневной деятельности; б) повышенной готовности;
в) чрезвычайной ситуации

3. Поток лучистой энергии, включающий ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи это:

а) ударная волна; б) радиоактивное заражение;
в) световое излучение; г) электромагнитный импульс

4. От воздействия ударной волны людей могут защитить:

а) противогаз, респиратор в) преграды, не пропускающие свет;
б) убежища и укрытия г) общевойсковой защитный комплект

5. Какой поражающий фактор не оказывает на человека непосредственного воздействия при применении ядерного оружия:

а) проникающая радиация; б) световое излучение;
в) электромагнитный импульс; г) ударная волна.

6. Дать определение понятиям

- ❖ Фитотоксиканты
- ❖ Дезинсекция
- ❖ Лавина
- ❖ Карантин
- ❖ Сель

7. Установите соответствие:

1. ОВ кожно-нарывного действия	а) фосген
2. ОВ общедовитого действия	б) иприт
3. ОВ удушающего действия.	в) хлорциан
4. ОВ нервно-паралитического действия.	г) зоман, Ви - икс

8. Выберите правильные рекомендации:

Действия и правила безопасности при землетрясении:

1. Если вы почувствовали толчки, то не стоит пытаться передвигаться в паническом состоянии.
2. Если вы находитесь в помещении, лучше сразу выберите безопасный уголок: оконный проём, в углу за шкафом, в середине комнаты и лягте на пол.
3. Не вставайте, пока не убедитесь в том, что толчки полностью прекратились
4. В любом случае сохраняйте спокойствие и не бегайте по улице или по помещению.
5. Если вы живете в ветхом кирпичном здании, то при малейших толчках хватайте документы и бегите на улицу.
6. Старайтесь стоять около высоток и деревьев, они могут защитить вас при очередном толчке.

Продолжите фразы:

9. В открытом море на спасательных средствах следует соблюдать два основных принципа.....

10. При аварийной посадке самолета главное

11. Назовите основные меры по защите населения при авариях на химически опасных объектах.

Уровни заданий	№ задания	Оценка в баллах	Общее количество баллов
1 часть	1,2,3,4,5	1	5
2 часть	6	1	5
	7,8,9,10	2	8
3 часть	11	3	3

Итого 21 балл

Если	19 - 21	- «отлично»
	14 - 18	- «хорошо»
	10 - 13	- «удовлетворительно»
	Менее 10	- «неудовлетворительно»

ВЫПОЛНЕННЫЕ ЗАДАНИЯ СДАТЬ НЕ ПОЗДНЕЕ 10 НОЯБРЯ

ЗАДАНИЯ НА II СЕМЕСТР

(Выполнить практические работы 9-13, контрольную работу №2 и презентацию-практ №12)

Практическое занятие № 9

Тема. Написание сжатого сообщения: «Военная служба – особый вид государственной службы. Размышление: «Какая из военных специальностей, мне ближе»

Цель:

- *определиться в выборе военной специальности;*
- *воспитывать чувство ответственности и долга.*

Основные теоретические положения.

Военная служба – это особый вид федеральной службы, которая заключается в повседневном исполнении гражданами воинских обязанностей. Основная задача военной службы – постоянная и целенаправленная подготовка к вооруженной защите целостности и неприкосновенности территории РФ.

Защита Отечества является долгом и обязанностью гражданина РФ (ст.59 Конституции РФ)

Военная служба требует от военнослужащих полной самоотдачи, высокой профессиональной подготовки, особой ответственности за исполнение обязанностей.

К гражданам, проходящим военную службу, предъявляются повышенные требования к:

- состоянию здоровья;
- образовательному уровню;
- морально – психологическим качествам;
- уровню физической подготовленности.

В обязанности людей, несущих военную службу в частях и учреждениях Вооруженных сил, входит исполнение воинского долга. Эта служба не просто профессия, а призвание. Общество и все государство в целом возлагает на военнослужащих социально-ответственные функции.

Перечень вопросов для допуска к практическому занятию:

- 1) в чем состоит отличие воинской службы от других видов деятельности?
- 2) какие законы РФ регулируют службу в рядах ВС РФ ?
- 3) какие качества личности необходимы для службы в рядах ВС ?

Практические задания и рекомендации по их выполнению

Выполнение заданий необходимо начинать с изучения теоретического материала, руководствуясь вышеуказанной литературой и методическими материалами. Составить сообщение «**Военная служба – особый вид государственной службы**», указав отличия военной службы от других видов деятельности. Поразмышляв об особенностях службы в разных видах и родах войск, определиться, в каких из них вы бы предпочли проходить службу.

Рекомендуемая литература

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2019., стр.211–223.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
3. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.2013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.

ХОД ЗАНЯТИЯ.

Задание

1. Изучить предложенный учебный материал.
2. Написать сжатое сообщение «Военная служба – особый вид государственной службы», используя план.

План

1. Отличия военной службы от других видов государственной службы.
2. Главное предназначение военной службы.
3. Правовая основа военной службы.
4. Требования к профессиональной и идеологической подготовке, уровню здоровья и физической подготовке военнослужащих.

3. Написать эссе на тему «Какая из военных специальностей, мне ближе»

(Указать, к какому виду и роду войск относится специальность, какие задачи решают эти войска, какими способностями, умениями, чертами характера необходимо обладать, чтобы стать профессионалом в своем деле)

*(**Примеры военных профессий:** ракетчики, мотострелки, танкисты, десантники, морские пехотинцы, лётчики, артиллеристы, моряки, саперы, механики, военные строители, военный медики, инженеры, связисты, водители, радисты, военные картографы)*

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ № 9

В профессии военного нет места людям с плохой физической подготовкой и слабыми волевыми качествами. Ведь основной задачей военнослужащих является защита и удержание территории, а также людских и материальных ресурсов. Люди, состоящие на действительной службе, обязаны беспрекословно выполнять все приказы о необходимых военных действиях, операциях и мероприятиях. Они должны уметь прогнозировать необходимое количество единиц техники и живой силы, которое нужно задействовать. В их обязанности входит обнаружение потенциальной опасности, а также составление докладов о чрезвычайных ситуациях. Необходимо умение организовать себя, а также сплотить вокруг себя других людей для выполнения задания. В сложных ситуациях реально оценить обстановку и быстро принять единственно правильное решение. Провести анализ фактов и конъюнктуры с целью предположения возможной опасности. Уметь отбросить все второстепенные мысли и сосредоточиться на необходимом объекте требуемое количество времени. Держать под контролем свое эмоциональное состояние.

Качества, обеспечивающие успешность выполнения профессиональной деятельности военного :

способности:

- способность быстро организовывать себя и других на выполнение задания;
- высокий уровень развития воли;
- способность анализировать и сопоставлять факты;
- способность быстро принимать решения в зависимости от ситуации;
- быстрота реакции;
- физическая выносливость, сила;
- способность к волевому саморегулированию;
- высокая психическая и эмоциональная устойчивость;
- способность сосредоточивать внимание на необходимом объекте нужное количество времени (устойчивость внимания);
- умение быстро переключать свое внимание на другой объект;
- вербальные способности;
- коммуникативные способности;
- организаторские способности;
- умение убеждать.
- развитое дедуктивное мышление (умение мыслить от общего к частному)

Личностные качества, интересы и склонности :

- организованность;
- патриотизм
- наблюдательность;
- решительность;
- умение прогнозировать ситуацию;
- требовательность к себе и к людям;
- хорошая интуиция, умение разбираться в людях;
- справедливость;
- инициативность;
- умение быстро ориентироваться в обстановке;

- хорошая физическая и психическая выносливость;
- порядочность, нравственность;
- эмоциональная устойчивость, выдержанность.

Доминирующие виды деятельности профессии "Военный":

- принимает решения о необходимом для осуществления операций по удержанию или защите территории количестве техники и людских ресурсов;
- управляет и делает прогноз будущей потребности в людских ресурсах;
- осуществляет руководство и оказывает техническое и организационное содействие своим сотрудникам;
- представляет свое подразделение во время официальных мероприятий;
- анализирует факты и конъюнктуру, чтобы предвидеть возможную опасность;
- принимает решения и отдает приказы подчиненным;
- в рамках сложных операций принимает участие в различных акциях на местах;
- составляет доклады в серьезных случаях;
- обнаруживает потенциальную опасность;
- неукоснительно соблюдает закон и устав во всех операциях.

Области применения профессиональных знаний:

- военные организации;
- научно-исследовательские институты;
- преподавательская деятельность;
- миротворческие войска, «горячие точки»;
- органы юстиции, суда, прокуратуры;
- стратегические объекты;
- военные гарнизоны, части, подразделения и т.д.;

Доминирующая профессиональная направленность:

на работу с людьми и техникой и со знаковыми системами (тексты, цифры, схемы, карты.)

Эта профессия считается почетной, к ней относятся с большим уважением. Служащим по закону предоставляются гарантии и компенсации. Для них существуют льготы при поступлении в учебные заведения, при проезде в общественном транспорте. Военнослужащим полагается довольно долгий отпуск и ранняя пенсия. Семьям, в которых муж состоит на действительной службе, предоставляется жилье. Эти факты, конечно, являются приятным бонусом. Но как и в любом виде деятельности, в профессии военного помимо плюсов есть и свои минусы. Человеку, проходящему службу, не приходится выбирать город и климатические условия, куда ему с семьей необходимо переезжать. Порой ненормированный рабочий день и ночные дежурства требуют от служащих и его родных много терпения и стойкости. Особенность профессии военного состоит еще и в том, что она рискованная и опасная, так как несущие службу на море, в воздухе или на суше при необходимости в любой момент могут быть отправлены в "горячие точки". У большинства слово "военный" непременно ассоциируется и с такими словами как самообладание, смелость и выдержка. Для того чтобы наши защитники смогли дать отпор противнику, их очень хорошо обучают. Военнослужащие постоянно совершенствуют свои навыки в стрельбе, рукопашном бое, управлении различными боевыми машинами, тактике, маскировке и многом другом.

Людам с волевыми чертами характера и организаторскими способностями, которые могут оперативно реагировать и быстро принимать решения, стоит попробовать свои силы и стать военным. Освоить эту профессию можно, получив среднее специальное или высшее образование. Будущие служащие армии учатся в военных училищах, академиях, институтах и университетах.

В Вооружённых Силах и других силовых структурах страны существует много воинских специальностей: лётчики, моряки, стрелки, танкисты, сапёры, связисты и многие-многие другие. Специалистов на каждую из этих специальностей готовят в специальных учебных заведениях. В этих учреждениях молодые люди, а в некоторых – даже девушки, получают военную специальность и высшее гражданское образование, близкое по профилю к военной профессии. Например, в военном институте воздушно-десантных войск в Рязани, юноши, кроме специальности офицера-десантника, получают диплом гражданского инженера по эксплуатации колёсной и гусеничной техники.

Для того чтобы стать военным, необходимо хорошо окончить школу и подать заявление на поступление в военный институт, выбрав какую-либо воинскую специальность, или отслужив военную службу по призыву, подписать контракт на дальнейшее прохождение военной службы.

Отличия военной службы от других видов государственной службы:

- повышенные требования к состоянию здоровья военнотружущаго, его общеобразовательному цензу, уровню профессиональной подготовки;
- к морально-психологическим качествам и выполнению нормативов физической подготовки;
- обязательное принятие военной присяги каждым гражданином, зачисленным на военную службу или впервые призванным на военные сборы;
- строго обязательный характер, высокая степень обязательности выполнения служебных обязанностей, беспрекословность служебного подчинения, повиновение подчиненных требованиям командиров и начальников;
- существуют правила ношения военной формы одежды и знаков различия;
- военнотружущаие имеют право на ношение, применение и использование оружия;
- в зависимости от уровня проф. подготовки, воинских званий и должности все военнотружущаие различаются по составам: солдаты и матросы, сержанты и старшины, прапорщики и мичманы, офицеры.

Заключение : профессия военного –необходимый для вооруженной защиты Отечества род трудовой деятельности, требующий специальной военно – теоретической и практической подготовленности, определенных индивидуально – психологических качеств.

Практическое занятие № 10

Тема. Изучение статей Дисциплинарного Устав ВС РФ». Составление таблицы «Дни воинской славы»

Цель:

- сформировать представление о содержании Дисциплинарного Устава ВС РФ;
- развивать навыки работы с документами, умения выделять главное, кратко излагать содержание документа;

Основные теоретические положения

Дисциплинарный устав ВС РФ утвержден Указом Президента РФ от 10.11.07 г. Он определяет сущность воинской дисциплины, обязанности военнослужащих по ее соблюдению, виды поощрений и дисциплинарных взысканий, права командиров по их применению, а также порядок подачи и рассмотрения обращений. Состоит из 6 глав и 8 приложений. Дисциплинарным уставом руководствуются военнослужащие органов военного управления, воинских частей, кораблей, предприятий, организаций ВС РФ, в том числе военных профессиональных образовательных организаций, военных образовательных организаций высшего образования Мин.обороны РФ. Действие Дисциплинарного устава распространяется на военнослужащих других войск, воинских формирований, органов и воинских подразделений федеральной противопожарной службы, а также на граждан, призванных на военные сборы. Положениями Дисциплинарного устава во взаимоотношениях с военнослужащими руководствуются лица гражданского персонала, замещающие воинские должности.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Изучить содержание Дисциплинарного устава ВС РФ.

2. Составить ответы на **контрольные вопросы:**

- 1) Что такое воинская дисциплина?
- 2) Какой метод используют для поддержания дисциплины военнослужащих?
- 3) Назовите главные составляющие воинской дисциплины.
- 4) Что такое поощрения, какую функцию они выполняют? Назовите поощрения, используемые в ВС РФ.
- 5) За что военнослужащие могут привлекаться к дисциплинарной ответственности?
- 6) Какие виды взыскания могут быть наложены на военнослужащих?
- 7) Какие виды проступков военнослужащих можно считать грубыми?

3. Используя учебник А.Т.Смирнова «Основы безопасности жизнедеятельности»(10 класс, стр.198 - 203), интернет – ресурсы, заполните таблицу «Дни воинской славы»

№	Дата	Выдающиеся победы русского оружия
1.	5(18) апреля1242 г.	
2.	21сентября1380г.	

3.	4 ноября 1612 г.	
4.	10 июля 1709г.	
5.	9 августа 1714 г.	
6.	7 июля 1770 г.	
7.	24 декабря1790 г.	
8.	11 сентября 1790 г.	
9.	8 сентября 1812 г.	
10.	1 декабря 1853г.	
11.	23 февраля 1918 г.	
12.	7 ноября 1941 г.	
13.	5 декабря1941 г.	
14.	2 февраля 1943 г.	
15.	23 августа 1943 г.	
16.	27 января 1944 г.	
17.	9 мая1945 г.	

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №10

ДИСЦИПЛИНАРНЫЙ УСТАВ

ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Глава 1. Общие положения

Глава 2. Поощрения

Глава 3. Дисциплинарная ответственность военнослужащих

Глава 4. Дисциплинарные взыскания

Глава 5. Учет поощрений и дисциплинарных взысканий

Глава 6. Об обращениях (предложениях, заявлениях или жалобах)

Глава 1

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Воинская дисциплина есть строгое и точное соблюдение всеми военнослужащими порядка и правил, установленных законами, воинскими уставами и приказами командиров.

Воинская дисциплина основывается на осознании каждым военнослужащим воинского долга и личной ответственности за защиту своего Отечества, на его беззаветной преданности своему народу.

Основным методом воспитания у военнослужащих высокой дисциплинированности является **убеждение**

Воинская дисциплина **обязывает каждого военнослужащего:**

- быть верным Военной присяге, строго соблюдать [Конституцию](#) и законы РФ;
- выполнять свой воинский долг умело и мужественно, добросовестно изучать военное дело, беречь военное и государственное имущество;
- стойко переносить трудности военной службы, не щадить своей жизни для выполнения воинского долга;
- быть бдительным, строго хранить военную и государственную тайну;
- поддерживать определенные воинскими уставами правила взаимоотношений между военнослужащими, крепить войсковое товарищество;
- оказывать уважение командирам и друг другу;
- с достоинством вести себя в общественных местах;

За состояние дисциплины в воинской части отвечают ее командир и заместитель командира по воспитательной работе

В целях поддержания высокой воинской дисциплины в воинской части командир обязан изучать личные качества подчиненных, знать состояние воинской дисциплины и морально-психологическое состояние личного состава,

Командир должен быть близок к подчиненным, знать их нужды и запросы. Право командира отдавать приказ и обязанность подчиненного беспрекословно повиноваться являются основными принципами единоначалия.

Глава 2

ПООЩЕНИЯ

Поощрения являются важным средством воспитания военнослужащих и укрепления воинской дисциплины.

Каждый командир в пределах прав, предоставленных ему настоящим Уставом, обязан поощрять подчиненных военнослужащих за подвиги, разумную инициативу, усердие и отличие по службе.

Поощрения:

- объявление благодарности;
- награждение грамотами, ценными подарками или деньгами;
- награждение личной фотографией военнослужащего, снятого при развернутом Боевом Знамени воинской части ;
- награждение нагрудным знаком отличника;
- досрочное присвоение очередного воинского звания;

Глава 3. ДИСЦИПЛИНАРНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

Военнослужащие привлекаются к дисциплинарной ответственности за дисциплинарный проступок, то есть противоправное, виновное действие выражающееся в нарушении воинской дисциплины, который в соответствии с законодательством Российской Федерации не влечет за собой уголовной или административной ответственности.

Военнослужащий, привлекаемый к дисциплинарной ответственности, имеет право давать

объяснения, представлять доказательства, пользоваться юридической помощью защитника

Глава 4.

ДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ВЗЫСКАНИЯ

За нарушение воинской дисциплины или общественного порядка военнослужащий лично несет дисциплинарную ответственность.

- выговор;
- строгий выговор;
- лишение очередного увольнения из расположения воинской части или с корабля на берег;
- лишение нагрудного знака отличника;
- снижение в должности;
- снижение в воинском звании на одну ступень;
- досрочное увольнение с военной службы в связи с невыполнением условий контракта;
- отчисление из военного образовательного учреждения профессионального образования;
- отчисление с военных сборов;
- дисциплинарный арест.

Приложение № 7

ПЕРЕЧЕНЬ ГРУБЫХ ДИСЦИПЛИНАРНЫХ ПРОСТУПКОВ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

1. К грубым дисциплинарным проступкам военнослужащих относятся:

- нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими;
- самовольное оставление воинской части;
- неявка в срок без уважительных причин на службу при увольнении из расположения воинской части или с корабля на берег;
- отсутствие военнослужащего, проходящего военную службу по контракту, или офицера, проходящего военную службу по призыву, в воинской части или установленном за пределами воинской части месте военной службы без уважительных причин более четырех часов подряд в течение установленного ежедневного служебного времени;
- уклонение от исполнения обязанностей военной службы;
- нарушение правил несения боевого дежурства ;
- нарушение правил несения пограничной службы;
- нарушение уставных правил караульной службы;
- нарушение уставных правил несения внутренней службы;
- нарушение правил несения службы по охране общественного порядка; умышленные уничтожение, повреждение, порча, незаконное расходование или использование военного имущества;
- уничтожение или повреждение по неосторожности военного имущества;
- нарушение правил обращения с оружием, боеприпасами, радиоактивными материалами, взрывчатыми или иными веществами;
- нарушение правил управления транспортными средствами или их эксплуатации, повлекшее по неосторожности причинение вреда здоровью человека, повреждение военного имущества либо иные вредные последствия;

- исполнение обязанностей военной службы в состоянии опьянения, а также отказ военнослужащего от прохождения медицинского освидетельствования на состояние опьянения;

Практическое занятие № 11 **Тема. Занятия строевой подготовкой**

1. Строевая стойка и повороты на месте.
2. Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте.
- 3 Выход из строя и постановка в строй. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.
4. Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте. Повороты в движении. Построение и отработка движения походным строем

Цель:

- выработать навыки выполнения строевой стойки и поворотов на месте, построение в шеренги и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, построение и отработка движения походным строем, выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении; выработать навыки в выполнении строевого приема воинского приветствия на месте и в движении; выработать навыки в выполнении строевого приема выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него;

Основные теоретические положения.

Строевая подготовка является одним из важнейших предметов военного обучения и воспитания. Она дисциплинирует обучаемых, вырабатывает у них отличную строевую выправку, умение быстро и четко выполнять строевые приемы, прививает аккуратность, ловкость и выносливость. Строевая подготовка — дело сугубо практическое. Каждый прием или действие нужно отрабатывать многократным повторением.

Практические задания и рекомендации по их выполнению.

Начинать практическое занятие следует с работы в аудитории. Необходимо изучить теоретический материал, а затем закрепить его на строевой (спортивной) площадке.

Рекомендуемая литература.

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2019., стр.211–223.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
3. СТРОЕВОЙ УСТАВ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Изучение теоретического материала правил строевой подготовки.

2. Ответить на контрольные вопросы:

1. Для чего нужна строевая подготовка ?
2. Когда принимается строевая стойка?
3. Какая команда подается для принятия строевой стойки?
4. Какая команда подается для выполнения поворотов?

5. Для чего применяется воинское приветствие?

6. Какие команды подаются для выполнения воинского приветствия?

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №10

1. Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО». По этой команде стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию. Строевая стойка на месте принимается и без команды: при отдавании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна РФ, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Нале-ВО», «Кру-ГОМ». Повороты кругом, налево производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; повороты направо — в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке. Повороты выполняются в два приема: первый прием — повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу; второй прием — кратчайшим путем приставить другую ногу.

2. Обучение правилам выполнения воинского приветствия на месте надо проводить вначале без головного, а потом с надетым головным убором. При подходе начальника за три-четыре шага по счету "РАЗ" обучаемые должны принять положение строевой стойки, если необходимо – повернуться в его сторону, с одновременным приставлением ноги энергично повернуть голову с приподнятым подбородком в сторону начальника, смотреть в лицо начальнику, поворачивая вслед за ним голову. По счету "ДВА" голову ставят прямо и принимают положение "вольно".

Обучение приемам выполнения воинского приветствия на месте при надетом головном уборе проводится по разделениям в том же порядке, что и без головного убора. Важно знать, что правая рука прикладывается к головному убору после принятия положения "смирно" кратчайшим путем, а при повороте в сторону начальника – одновременно с приставлением сзади стоящей ноги. Правая рука должна иметь прямую ладонь, пальцы вместе, средний палец касается не головы у виска, а нижнего края головного убора (у козырька), локоть при этом должен быть на линии и на высоте плеча.

3. Построения. Построение в шеренгу осуществляется по команде: в одну (или 2,3) шеренгу – становись!». Построение в колонну выполняется по команде: «В колонну по одному (два, три и т.д.) – становись!». Учащиеся выстраивают за преподавателем.

Перестроения – действия учащихся по команде преподавателя, связанные с переменной вида строя.

Перестроение из одной шеренги в две производится по команде: «В две шеренги – стройся!». Предварительно группу необходимо рассчитать на первый-второй. Перестроение производится на три счета (выполняют вторые номера): на счет «раз» - левой ногой шаг назад; «два» - правой ногой шаг вправо (заходя в затылок первым номерам); «три» - приставить левую ногу.

Перестроение из двух шеренг в одну производится по команде: «В одну шеренгу – стройся!». Перестроение производится в порядке, обратном построению.

4. Выход из строя из строя и постановка в строй.

Учащийся, услышав свою фамилию, отвечает: "Я", а по команде о выходе (о вызове) из строя отвечает: "Есть". По первой команде учащийся строевым шагом выходит из строя на указанное количество шагов, считая от первой шеренги, останавливается и поворачивается лицом к строю. По второй команде военнослужащий, сделав *один-два* шага от первой шеренги прямо, на ходу поворачивается в сторону начальника, кратчайшим путем строевым шагом подходит (подбегает) к нему и, остановившись за два-три шага, докладывает о прибытии.

Доклад о прибытии.

Например: «Товарищ лейтенант. Рядовой Иванов по вашему приказу прибыл»

Для возвращения военнослужащего в строй подается команда.

Например: "Рядовой Иванов. СТАТЬ В СТРОЙ" или только "СТАТЬ В СТРОЙ".

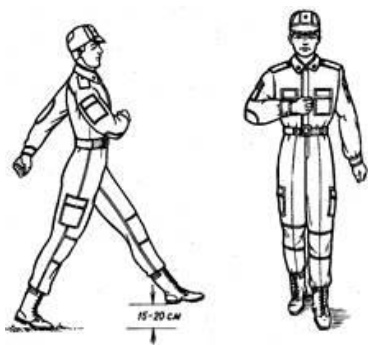
По команде "Рядовой Иванов" военнослужащий, стоящий лицом к строю, услышав свою фамилию, поворачивается лицом к начальнику и отвечает: "Я", а по команде "СТАТЬ В СТРОЙ", если он без оружия или с оружием в положении "за спину", прикладывает руку к головному убору, отвечает: "Есть", поворачивается в сторону движения, с первым шагом опускает руку, двигаясь строевым шагом, кратчайшим путем становится на свое место в строю.

5. Правила выполнения движения походным строем.

Движение совершается шагом или бегом. Движение шагом осуществляется с темпом 110-120 шагов в минуту. Размер шага – 70-80 см. Движение бегом осуществляется с темпом 165-180 шагов в минуту. Размер шага – 85-90 см. Шаг бывает строевой и походный.

Строевой шаг применяется при прохождении подразделений торжественным маршем; при выполнении ими воинского приветствия в движении; при подходе военнослужащего к начальнику и при отходе от него; при выходе из строя и возвращении в строй, а также на занятиях по строевой подготовке.

Походный шаг применяется во всех остальных случаях.



Движение строевым шагом. Движение строевым шагом начинается по команде «*Строевым шагом – МАРШ*». По предварительной команде подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом. При движении строевым шагом ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15–20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню. Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: вперед – сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела, а локоть находился на уровне кисти руки; назад – до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты, голову держать прямо, смотреть перед собой. При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения около тела. При движении походным шагом по команде «*СМИРНО*» перейти на строевой шаг. При движении

строевым шагом по команде «**ВОЛЬНО**» идти походным шагом. Во время обозначения шага на месте по команде «**ПРЯМО**», подаваемой одновременно с постановкой левой ноги на землю, сделать правой ногой еще один шаг на месте и с левой ноги начать движение полным шагом. При этом первые три шага должны быть строевыми.

Практическое занятие № 12

Тема. Подготовка презентации «Основные образцы вооружения и боевой техники частей и подразделений Вооруженных РФ»

Цель:

- *научиться создавать презентации, познакомиться с основными образцами вооружения и боевой техники частей и подразделений Вооруженных РФ;*

ЗАДАНИЕ :

ПОДГОТОВИТЬ ПРЕЗЕНТАЦИЮ ПО ОДНОЙ ИЗ ПРЕДЛОЖЕННЫХ ТЕМ:

- 1) *Танковые войска – род войск и главная ударная сила Сухопутных войск.*
- 2) *Военно - воздушные силы ВВС*
- 3) *Надводные силы ВС РФ*
- 4) *Подводные силы ВС РФ .*
- 5) *Ракетные войска стратегического назначения (РВСН)- ядерный щит России.*
- 6) *Воздушно-десантные войска (ВДВ) самостоятельный род войск РФ.*

ПРИ ВЫСТУПЛЕНИИ С ПРЕЗЕНТАЦИЕЙ ПОМНИТЕ НЕКОТОРЫЕ ПРАВИЛА.

- Продолжительность выступления 7-10 минут, поэтому при подготовке доклада из текста работы отбирается самое главное.
- Основная цель работы – обобщить представленный материал, отразив суть проблемы.
- Можно составить краткие тезисы, форма написания свободная.
- В вашей презентации должен быть текст и фотографии образцов военной техники.
- Рассказывайте уверенно, делайте паузы, не торопитесь и не растягивайте слова.
- Скорость вашей речи должна быть примерно 120 слов в минуту

Практическое занятие № 13

Тема. Остановка кровотечения. Наложение повязок и шин. Транспортировка поражённого.

Цель:

- *закрепить правила временной остановки кровотечений, техникой наложения жгута, познакомиться с правилами наложения повязок и шин, правилами транспортировки пораженного.*

Основные теоретические положения.

При травмировании крупных артерий и вен может возникнуть опасная для жизни кровопотеря. Поэтому необходимо в максимально короткий срок остановить кровь и незамедлительно вызвать неотложную помощь. При небольшом повреждении сосудов также очень важно своевременно остановить кровь. Даже при несильной, но продолжающейся кровопотере человек способен потерять сознание.

Неправильно оказанной первой помощью можно причинить вред пострадавшему, а именно: большую кровопотерю, инфицирование и воспаление раны.

Если кровотечение не очень сильное, после оказания помощи также надо срочно обратиться к хирургу, поскольку окончательно остановить потерю крови можно только после того, как будет обработана и ушита рана или проведена операция. В зависимости от источника кровотечения может потребоваться также консультация узких специалистов таких, как: гастроэнтеролог, онколог, пульмонолог, гинеколог.

Кратко об оказании первой помощи:

1. *Если кровотечение сильное, пострадавшего надо уложить и приподнять ему ноги.*
2. *Временно остановить кровь можно путем пережатия поврежденного сосуда или сильного сгибания конечности или накладывания жгута.*
3. *Немедленно вызвать неотложную помощь.*
4. *К ране нельзя прикасаться, нельзя промывать, удалять из нее инородные тела.*
5. *Если раневая поверхность загрязнена, то ее края надо очистить в направлении от раны; вокруг повреждения нанести антисептик такой, как йод, хлоргексидин, перекись водорода; йод не должен попасть внутрь раны.*

Повязка – это приспособление, закрепляющее на поверхности тела перевязочный материал.

Шина – это приспособление, которое изготовлено из подручных материалов, в целях применения временной и стойкой фиксации травмированных частей тела в определенном положении. Шина выполняет функцию обездвиживания сломанной кости, дает возможность защищать и поддерживать поврежденный сегмент, предотвращает дальнейшее усугубление травмы, помогает уменьшить боль во избежание болевого шока.

Одной из самых главных задач первой помощи является щадящая, безопасная и в тоже время максимально быстрая **транспортировка** пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение, где ему может быть оказана полноценная медицинская помощь.

Транспортировка должна осуществляться бережно, чтобы не усиливать страдания пострадавшего, т.к. усиление боли не только ухудшает его общее состояние, но и может стать причиной развития травматического шока.

Транспортировать пострадавшего своими силами приходится в следующих ситуациях: непосредственная опасность для жизни там, где произошла травма. Например, если пострадавший находится на железнодорожном полотне, в горящем здании, задымленном помещении, здании, которое может в любой момент обрушиться и т.п. Нет возможности приехать скорой помощи. Всего выделяют три вида транспортировки: экстренная, краткосрочная, длительная.

ХОД ЗАНЯТИЯ

ЗАДАНИЕ1. Изучить теоретический материал по правилам остановки кровотечения, наложения повязки, жгута, шины, правилами транспортировки пострадавшего .

ЗАДАНИЕ2. Ответить на контрольные вопросы:

1. *Назовите признаки артериального кровотечения, в чем отличия артериального кровотечения от венозного?*
2. *Кратко сформулируйте главные правила остановки кровотечения при венозном и артериальном кровотечении.*

3. Назовите главные правила наложения жгута.
4. Каковы общие правила наложения повязки на рану?

ЗАДАНИЕ 3.Выполните тест:

1. Устойчивое положение **на боку**. В такой позе должны перемещаться пострадавшие в случае:

- а) приступов рвоты;
- б) нахождения в бессознательном состоянии;
- в) при ожогах или иных непроникающих травмах задней стороны тела (спина, ягодицы, задняя часть бедер);

2. **Сидячее или полусидячее** положение применяется в таких ситуациях:

- а) травмы шеи;
- б) травмы грудной клетки;
- в) переломы ключицы, рук;

3. **Положение лежа** на спине с приподнятыми ногами:

- а) травмы брюшной полости;
- б) подозрение на внутреннее кровотечение;
- в) наличие большой кровопотери;

4. **Положение лежа на спине** со слегка раздвинутыми ногами и подложенным под колени валиком («поза лягушки»):

- а) при травмах позвоночника, повреждении спинного мозга или подозрении на подобную травму;
- б) при переломе костей таза или подозрении на него.

МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №13

Остановка венозного кровотечения

Венозное кровотечение можно остановить наложением давящей повязки, при которой поверх стерильной салфетки накладывается толстый слой ткани и туго привязывается к ране. При наложении такой повязки соблюдают следующие правила: кожу вокруг повреждения на расстоянии 3-4см от краев раны обрабатывают раствором антисептика, на рану накладывают стерильную салфетку, которую 2-3 турами фиксируют к бинтуемой поверхности, в проекцию раны укладывают плотно сложенную салфетку (марлю, бинт, вату и т. д.) для локального сдавливания кровоточащих тканей, которые туго бинтуют последующими турами бинта. Дополнительно к давящей повязке может быть остановлено приданием им возвышенного (выше уровня сердца) положения.

Достаточно надежно останавливается венозное кровотечение при *максимальном сгибании конечности*. При кровотечении из верхней конечности руку сгибают в локтевом суставе, и предплечье туго привязывают к плечу. При кровотечении из нижней конечности ногу сгибают в коленном суставе, и голень туго привязывают к бедру, или ногу сгибают в тазобедренном суставе и бедро привязывают к туловищу.

Временная остановка наружного венозного и капиллярного кровотечения проводится наложением давящей стерильной или давящей повязки на рану и приданием поврежденной части тела приподнятого положения по отношению к туловищу. В

некоторых случаях временная остановка этих видов кровотечений может быть окончательной.

Остановка артериального кровотечения

Артериальное кровотечение из небольших сосудов останавливается также как венозное наложением давящей повязки и максимальным сгибанием конечности. Артериальное кровотечение из крупных сосудов можно остановить только *наложением резинового жгута или жгута-закрутки*.

При наиболее опасном для жизни артериальном кровотечении временная остановка кровотечения достигается наложением жгута, закрутки, фиксированием конечности в положении максимального сгибания, прижатием артерии выше места ее повреждения (сонная артерия прижимается ниже раны). Самый доступный и быстрый способ временной остановки артериального кровотечения — *пальцевое прижатие*. Артерии прижимают в местах, где они проходят вблизи кости или над ней. На конечностях сосуды прижимаются выше раны, на шее и голове — ниже. Сдавливание сосудов производят несколькими пальцами одной или двух рук. Выполнив пальцевое прижатие сосуда, надо быстро наложить, где это возможно, жгут или закрутку и стерильную повязку на рану.

Наложение жгута (закрутки).

Используют три вида кровоостанавливающих жгутов: матерчатый с закруткой, широкий ленточный резиновый и трубчатый Эсмарха.

Жгут (закрутку) накладывают на бедро, голень, плечо и предплечье выше места кровотечения, ближе к ране, на одежду или мягкую подкладку, чтобы не повредить кожу. Жгут-закрутку изготавливают из плотной ткани (но не веревки!) накладывают также как и жгут, в свободные концы ткани просовывают твердый предмет (палка, пинцет и др.) и им скручивают ткань до тех пор, пока не остановится кровотечение. Жгут накладывают с такой силой, чтобы остановить кровотечение. При слишком сильном сдавливании тканей могут повредиться нервные стволы. Правильность наложения жгута контролируется отсутствием пульса на нижележащем участке артерии.

Правила наложения жгута.

Жгут накладывается:

- только при артериальном кровотечении из крупного сосуда;
- поверх ткани или одежды, очень важно, чтобы на ней не было складок;
- выше места ранения на 2–3 см и ближе к ней на кожу накладывают прокладку из одежды или мягкой ткани (платок, бинт);
- для обеспечения оттока венозной крови конечность поднимают на 20-30см;
- первый тур накладывается максимально растянутым жгутом, а последующие – с меньшим натяжением, таким образом, чтобы начальный участок жгута перекрывался последующим туром;
- зафиксировать последний тур жгута крючком или застежкой;
- контроль правильности наложения жгута производят по прекращению кровотечения из раны, исчезновению пульса, запавшим венам, бледности кожных покровов. Чрезмерное затягивание жгута может вызвать размозжение мягких тканей (мышцы, нервы, сосуды) и стать причиной параличей конечностей. Слабо

затянутый жгут кровотечения не останавливает, а наоборот, создает венозную застой (конечность не бледнеет, а приобретает синюшную окраску) и усиливает венозное кровотечение;

- жгут не забинтовывают, он должен быть хорошо виден;
- конечность со жгутом хорошо иммобилизуют с помощью транспортной шины или подручных средств;
- пострадавшего эвакуируют в первую очередь;
- в зимнее время года конечность с наложенным жгутом хорошо утепляют, чтобы не произошло отморожения;
- под жгут подкладывается записка с указанием даты и времени наложения жгута;
- **Летом жгут накладывается максимально на 2 часа, а зимой на 1 час.**

Если в течение этого времени пострадавшего не привезли в больницу для окончательной остановки кровотечения, то жгут необходимо снять на 10 минут, но в это время прижать артерию пальцем. Заново жгут накладывают выше или чуть ниже старого места. При необходимости это делают несколько раз – летом каждый час, а зимой – *каждые полчаса*. При этом каждый раз делают отметку в записке. Продолжительное сдавливание сосудов приводит к омертвлению всей конечности ниже наложенного жгута, и ее ампутацию.

Общие правила наложения повязок. Рулон с бинтом нужно держать в правой руке. Конец бинта держат в левой руке. При этом нужно следить, чтобы рулон мог без проблем раскатываться по поверхности. Накладывая повязку, нужно задействовать две руки. Одной рукой рулон раскатывают, не отрывая от поверхности тела, а другой поправляют сам бинт. В процессе наложения повязок, виды которых зависят от конкретной ситуации, нужно стоять лицом к пострадавшему. Это позволит контролировать его состояние. Бинтуют сверху вниз, от того места, в котором диаметр поверхности тела меньше. Первую обмотку обязательно фиксируют, делая незначительный перегиб бинта в том месте, где он начинался. Поверх этого места делают еще одну обмотку – фиксирующую. Каждую последующую намотку бинта делают на половину предыдущей. - Читайте

Общие правила перемещения пострадавших

Правила и способы перемещения пострадавших могут различаться в зависимости от характера травм (кровопотеря, переломы и т.д.), однако есть несколько общих принципов: при транспортировке человека с травмой шейного отдела позвоночника его голову и шею иммобилизуют, т.е. фиксируют, чтобы препятствовать движению. Во всех остальных случаях пострадавшего транспортируют с головой, повернутой набок. Это необходимо, чтобы избежать попадания рвотных масс в дыхательные пути, а также асфиксии вследствие западения языка; Человека с большой кровопотерей перемещают таким образом, чтобы его ноги находились выше головы. Такое положение обеспечивает приток крови к головному мозгу; При подъеме по лестнице, а также при помещении в транспортное средство пострадавшего несут вперед головой, при спуске и выносе из транспорта – вперед ногами; Тот, кто несет пострадавшего впереди, назначается главным, его задача – внимательно следить за дорогой, замечать препятствия и руководить перемещением, координируя действия остальных спасателей (пример команды: «на счет три поднимаем носилки – раз, два, три!»). При этом спасателям категорически запрещается двигаться «в ногу»; Тот, кто несет пострадавшего сзади, следит за его состоянием, и в случае ухудшения предупреждает остальных о необходимости остановки.

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА 2
по теме «Основы военной службы»

Выберите один правильный ответ

1. Военная доктрина РФ имеет:

- А) оборонительную направленность;*
- Б) наступательную направленность;*
- В) оборонительно-наступательную направленность.*

2. Верховным Главнокомандующим Вооруженными силами РФ является:

- А) Премьер-министр РФ;*
- Б) министр обороны;*
- В) Президент РФ.*

3. К решению задач обороны с применением средств вооруженной борьбы могут привлекаться:

- А) войска Гражданской обороны;*
- Б) вневедомственная охрана;*
- В) налоговая инспекция.*

4. Что из перечисленного является самостоятельным родом войск ВС РФ?

- А) Сухопутные войска;*
- Б) Ракетные войска стратегического назначения;*
- В) Военно – морской флот*

5). Какой из перечисленных родов войск не входит в состав Военно-Морского Флота (ВМФ)?

- А) Морская пехота;*
- Б) Фронтовая авиация;*
- В) Береговые ракетно-артиллерийские войска.*

6. Караул, предназначенный для охраны и обороны объектов одной воинской части называется:

- А) Гарнизонным*
- Б) Внутренним*
- В) Полковым*

7. Прицельная дальность стрельбы АКМ составляет:

- А) 400 м.*
- Б) 600 м.*
- В) 1000 м.*
- Г) 1500 м.*

8. Заключение контракта о прохождении военной службы имеет право граждан в возрасте:

- А) от 18 до 35 лет*
- Б) от 20 до 40 лет*
- В) от 18 до 40 лет*

Выберите все правильные ответы

9. Караулы бывают:

- А) Постоянные*
- Б) Временные*
- В) Регулярные*

10. Часовой имеет право сменить:

- А) начальник караула*
- Б) помощник начальника караула*
- В) разводящий*
- Г) дежурный по роте*

11. Установите соответствие:

- 1) 18 апреля а) День народного единства (К.Минин и Д.Пожарский)
- 2) 10 июля б) День победы русской эскадры у мыса Синоп (П.С. Нахимов)
- 3) 4 ноября в) День победы русских воинов на Чудском озере (А. Невский)
- 4) 1 декабря г) Победа русской армии под Полтавой (Петр I)

Продолжите фразы

11

. Часовой на посту не имеет права.....

12. Дежурный по роте обязан

13. Ситуационная задача

Вы стали свидетелем автомобильной аварии. Есть пострадавшие. Ваши действия.

ВЫПОЛНЕННЫЕ ЗАДАНИЯ СДАТЬ НЕ ПОЗДНЕЕ 10 МАРТА

Задания для проведения экзамена по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

1. Деятельность государства в области защиты населения от ЧС.
Закон «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера». Права и обязанности граждан в условиях ЧС.
2. Ядерное оружие. Поражающие факторы ядерного взрыва.
3. Химическое и биологическое оружие. Классификация отравляющих веществ.
4. Классификация природных ЧС. ЧС геофизического и геологического характера (землетрясения, извержения вулканов, сели, оползни). Причины. Опасность поражения.
5. Классификация природных ЧС. ЧС метеорологического характера. (ураганы, смерчи, метели, град, обледенение..) Причины. Опасность поражения.
6. Классификация природных ЧС. ЧС гидрологического характера (наводнения, лавины, цунами...). Причины. Опасность поражения.
7. Природные пожары их виды. Причины. Поражающие факторы пожара
8. Виды ЧС техногенного характера. Причины техногенных аварий и катастроф.
9. Аварии на транспорте. Защита при авариях на железнодорожном и автомобильном видах транспорта.

10. ЧС на воде и в воздухе. Защита при авариях на водном и воздушном видах транспорта.
11. Аварии на радиационно – опасных объектах. Защита населения .
12. Аварии на химически – опасных объектах. Защита населения.
13. Аварии на гидродинамических объектах. Защита населения.
14. Эпидемии, обеспечение безопасности при эпидемии.
15. Вредные привычки, их влияние на здоровье.
16. Террористический акт. Правила безопасного поведения при угрозе теракта.
17. Общие правила оказания первой помощи.
18. ФЗ РФ «О пожарной безопасности». Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.
19. Экологические проблемы России. Пути решения
20. Влияние загрязнения окружающей среды на здоровье человека.
21. Организационная структура Вооруженных Сил России.
22. Памяти поколений – дни воинской славы России
23. Функции и основные задачи современных ВС России. Руководство и управление ВС.
24. Виды Вооруженных сил.
25. Самостоятельные рода войск.
26. Комплектование Вооруженных Сил РФ. Принципы и способы комплектования ВС РФ.
27. Порядок прохождения военной службы.
28. Воинские традиции. Принятие присяги.
29. Внутренний порядок. Пути его поддержания.
30. Символы воинской чести. Боевое знамя.
31. Размещение военнослужащих.

32. Караул. Виды и функции караула.
33. Часовой. Неприкосновенность и обязанности часового.
34. Суточный наряд. Назначение, состав.
35. Строй. Управление строями.
36. Военское приветствие.
37. Дисциплинарный Устав. Дисциплинарная ответственность. Поощрения и взыскания военнослужащих.
38. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.
39. Понятие воинской дисциплины, методы и пути достижения.
40. Основные положения гарнизонного и караульного Устава .
41. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники.
42. Правила остановки кровотечения.
43. Правила наложения повязок.
44. Правила оказания первой помощи при переломах.
45. Правила личной безопасности при пожарах.
46. Правила безопасного поведения и действий людей в зонах радиоактивного, химического заражения.
47. Клиническая смерть. Признаки. Доврачебная помощь при клинической смерти.
48. Правила безопасного поведения в условиях неблагоприятной экологической обстановки.
49. Обеспечение личной безопасности в общественном транспорте.
50. Правила безопасного поведения в условиях ЧС гидрологического характера.
51. Правила личной безопасности при угрозе взрыва.
52. Оказание первой помощи при потере сознания, при утоплении.
53. Правила эвакуации в условиях чрезвычайной ситуации.

54. Правила безопасного поведения при перестрелке.
55. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.
56. Первая помощь при переохлаждении и обморожении.
57. Оказание первой помощи при ожогах.
58. Оказание первой помощи при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях.
59. Действия в случае получения сигнала « *ВНИМАНИЕ* ».
60. Первая помощь при поражении электрическим током.