**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ**

**(практические занятия по ОБЗР)**

**1 курс**

**2 семестр**

Преподаватель

Голубина Людмила Александровна

т/ф +7978 725 23 54

**почта** : [**gl18@inbox.ru**](mailto:gl18@inbox.ru)

**Уважаемые первокурсники, с Новым годом!**

Я предлагаю вам выполнить практические работы по **ОБЗР с №14по №25**, чтобы быть допущенными к диф.зачету. Рекомендую до выполнения работ изучить материалы рекомендуемых презентаций. Там вы найдете нужный вам материал. Выполнение работ распределила по месяцам. Но все работы вам необходимо сдать **до 15 - 20 мая. Удачи!!!!!! Вопросы к диф.зачету размещены в конце задания.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Январь** | **Тема «БЗ в информационном пространстве и социуме.»**  **№14, №15, №16.** |
| **Февраль** | **Тема «Противодействие экстремизму и терроризму» ПР№17.** |
| **Март** | **Тема «Основы военной подготовки» ПР№ 18, 19, 20.** |
| **Апрель** | **Прикладной модуль ПР№21, №22, №23.** |
| **Май** | **Прикладной модуль ПР №24, №25.** |

**Январь**

**1.Изучить презентации:**

**« Противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность»**

**«Цифровая среда».**

**2 .Выполнить практические работы**

**Практическое занятие №14 Противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность**

***Цели***: *сформировать знания* *о противозаконной и антиобщественной деятельности и способах противодействия вовлечения молодежи в такие группировки.*

***ХОД ЗАНЯТИЯ***

1.Изучить презентацию по теме **«Противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность»** 2. **Ответить на вопросы:**

1.Что такое социальная группа? Членом каких социальных групп вы являетесь?

2.Что такое субкультура. Приведите примеры известных вам субкультур?

3.Что такое антиобщественная молодежная группировка?

4.Какие существуют деструктивные неформальные группировки?

5.Назовите причины вступления подростков в неформальные объединения.

6.Какие профилактические меры может принять государство в связи с противодействием вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность ?

7.Что нужно знать подростку, чтобы не быть вовлеченным в антиобщественную группировку?

**Практическое занятие №15**

**ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ**

***ЦЕЛЬ:***

* *формирование компетенций безопасного поведения в цифровой среде и навыков защиты от информационных угроз*

***Учебное оборудование:*** *тетради для практических работ, презентация, методичка*

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

I. Изучить материалы презентации «Цифровая среда».

II. Написать рекомендации по правилам безопасного поведения в цифровой среде.

*1)Как подростку не попасть в зависимость от цифровой среды?*

*2)Как молодому человеку защититься от кибербуллинга и деструктивных опасных молодежных группировок?*

*3)Какие существуют правила безопасного использования цифровых устройств?*

*4)Как защититься от социальных манипуляций в цифровой среде?*

*5)Как действовать при столкновении с угрозами в цифровой среде?*

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

*1.Что такое цифровая среда?*

*2. Назовите компоненты цифровой среды.*

*3.Что такое цифровой след? Назовите его виды.*

*4.Что такое цифровая зависимость?*

*5.Назовите угрозы цифровой среды.*

*6.Что такое социальная инженерия? Ее виды?*

*7.Что такое кибербуллинг?*

*8.Что такое деструктивные группы? Назовите, какие опасные группы вам известны.*

**Практическое занятие № 16**

**Правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений**

***Цель:***

* *Формирование навыков критического анализа информации и противодействия информационным угрозам в цифровой среде.*

***Учебное обеспечение:***

* *Методички;*
* *Информационные материалы.*

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

***ЗАДАНИЕ 1.***

*Изучите предложенный материал по теме* ***«Достоверность информации в цифровой среде».***

***ЗАДАНИЕ 2.***

***Составьте рекомендации по правилам безопасности в цифровой среде****:*

*1)Какие существуют способы распознавания недостоверной, фейковой информации?*

*2)**Какие существуют способы выхода из «информационного пузыря»?*

*3)Назовите способы расширения информационного кругозора, который может помочь вам минимизировать риски от различных угроз в интернете (примеры)*

*4) Как проверить* *подлинность аккаунтов в социальных сетях?*

***ЗАДАНИЕ 3.***

***Ответить на контрольные вопросы*** *( и выучить!!)*

***1)****Что такое* ***«фактчекинг»?***

**2)** *Что такое* «*информационный пузырь»?*

*3) Что такое* «*кликбейт»?*

*4)Что такое* *«Мошеннический контент»?*

*5)Что такое «Фрейминг»?*

*6) Что такое «Боты и тролли»?*

*7) Какова главная цель информационного кругозора?*

*8) Что такое фейки ? Назовите их разновидности.*

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО ЗАНЯТИЯ №16**

**ОСНОВНЫЕ ИСТОЧНИКИ ЦИФРОВОЙ ИНФОРМАЦИИ**

Цифровая среда предоставляет нам множество различных ресурсов, через которые мы можем получать новости и знания.

***Среди них можно выделить***:

* ***Новостные сайты и порталы*** — онлайн-ресурсы, которые публикуют актуальные события. Однако важно помнить, что даже крупные и известные издания могут публиковать непроверенные сведения.
* ***Социальные сети*** — В Контакте, Телеграм, Одноклассники и другие платформы, где мы получаем информацию как от официальных ресурсов, так и от простых пользователей. Это может быть как полезным, так и опасным, так как часто в соцсетях распространяются слухи, фейки и манипуляции.
* ***Форумы и блоги*** — это пространства для общения, обмена мнениями и обсуждения различных тем. Но здесь часто бывают и субъективные точки зрения, и недостоверные сведения.
* ***Мобильные приложения*** — новостные ленты в приложениях, уведомления на телефоне, рекламные объявления и прочее. Важно учитывать, что не все из них обеспечивают проверку достоверности распространяемого материала.

**ХАРАКТЕРИСТИКИ ДОСТОВЕРНОЙ И НЕДОСТОВЕРНОЙ ИНФОРМАЦИИ**

Чтобы научиться отличать правду от вымысла, важно понимать, какие характеристики присущи различным типам данных.

***ДОСТОВЕРНАЯ ИНФОРМАЦИЯ***:

***Подтверждаемость*** — данные, которые могут быть проверены несколькими источниками, являются более надежными.

***Прозрачность источника*** — если ресурс четко обозначен, это помогает оценить его объективность. Например, признанные СМИ и экспертные мнения вызывают больше доверия. Соответствие фактам — факты, изложенные в контексте, который соответствует реальности, а не манипулирует фактами или их интерпретацией.

***Обоснованность*** — использование фактов, статистики, данных, на которых строится заявление.

***НЕДОСТОВЕРНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:***

***Отсутствие первоисточников или их анонимность*** — когда нельзя точно определить, откуда сведения пришли, это вызывает сомнения.

***Противоречивость —*** если утверждение не совпадает с другими известными фактами или логически не выдерживает критики.

***Провокационные заголовки и эмоции*** — частое использование преувеличенных фраз, сенсационных заголовков с целью привлечь внимание и вызвать эмоциональную реакцию без учета реальности.

***Манипуляции и фейки*** — искажение фактов с целью воздействия на мнение аудитории. Важно отметить, что фейки могут выглядеть очень правдоподобно и быть подкреплены «фактическими» материалами, но при детальном анализе оказывается, что они являются вымышленными или перевернутыми фактами.

|  |
| --- |
| **Фактчекинг** — это **процесс проверки достоверности и точности информации**, которая предоставляется в СМИ, на сайтах, в социальных сетях или в любых других источниках |

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ НАДЕЖНОСТИ ИСТОЧНИКОВ**

Для того чтобы не попасться на фальшивые данные, нужно уметь оценивать ресурсы, из которых мы получаем новости. Прежде всего, стоит обратить внимание на следующие критерии: Репутация источника — насколько он известен и проверен временем. Организации, имеющие хорошую репутацию и прозрачность, с меньшей вероятностью будут распространять ложные сведения. Авторитетность авторов — если автора или эксперта, от которого поступают данные, знают в профессиональных кругах и ему доверяют, то это увеличивает вероятность достоверности. Дата публикации — если материал устарел или события, о которых говорится, произошли давно, то ее стоит проверять более тщательно. Подтверждения из разных мест — если одно и то же сообщение подтверждается несколькими независимыми ресурсами, то это увеличивает его достоверность. Проверка фактов — существуют специальные сайты и инструменты для проверки подлинности новостей и заявлений. Например, сайты для фактчекинга, которые анализируют и проверяют различные утверждения и материалы. Объективность подачи — если источник не склоняется к одной из сторон и предлагает взвешенный анализ, это хороший признак. Ложная информация часто пытается воздействовать на эмоции и манипулировать мнением. Запомнив эти критерии, вы сможете более уверенно ориентироваться в мире цифровой информации и избегать ловушек, которые расставляют манипуляторы и злоумышленники.

|  |
| --- |
| **Информационный пузырь** — это ситуация, при которой человек получает и потребляет только те данные, которые соответствуют его интересам, убеждениям и взглядам. Этот эффект создается благодаря алгоритмам цифровых платформ, которые подбирают контент, ориентируясь на историю просмотров, лайков и запросов пользователя. |

**СПОСОБЫ ВЫХОДА ИЗ «ИНФОРМАЦИОННОГО ПУЗЫРЯ»**

Преодоление рассматриваемого эффекта требует осознанного подхода к потреблению цифрового контента. Вот основные способы:

* ***Разнообразие источников:*** *чтение материалов из разных медиа, которые представляют разные точки зрения на одну и ту же тему. Это помогает увидеть картину целиком и избежать однобокости.*
* ***Критическое мышление****: Важно задавать вопросы: Кто предоставил эти данные? С какой целью? Какие есть альтернативные позиции? Это помогает распознать манипуляции и субъективные интерпретации.*
* ***Проверка источников****: Используйте инструменты фактчекинга и доверяйте только надежным и проверенным каналам, которые предоставляют достоверные данные.*
* ***Искусственное расширение кругозора****: Искать информацию по тем темам, которые не являются привычными, и следить за новостями из разных сфер жизни.*

**ПРАКТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ РАСШИРЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННОГО КРУГОЗОРА**

Чтобы выйти за пределы привычной среды, стоит применять следующие методы:

* **Использование разных платформ**: *Например, вместо одной социальной сети посещать несколько, включая такие, где аудитория может отличаться.*
* **Чтение аналитических материалов и экспертных мнений:** Специалисты в различных областях дают возможность увидеть проблему глубже и с разных сторон.
* **Общение с людьми с противоположными взглядами**: Диалоги с людьми, которые имеют иные точки зрения, развивают способность понимать и принимать различия, а также оценивать аргументы с обеих сторон.
* **Установление «цифрового режима»:** Периодический отказ от социальных сетей и активное чтение книг, участие в дискуссиях офлайн и просмотр документальных фильмов. Эти методы позволяют не только избежать негативного влияния пузыря, но и расширить кругозор, сделать восприятие мира более объективным и многогранным.

**Главная цель** — научиться осознанно подходить к выбору и анализу данных, чтобы формировать собственное мнение на основе разнообразных источников и фактов.

**ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ИНФОРМАЦИОННЫХ МАНИПУЛЯЦИЙ**

Информационные манипуляции представляют собой действия, направленные на скрытое управление восприятием человека, с целью заставить его принять определенные убеждения или совершить нужные действия. В цифровой среде такие технологии активно применяются благодаря широкому распространению социальных сетей, медиаплатформ и других источников информации.

***К основным видам манипуляций относятся***:

* **Фейковые новости:** Это полностью или частично вымышленные сообщения, распространяемые с целью обмана аудитории.
* **Кликбейт**: Заголовки или изображения, которые намеренно провоцируют интерес, но при этом содержат мало ценного материала.
* **Мошеннический контент**: Ложные сообщения, создаваемые для получения выгоды, например, финансовой или политической.
* **Дезинформация**: Намеренное распространение ложных сведений для введения в заблуждение.
* **Фрейминг:** Представление фактов таким образом, чтобы они выглядели в определенном свете, удобном для манипулятора
* **Боты и тролли**: Использование автоматизированных аккаунтов или намеренное провоцирование дискуссий для воздействия на общественное мнение.

|  |
| --- |
| ***Фейк*** — это намеренно созданное или измененное сообщение, которое содержит ложные, искаженные или неполные сведения с целью ввести аудиторию в заблуждение. Эти материалы часто маскируются под достоверные новости, исследования или факты, чтобы увеличить свое влияние. |

**Классификация фейков**:

* *Полностью ложные сообщения:*
* *Манипуляции с фактами:*
* *Сатирические или пародийные материалы.*
* *Фотошоп и видеомонтаж.*

**КАК ИЗБЕЖАТЬ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА НЕПРЕДНАМЕРЕННОЕ РАСПРОСТРАНЕНИЕ ФЕЙКОВ**?

Проверяйте источники: перед тем как поделиться материалом, убедитесь, что он взят из надежного ресурса. Сравнивайте данные: Сопоставьте новость с другими источниками, чтобы исключить ложь. Оценивайте достоверность заголовка: Зачастую манипулятивные сообщения имеют сенсационные заголовки. Развивайте критическое мышление: Осознанный подход к анализу контента помогает избежать попадания под влияние лжи

**АЛГОРИТМ ПРОВЕРКИ ПОДЛИННОСТИ АККАУНТОВ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ**

Одним из ключевых аспектов безопасности в интернете является проверка подлинности аккаунтов, с которыми мы взаимодействуем. Чтобы убедиться в подлинности профиля в социальных сетях, важно соблюдать следующий алгоритм:

**Проверка имени и фото профиля**. Часто фальшивые аккаунты используют фотографии известных людей или случайные изображения, которые можно найти в интернете. Чтобы убедиться в оригинальности фото, можно провести обратный поиск по картинке в Яндекс.Картинках.

**Изучение информации о человеке**. Настоящий аккаунт будет содержать подробности о жизни его владельца — публикации, фотографии с реальными событиями. Если профиль выглядит пустым или недавно созданным, это может быть тревожным знаком.

**Проверка ссылок и сайтов**. Подлинные профили часто содержат ссылки на официальные ресурсы или на другие социальные сети. Если профиль выглядит сомнительно или распространяет ссылку на подозрительные сайты, стоит насторожиться. **Двоичная аутентификация**. Включение двухфакторной аутентификации (например, код по SMS) защитит вашу учетную запись от взлома и несанкционированного доступа.

**Февраль**

**Выполнить практическую работу №17, решить тесты.**

**Практическое занятие № 17**

**Тема. Правила поведения и порядок действицй при угрозе и совершении террористического акта**

***Цели практического занятия::***

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

***Учебное обеспечение:***

* *Конспект*
* *тетрадь для практических работ*
* *учебник Н.В.Косолапова «Основы безопасности жизнедеятельности»,*
* *инструктивные карточки.*

**ХОД ЗАНЯТИЯ.**

***Задание 1.***

* *Изучить учебный материал по учебнику стр.130-134.*
* *Решить ситуационные задачи.*

***Задача 1.*** *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.*

***Задача 2.***  *В здании, где вы работаете, произошел взрыв, ваш кабинет не пострадал, но в соседних кабинетах обрушен потолок, конструкции, помещение задымлено, слышны крики. Ваши действия?*

***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?*

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

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

**Задание 2.**

*Составить**инструкцию:* ***« Как действовать при захвате заложников террористами» в виде лаконичных тезисов.***

*Какие черты характера помогут вам остаться в живых в такой ситуации?*

**Контрольные вопросы:**

*1.Что такое терроризм?*

*2.Назовите цели терроризма.*

*3.Назовите виды терроризма*

*4.Что такое экстремизм?*

**Решите тесты:**

**1.При освобождении заложников возникла перестрелка. Что нужно делать?**

***А.****сразу лечь* ***Б.****оглядеться в поисках укрытия*

***В.****можно укрыться за ближайшим автомобилем или под ним*

***Г.****проскользнуть в подворотню, подъезд или окно первого этажа.*

**2.Найдите ошибку в перечисленных ниже правилах поведения при освобождении заложников:**

***А.****расположитесь подальше от окон, дверей и самих террористов*

***Б.****если во время операции используется газ, защитите органы дыхания (шарфом, платком или*

*косынкой)*

***В.****во время операции по освобождению, чтобы быстрее спастись, бегите навстречу сотрудникам*

*спецслужб*

***Г.****при освобождении выполняйте все требования сотрудников спецслужб.*

**3**.**Найдите ошибку в перечисленных правилах поведения при обнаружении взрывного**

**устройства:**

***А.****немедленно сообщите о подозрительном предмете в правоохранительные органы*

***Б.****исключите использование мобильных телефонов, средств связи и т.п., т.к. они способны вызвать*

*срабатывание радио-взрывателя*

***В.****не дожидаясь специалистов, унесите подозрительный предмет в безопасное место*.

**4.Назовите методы террористов:**

***А.****обещание материальных благ и льгот населению*

***Б.****взрывы и поджоги мест массового нахождения людей, захват больниц, роддомов и др.*

***В.****правовое урегулирование проблемных ситуаций*

***Г.****демонстрация катастрофических результатов террора*

***Д.****использование бактериальных, химических и радиоактивных средств поражения населения*.

**5. Меры противодействия террористическим актам:**

***А.****подвальные и чердачные помещения оставить свободными для входа*

***Б.****в вагоне поезда, метро, в салоне автобуса не прикасаться к пакетам, оставленным без*

*присмотра*

***В.****на чердаках можно хранить макулатуру и другие непригодные вещи*

***Г.****постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей и сообщить о них сотрудникам*

*правоохранительных органов*

***Д.****на входные двери в подъезд в жилых домах необязательно устанавливать домофоны*

**6.При захвате самолета или автобуса следует ...**

***А.****не привлекать внимание террористов*

***Б.****обращаться к террористам с просьбами*

***В.****оказывать террористам содействие*

***Г.****выдвигать требования и протестовать*

**7.Порекомендуйте безопасные действия для группы людей при захвате их террористами**:

***А.****выражать свое неудовольствие, кричать, призывать на помощь*

***Б.****проинформировать захватчиков о социальном статусе заложников*

***В.****не задавать вопросы и не смотреть террористам в глаза.*

**8**. **Согласно ст. 205 УК РФ за терроризм предусмотрено наказание:**

**А*.****административный штраф и конфискация имущества*

***Б.****лишение свободы на срок от 6 до 15 лет и более лет, а также пожизненное заключение*

***В.****наложение ареста на недвижимость и заключение под стражу.*

**9.К экстремизму не относятся:**

*А) Оправдание террористов и террористических актов*

*Б)Использование оригинальной или схожей атрибутики и символики нацистов В)Использование взрывных устройств для запугивания населе*

**Март**

**Выполнение практических занятий №18 и № 20 предполагают использование интернет-ресурсов**

**Практическое занятие №18 Назначение и характеристики современных видов стрелкового оружия**

***ЦЕЛЬ:***

* *изучить назначение, боевые свойства и устройство автомата Калашникова;*

***УЧЕБНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:***

* *тетради для практических занятий, методички, интернет-ресурсы*

**КРАТКИЙ ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ**

* ***Автомат Калашникова******признан лучшим в мире стрелковым оружием ХХ*** *столетия по точности огня, боевой эффективности, оригинальности конструкции, удобству обслуживания и* *продолжительности службы.*
* ***7,62-мм модернизированный автомат Калашникова –****индивидуальное оружие, предназначенное для уничтожения живой силы противника огнём, а также штыком и прикладом в рукопашном бою.*
* ***Автоматический –*** *основной вид огня из автомата – ведется короткими или длинными очередями и непрерывно. Подача патронов при стрельбе производится из коробчатого магазина емкостью на* ***30 патронов.***
* ***Патроны образца 1943 г. выпускаются с пулями*** *обыкновенными, трассирующими, бронебойно-зажигательными****.***
* ***Темп стрельбы АКМ – око****ло 600 выстрелов в минуту.*
* ***Боевая скорострельность:*** *при стрельбе очередями – до 100 выстрелов в минуту, при стрельбе* ***о****диночн****ы****ми выстрелами – до 40 выстрелов в минуту****.***

**Принцип действия АКМ**:

***Действие автомата основано на использовании энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола к газовому поршню затворной рамы.***

|  |
| --- |
| При выстреле часть пороховых газов, следующих за пулей, устремляется через отверстие в стене ствола в газовую камеру, давит на переднюю стенку газового поршня, отбрасывает поршень и затворную раму с затвором в заднее положение. При отходе назад затвор открывает канал ствола, извлекает из патронника гильзу и выбрасывает ее наружу, а затворная рама сжимает возвратную пружину и взводит курок. В переднее положение затворная рама с затвором возвращается под действием возвратного механизма, затвор при этом досылает патрон из магазина в патронник и закрывает канал ствола, а затворная рама выводит выступ автоспуска из-под взвода автоспуска курка. Автомат заряжен и готов к следующему выстрелу. |

Для стрельбы из автомата применяются **патроны образца 1943 г.**

**ХОД ЗАНЯТИЯ**  
  
***ЗАДАНИЕ 1.***

*Изучите предложенный материал.*

***ЗАДАНИЕ 2. Заполните таблицу: «ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ СОСТАВЛЯЮЩИХ АКМ»***

|  |  |
| --- | --- |
| **Часть автомата** | **Назначение** |
| **Ствол** | служит для направления полета пули и придания ей вращательного движения за счет ствольных нарезов |
| **Ствольная коробка** |  |
| **Крышка ствольной коробки** |  |
| **Прицельное приспособление** |  |
| **Прицел** |  |
| **Приклад и пистолетная рукоятка** |  |
| **Затворная рама с газовым поршнем** |  |
| **Затвор** |  |
| **Возвратный механизм** |  |
| **Газовая трубка со ствольной накладкой** |  |
| **Ударно-спусковой механизм** |  |
| **Цевье** |  |

***ЗАДАНИЕ 3.***

***КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ***

*1*.*Благодаря каким качествам автомат Калашникова завоевал популярность во всем мире?*

*2. Для чего предназначен АКМ? 3.Как может использоваться штык-нож? 4.Назовите два вида огня из автомата. Какой из них является основным?*

*5*.*Какие патроны применяются для стрельбы из АКМ? 6.Из каких частей состоит патрон образца 1943г.? 7.С какими пулями применяются патроны образца 1943г.? 8.Для чего предназначены трассирующие пули? В чем отличие их от обычных пуль? 9.Для чего предназначены бронебойно-зажигательные пули?*

*10.На чем основано действие АК?*

*11.Почему при выстреле* *затворная рама с затвором занимает заднее положение?*

*12.Каким образом* *затворная рама с затвором возвращается в переднее положение?*

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №19**

**Средства индивидуальной защиты при заражении РВ, ХОВ и биологическими веществами**

***Цель*** :

* *Ознакомиться с назначением  средств индивидуальной защиты населения при применении оружия массового поражения.*

***Материальное обеспечение****:*

* *тетради для практических работ, материал для самостоятельной работы, методички*

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

***ЗАДАНИЕ 1.***

*Изучить предложенный учебный материал.*

***ЗАДАНИЕ 2.***

*Рассмотреть устройство противогаза, зарисовать, указать составные части противогаза.*

***ЗАДАНИЕ 3.***

*Рассмотреть противопыльную маску, описать ее устройство.*

***ЗАДАНИЕ 4.***

***ОТВЕТИТЬ НА КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:***

***1.****Что такое ОМП? Виды ОМП?*

***2.*** *Какие факторы относят к поражающим факторам ядерного взрыва? 3. Какие коллективные средства защиты населения могут быть использованы при применении РВ, ХОВ, БО?*

*4.Какие средства индивидуальной защиты вы знаете ?*  *5.Для чего предназначен противогаз* ***ГП – 7?***

*6. В чем принципиальные отличия фильтрующих и изолирующих противогазов? 7. Что такое ОЗК ? Для чего используется? Из каких частей состоит? 8.Какие предметы бытовой одежды можно использовать для защиты от вредных веществ при отсутствии ЗФО* (*защитная фильтрующая одежда)?**9. От чего может защитить ватно-марлевая повязке в очаге радиоактивного заражения?*



**МАТЕРИАЛ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ №19**

|  |
| --- |
| Оружием массового поражения **(ОМП)**является оружие большой поражающей способно ти, применение которого вызывает массовую гибель людей и разрушения.  К существующим видам ОМП **относятся ядерное, химическое и биологическое  оружие** |

**ЯДЕРНОЕ ОРУЖИЕ** - это оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии. **Ядерное оружие**- одно из самых разрушительных средств ведения войны;

Поражающие факторы: **ударная волна** производит разрушение, повреждение зданий и сооружений, а также поражает людей и животных. Источником УВ является сильное давление, образующееся в центре взрыва. **Световое излучение** – это поток лучистой энергии. Световое излучение может вызвать ожоги открытых участков тела, ослепление людей и животных, обугливание или возгорание различных материалов. **Проникающая радиация -** это поток гамма-лучей и нейтронов, испускаемый из области взрыва в течении нескольких секунд. Из-за очень сильного поглощения в атмосфере, проникающая радиация поражает людей только на расстоянии 2-3км. **Радиоактивное заражение** окружающей среды. Ядерные взрывы в атмосфере приводят к образованию мощных электромагнитных полей, их называют **электромагнитным импульсом.**

**Опасность радиационного излучения**

Радиационное излучение – это электромагнитные волны или частицы, которые могут проникать в живые клетки и вызывать их повреждение. Это может привести к различным заболеваниям, включая лучевую болезнь, рак, мутации и генетические нарушения. Воздействие радиации может быть как краткосрочным, так и долгосрочным, и его последствия могут проявиться не сразу, а через годы или даже десятилетия.

*.*

**БИОЛОГИЧЕСКОЕ ОРУЖИЕ** **(БО**) – это оружие, поражающее действие которого основано на использовании болезнетворных микроорганизмов, способных вызывать массовые заболевания и гибель людей, животных и растений. В качестве биологических средств противник может использовать возбудителей различных инфекционных заболеваний: *чумы, сибирской язвы, бруцеллеза, сапа, туляремии, холеры, желтой и других видов лихорадки..*

Для предотвращения распространения инфекционных заболеваний среди населения в очаге поражения проводится комплекс противоэпидемических и санитарно-гигиенических мероприятий: экстренная профилактика; обсервация и карантин; санитарная обработка населения; дезинфекция различных зараженных объектов. При необходимости уничтожают насекомых, клещей и грызунов (дезинсекция, дератизация).

**ХИМИЧЕСКОЕ ОРУЖИЕ** – это оружие, поражающее действие которого основано на использовании боевых токсичных (ядовитых) химических веществ **(БТХВ).** Продолжительность действия БТХВ обусловлена их стойкостью, то есть способностью длительно заражать местность и находящиеся на ней различные объекты. Зараженная техника и местность представляют опасность как из‑за возможности поражения при контакте с ними,  так и за счет вдыхания выделяющихся  паров БТХВ.  Возникает необходимость защиты от БТХВ не только в момент применения,  но и в течение значительного (иногда нескольких часов, суток) времени после применения противником.

**ЗАЩИТА ОТ ОРУЖИЯ МАССОВОГО ПОРАЖЕНИЯ:**   комплекс организационных, инженерных,  медицинских и других специальных мер, направленных на предотвращение или  ослабление поражающего действия ОМП. К числу таких мер относятся:

* *подготовка защитных сооружений и обеспечение людей индивидуальными средствами защиты;*
* *оповещение населения об угрозе нападения с применением ОМП;*
* *вывод населения из крупных городов в загородную зону (эвакуация);*
* *организация спасательных и неотложных аварийно-восстановительных работ в очагах поражения*
* *оказание медицинской помощи пострадавшим;*
* *радиационное, химическое и биологическое наблюдение и контроль за заражением природной среды, продовольствия, питьевой воды.*

**СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ**

Наиболее надёжным средством защиты органов дыхания людей являются **противогазы**. Они предназначены для защиты органов дыхания, лица и глаз человека от вредных примесей, находящихся в воздухе. По принципу действия все противогазы подразделяются на фильтрующие и изолирующие.

**Фильтрующие противогазы** являются основным средством индивидуальной защиты органов дыхания. Принцип их защитного действия основан на предварительном очищении (фильтрации) вдыхаемого человеком воздуха через фильтры от различных вредных примесей.За очистку воздуха, поступаемого в подмасочное пространство, отвечает фильтрующе-поглощающая коробка (фильтр), в состав которой входит поглощающий слой активного угля и противоаэрозольный фильтр.

**Для очистки воздуха от газов и паров используется химический процесс адсорбции**, смысл которого заключается в поглощении вредных примесей поверхностью твёрдого тела.  В настоящее время в системе гражданской обороны для взрослого населения используются фильтрующие **противогазы ГП-7**, **ГП-5**, **ГП-5м** и **ГП-4у**

**Изолирующие противогазы**(**ИП-4М**, **ИП-4МК,**….) являются специальными средствами защиты органов дыхания, глаз, кожи лица от всех вредных примесей, содержащихся в воздухе. Их используют в том случае, когда фильтрующие противогазы не обеспечивают такую защиту, а также в условиях недостатка кислорода в воздухе. Принцип действия изолирующего противогаза основан на **обеспечении человека чистым воздухом, а не очищенным**, то есть без его контакта с загрязнённой окружающей средой.   Выдыхаемый воздух поступает в **регенеративный патрон**, где очищается от углекислого газа и паров воды, выдыхаемых человеком, и там же обогащается кислородом, поступающим из кислородного баллона Из **дыхательного мешка** воздух поступает в клапаны вдоха, а затем и в органы дыхания. Избыток газовой смеси выпускается через клапан избыточного давления.

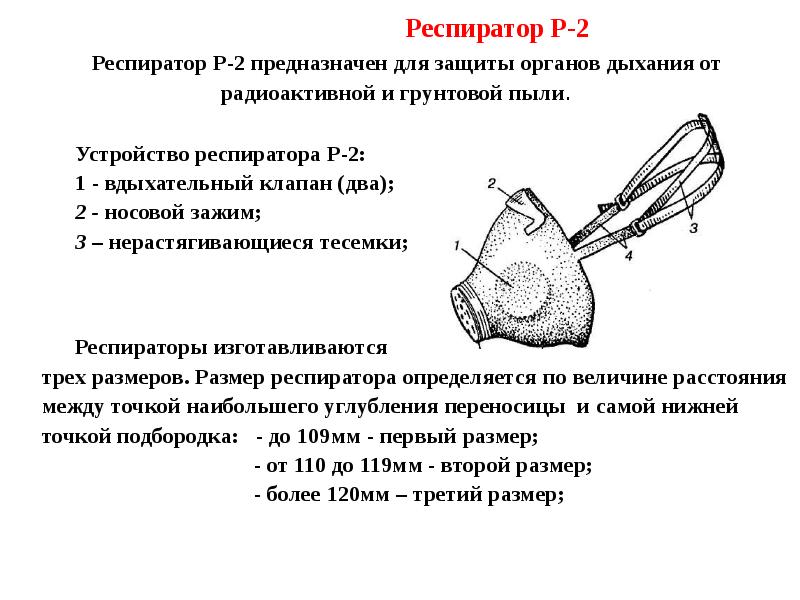
**Ватно-марлевая повязка**

**Используют:**

* *для защиты от болезней, передающихся воздушно-капельным путем (грипп, дифтерия, коклюш).*
* *при проведении хирургических операций.*
* *При высоком содержании в воздухе пыли, дыма, смога. Марлевое изделие следует увлажнить водой.*
* *при пожаре поможет защититься от ядовитых продуктов сгорания и дыма на некоторое время.*
* *при бактериологической атаке, когда идет распыление ядовитых газов.*
* *при аварии на атомной станции средство защиты сможет обеспечить фильтрацию радиоактивной пыли.*
* *заражение воздушной среды парами аммиака или хлора.*

*Изделие можно носить 3-4 часа, после чего его утилизируют. Если повязка использовалась для защиты от аммиака или хлора, то её необходимо сжечь.*

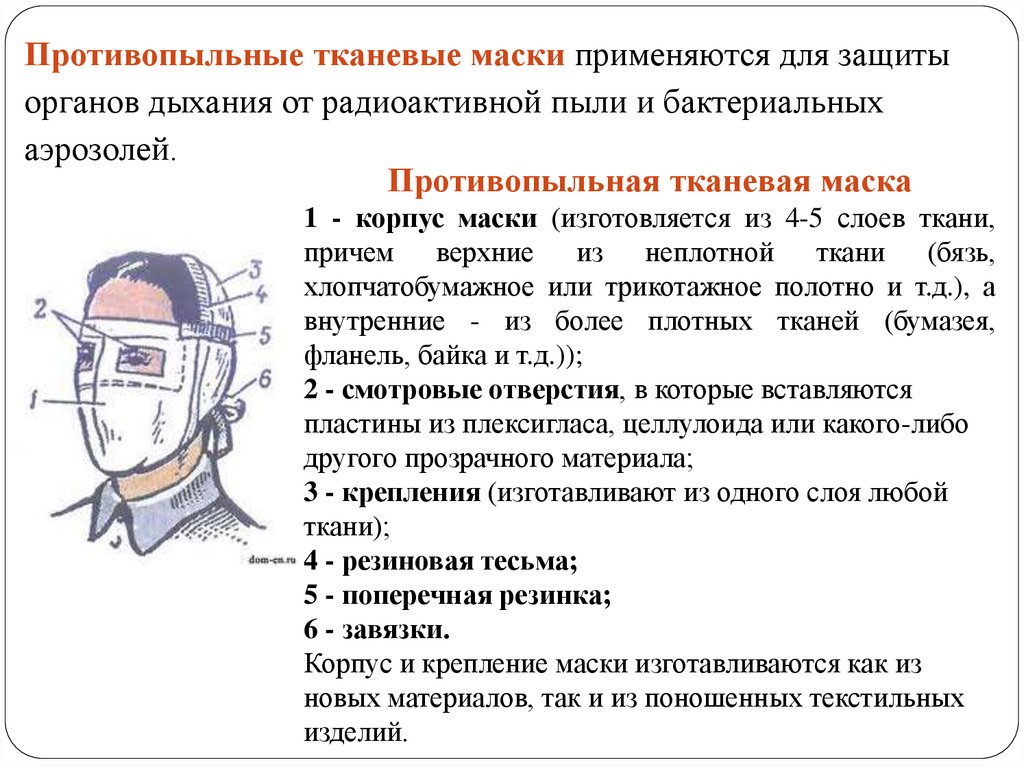
**Противопыльный респиратор** **Р-2** промышленного изготовления. Он представляет собой полумаску, которая очищает вдыхаемый воздух от радиоактивных осадков и в определенной степени — от бактериальных средств.



**К средствам защиты** кожи относится **общевойсковой защитный комплект** **(ОЗК) Он** предназначен для защиты личного состава от светового излучения и радиоактивныхвеществ, паров и аэрозолей отравляющих веществ и бактериальных аэрозолей. **ОЗК**состоит из защитного плаща, защитных чулок и защитных перчаток. Изготавливается из прорезиненной ткани.

От радиоактивной пыли и бактериальных средств на некоторое время защищает **обычная одежда:** пальто, накидка, платок, костюм, комбинезон, ватная куртка и брюки. Такая одежда может защитить на некоторое время и от отравляющих веществ, но для этого ее нужно пропитать специальным раствором - мыльно-масляной эмульсией. Подготовленная таким образом одежда защитит при выходе из района химического заражения. Нельзя, чтобы под одежду попадал зараженный воздух. Для этого рубашку или куртку заправить в брюки, завязать тесемками рукава у кистей рук, а брюки - у щиколоток, поднять воротник и тщательно обвязать шею шарфом, надеть противогаз, резиновые, кожаные перчатки. На ноги лучше всего надеть резиновую обувь или обычную, но с галошами. Для защиты головы и шеи нужно изготовить тканевые капюшоны

**Противопыльная тканевая маска**. Пользоваться маской можно неоднократно, но только после выхода из района, зараженного радиоактивными веществами, ее нужно вытрясти и прополоскать в горячей воде.



**Практическое занятие № 20** **ТЕМА** . **Виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных аппаратов**

***Задание. Написать сообщение на тему «Виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных аппаратов (*** *предпочтительно в печатном варианте.)*

**Апрель**

**Практическое занятие №21 Условия труда, профессиональные риски, опасные и вредные факторы в спорте.**

***Цели практического занятия*:**

* *научиться оценивать профессиональные риски и вредные факторы в разных видах спорта*
* ***Учебное обеспечение****: тетрадь для практических работ, раздаточный материал, интрнет-ресурсы.*

***«*О спорт, ты – мир!»**

У всего на свете есть обратная сторона медали. Профессиональный спорт подразумевает работу на износ. Рекорды, медали и победы на арене всегда стоит рассматривать вкупе с больными коленями, изношенными суставами и хроническими профессиональными травмами.

**Профессиональные болезни спортсменов**

 Быт спортсмена – это частые изнуряющие тренировки, физические нагрузки, ранний износ организма, и, как следствие, появление профессиональных болезней. К примеру, у стрелков и биатлонистов часто имеются проблемы со слухом. Пловцы рано или поздно приобретают заболевания дыхательной системы и носовых пазух. Спортсмены, которые занимаются фигурным катанием, гимнастикой и тяжелой атлетикой, впоследствии могут страдать патологиями позвоночника и суставов. Большая часть заболеваний проявляется уже после завершения спортивной карьеры. Те, кто долгое время занимался кардионагрузками, после 40 лет часто имеют [проблемы с сердцем](https://m.ilive.com.ua/health/sportivnoe-serdce_78838i15949.html). Но большее количество патологий наблюдается у профессиональных боксеров: из ряда специфических заболеваний для них характерны отслойка сетчатки, энцефалопатия, паркинсонизм, эпилепсия и пр. Стимулирующих препараты улучшают показатели спортсменов, но с возрастом их прием отражается на состоянии большинства внутренних органов и костно-мышечной системы.

***ХОД ЗАНЯТИЯ***

***ЗАДАНИЕ1.***

*Проанализируйте свои действия на тренировках, выступления на турнирах, играх, соревнованиях и опишите какие опасности и риски вам угрожают при занятиях вашим видом спорта.*

***ЗАДАНИЕ 2***

*Ознакомьтесь с перечнем* ***профессиональны****х заболеваний спортсменов. Выпишите те заболевания, которые связаны с вашим видом спорта. Можно дополнить список заболеваний.*

***Профессиональные болезни спортсменов:***

* *острый отит ;*
* *инфекционные болезни уха и носовых пазух*
* *повреждение барабанной перепонки .*
* *переломы, растяжения связок, разрывы мышц*
* *вывихи,*
* *сотрясения мозга*.
* *бурситы, артриты;*
* *воспаления связок и сухожилий (****лигаментит, тендинит****);*
* *воспаление надкостницы (****периостит****);*
* *травматические миозиты (асептическое воспаление мышц);*
* *васкулиты и флебиты (воспалительные процессы в сосудах);*
* *болезнь Паркинсона и Альцгеймера.*
* *тендинит голеностопного сустава («синдром бегуна»)*
* *воспалительный процесс в надкостнице большеберцовой кости;*
* *фасцит толстого сухожилия подошвенной части стопы*
* *повреждение мышечных волокон бедер, икр, а также сухожилий;*
* *перегрузка позвоночника;*
* *переломы и трещины в костях голеностопа.*
* *растяжения и разрывы связок;*
* *вывихи и подвывихи;*
* *артриты плечевого сустава;*
* *повреждения окололопаточных мышц и связок;*
* *грыжи межпозвоночных дисков*
* *ретроградная амнезия*
* *черепно-мозговые травмы, переломы костей носа, ушибы и рассечения*
* *повреждение внутренних органов, в том числе разрывы печени и селезенки;*
* *грибковые инфекции*

***ЗАДАНИЕ 3***

*Используя личный опыт, наблюдения, интернет-ресурсы опишите 2-3 заболевания, которые возникают у спортсменов занимающимся вашим видом спорта*

**Примерный план**

*1.Название заболевания 2.Причины обусловившие возникновение болезни 3. Симптомы болезни и , состояние спортсмена 4. Профилактика заболеваний*

**Практическое задание №22**

***Создание презентации на тему» Опасности в разных видах спорта»*** (можно только о своем виде спорта, **10-12 слайдов**)

**Май**

**1.Познакомиться с презентацией «Заочная экскурсия в воинскую часть»**

**2.Выполнить ПР№23, 24.**

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 23 ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАХ**

***Цель:*** *отработка алгоритма оказания первой помощи при травмах.*

***Материальное обеспечение****: тетрадь для практических занятий, методички, раздаточный материал, учебные таблицы*

***ХОД ЗАНЯТИЯ***

***ЗАДАНИЕ 1.***

*Изучить теоретический материал по теме «Травмы и оказание первой помощи».*

***ЗАДАНИЕ 2.***

*1.Составить алгоритм оказания первой помощи при сильном ушибе (или вывихе)*

*2.Составить алгоритм оказания первой помощи при переломе конечности.*

*3.Что такое растяжение связок? Каковы симптомы? В чем состоит первая помощь*

*при вывихе*

*4.В чем особенности травм при ДТП, каков алгоритм действий по оказанию ПП при*

*ДТП?*

***ЗАДАНИЕ №3***

***ДАЙТЕ ОТВЕТЫ НА КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ:***

*1.Что такое первая помощь?*

*2.Какие причины чаще всего вызывают травмы у спортсменов?*

*3.Как свести к минимуму вред от получения травм?*

***4.Выберите правильные действия при переломах, растяжениях и вывихах****.*

*1.К месту ушиба незамедлительно нужно приложить теплый компресс. 2.Если во время ушиба был повреждён кожный покров, место повреждения следует обеззаразить йодом или спиртом и обвязать бинтом 3.При переломе конечности ее необходимо зафиксировать шиной. 4.Если вывихнута челюсть, то необходимо одеть больному повязку, которая будет придерживать челюсть*

*5.Если перелом открытый и видны отломанные участки кости, то следует попытаться «вдвинуть» их внутрь мягких тканей. 6.Нельзя транспортировать до приезда скорой помощи пострадавшего с множественными травмами, в том числе множественными переломами, а также с переломами позвоночника и таза.*

***ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ПО ТЕМЕ «ТРАВМЫ и ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ»***

**Растяжение связок** – это частичное повреждение связки, микроразрывы отдельных волокон данной анатомической структуры. **Растяжение связок** – одно из самых распространенных травматических повреждений. Наряду с ушибами занимает одно из первых мест в списке основных причин обращения в травмпункты. Может возникать у пациентов любого возраста и пола, особенно часто наблюдается у спортсменов и людей, ведущих активный образ жизни. Чаще всего выявляются растяжения связок голеностопного сустава, коленного сустава, плечевого сустава и лучезапястного сустава. Обычно активное лечение продолжается в течение 3-5 недель, а для полного восстановления требуется 8-9 недель В момент травмы **возникает резкая боль**. При разрыве значительной части волокон иногда слышен **характерный хлопок**. Затем появляется нарастающий отек, при тяжелых травмах образуются [**гематомы**](https://www.krasotaimedicina.ru/diseases/traumatology/hematoma)**и подкожные кровоизлияния**. Беспокоит боль, которая резко усиливается при попытке повернуть конечность в ту сторону, в которую она была повернута в момент повреждения. Степень нарушения опоры и движений зависит от тяжести травмы – от незначительного ограничения при легком растяжении до невозможности при тяжелых надрывах и полных разрывах. Что делать? Как можно скорее туго забинтуйте травмированную руку или ногу. Для этой цели отлично подойдет эластичный бинт. Но не переусердствуйте – при этом нельзя нарушить кровообращение. При тугой перевязке оставляйте кончики пальцев не забинтованными: по их цвету можно определить, не слишком ли туго. Если пальцы станут бледными, онемеют, в них появиться покалывание – снимите бинт, подождите, пока эти симптомы пройдут, и снова забинтуйте, но уже не так туго. На ночь повязку снимайте. Обеспечьте травмированному органу покой. Обратитесь в медицинское учреждение. Там, возможно, назначат рентген, чтобы исключить закрытый перелом, симптомы которого похожи на симптомы растяжения.

**Вывих –** это полное смещение суставных концов костей относительно друг друга. Чаще всего происходят вывихи в локтевом, плечевом и тазобедренном суставе, вывих челюсти и большого пальца. При вывихе сустав визуально приобретает неестественную форму и припухлость. Кровоизлияния становятся видны дня через три. Если вывихнута челюсть, то рот не закрывается. Сразу же после травмы становится невозможно двигать поврежденным суставом, боль сильна даже в состоянии покоя. Первая помощь при вывихах: зафиксируйте поврежденную конечность шиной. Если пострадала нога, то можно прибинтовать ее к здоровой ноге, а если рука – к туловищу. Если вывихнута челюсть, то оденьте больному повязку, которая будет придерживать челюсть. Так как рот в этом случае не закрывается – прикройте его, чтобы в гортань не попал посторонний предмет. Приложите холод к больному суставу (как приушибе или растяжении).Как можно быстрее обратитесь в больницу, иначе из-за отеков возникнут осложнения.

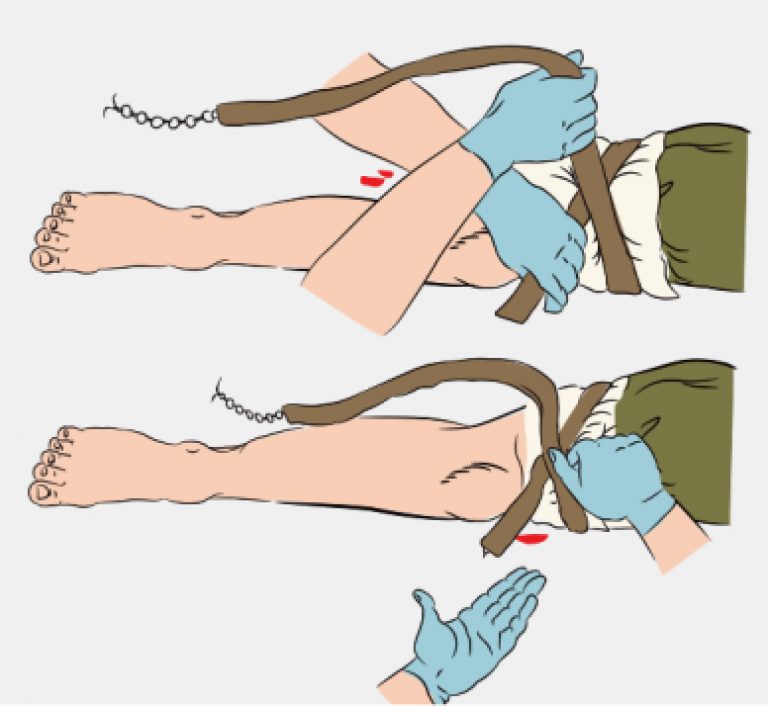
**Перелом.** Первая помощь при переломе заключается в иммобилизации, т.е. придании неподвижности травмированной части тела, и скорейшей доставке пострадавшего в медицинское учреждение. Не нужно пытаться придать травмированной кости правильную форму. Это может привести к болевому шоку. Если перелом открытый и видны отломанные участки кости, не следует пытаться «вдвинуть» их внутрь мягких тканей. При оскольчатых переломах не нужно пытаться ни удалять, ни вправлять осколки. Производить иммобилизацию нужно в таком положении, в котором находится пострадавший участок на момент оказания первой помощи. Нельзя транспортировать пострадавшего с множественными травмами, в том числе множественными переломами, а также с переломами позвоночника и таза. Первая помощь при переломах такого типа оказывается на месте, а доставкой в больницу занимается скорая помощь. При интенсивном болевом синдроме можно дать пострадавшему обезболивающее. парацетамол, анальгин или любое другое обезболивающее безрецептурного отпуска.

***ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ПО ТЕМЕ «ТРАВМЫ ПРИ АВАРИЯХ В ДТП»***

Самыми распространенными и многочисленными травмами, полученными в ДТП, являются: ушибы, раны шеи, груди, головы, ребер, брюшной полости. (Нередко сопровождаются сильными кровотечениями, а при значительной кровопотере резко падает артериальное давление. Если экстренно не оказать первую помощь, человек может погибнуть от потери крови.) Наиболее характерные травмы после ДТП: травмы позвоночника, переломы и иные повреждения костей, повреждение органов грудной клетки. Если травма случилась, необходимо уметь оказать первую помощь пострадавшим. Тяжесть травмы при ДТП можно многократно снизить, если вовремя оказать необходимую медицинскую помощь. Если с этим промедлить, то это может привести к самым печальным последствиям, даже смерти пострадавшего. Поэтому сразу же вызывайте на место происшествия сотрудников "Скорой помощи". Сделать этот может любой свидетель ДТП или непосредственный участник аварии. Исключение касается только водителей. Согласно правилам дорожного движения, они должны сначала оказать первую помощь пострадавшим, а только потом вызывать медиков на место происшествия. При авариях необходимо: при наличии обильного кровотечения принять меры для его остановки; определить наличие дыхания у травмированного, в случае отсутствия приступить к искусственной вентиляции лёгких или до приезда медиков, или до восстановления дыхательной функции; одновременно с дыханием проверяется наличие пульса. При отсутствии сердцебиения производится непрямой массаж сердечной мышцы до приезда квалифицированной медпомощи; если при осмотре обнаружены признаки переломов – наложить шину (зафиксировать конечность) с помощью подручных материалов; выполнить обработку ран, крайне желательно – с их дезинфекцией; минимизировать усиление болевых ощущений пострадавшего при оказании неотложной помощи.

Чтобы свести к минимуму возможный вред от получения травм, рекомендуется выполнить несколько обязательных действий: По возможности исключить травмирующее воздействие на пострадавшего, то есть вытащить его из автомобиля, оттащить в сторону от горящего транспортного средства, извлечь его из-под обломков. Однако делать это нужно, если человек в сознании, если он способен двигаться. Ели у вас есть подозрения на то, что у пострадавшего поврежден позвоночник, лучше оставить его до прибытия «Скорой» в машине и постараться обеспечить неподвижность.(если нет угрозы взрыва) До приезда медиков всеми средствами поддерживать жизненно важные функции организма человека - дыхание, сердцебиение. Желательно, чтобы пострадавший оставался в сознании. Как правило, раненые всегда испытывают сильные боли. При любой травме (за исключением зияющих ранений в области грудной клетки и желудка) человеку нужно дать выпить 2 таблетки болеутоляющего средства, которое должно быть в аптечке водителей, находящихся рядом с местом ДТП. Заранее встретить машину скорой помощи, чтобы врачи не тратили время на поиск места аварии. Если врачи задерживаются, то при возможности самостоятельно доставить раненого в медицинское учреждение.

Если вы вызываете "Скорую", то сообщите им место и обстоятельства аварии, точное число потерпевших и примерный характер их травм. От этого может зависеть количество бригад, которые отправит диспетчер. Также будет понятно, нужен ли реанимобиль. Важно также отметить, есть ли среди пострадавших дети, сколько человек находится в сознании, четко и максимально полно отвечать на дополнительные вопросы, которые может задавать диспетчер, например, о видах травм при ДТП. Бригада скорой помощи на такие вызовы приезжает в первую очередь. Как правило, на место происшествия отправляется ближайший экипаж. Пока медики не прибыли на место, вы можете самостоятельно оказать самую элементарную помощь, которая в результате может спасти жизнь человека

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №24 ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ КРОВОТЕЧЕНИИ, ПОТЕРЕ СОЗНАНИЯ.**

***Цели:***

* *Познакомиться с методами и правилами временной остановки кровотечений, техникой наложения жгута и помощи при потере сознания;*

***Учебное обеспечение****: учебник , тетрадь для практических работ, раздаточный материал, жгут, бинт, жгут-закрутка , подручные материалы, учебные таблицы.*

***ХОД ЗАНЯТИЯ***

***ЗАДАНИЕ 1.***

***Изучить теоретический материал по учебнику Н.В. Косолаповой параграф 5.4 стр.273-277 и материал параграф 5.10 на стр.297 – 29)***

***ЗАДАНИЕ 2.***

***Ответить на вопросы (ПП при кровотечении):***

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

*1).Почему главной составляющей ПП является временная остановка кровотечения? 2)Что такое кровотечение? 3)Какие вам известны виды кровотечений? 4)Что такое капиллярное кровотечение, как его остановить? 5)Как отличить артериальное кровотечение от венозного? 5)Какие существуют способы остановки артериального кровотечения? 6). Как остановить венозное кровотечение? 7) Назовите признаки внутреннего кровотечения? 8) Назовите правила наложения жгута при артериальном кровотечении?(не менее 8-10)*

***Ответить на вопросы ( ПП при потере сознания) :***

*1.В каких случаях может произойти обморок? 2.По каким признакам можно определить обморок? 3.Как оценить потерю сознания? 4.Как оказать помощь пострадавшему при потере сознания?5. Если при потере сознания нет ни дыхания ни пульса, что нужно делать?*

***ЗАДАНИЕ 3.***

***Решить тесты:.***

***1.Максимальное наложение жгута летом не более:*** *А )120 мин. б) 30 мин. В) 60 мин.* ***2.Если кровь изливается на поверхность тела, то такое кровотечение называется*** *: А) наружным Б)открытым В)внутренним 3.Артериальное кровотечение возникает при: А) повреждении артерии Б) поверхностном повреждении В) повреждении любого из сосудов 4.При открытом переломе конечности с сильным кровотечением раны необходимо в первую очередь:   
А – Обработать край раны йодом;  
Б – Провести иммобилизацию конечности;  
В – Промыть рану перекисью водорода;  
Г – Остановить кровотечение.  
5.Максимальное наложение жгута зимой не более: А )1 часа б)2 часов. В) 1, 5 часов 6.****Дополните фразу:***

* Способом остановки артериального кровотече­ния является способ максимального ***………………..***
* Признаками кровотечения из *внутренних органов* являются……………
* Под жгут (закрутку) обязательно подкладывают запи­ску, в которой указывается………………………т.к…………………………………..

**Практическое занятие №25 Заочная экскурсия в воинскую часть.**

**Познакомиться с презентацией ….и все!!!!!**

**ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ СДАТЬ**

**ДО 15-20 мая**

**Вопросы к дифференцированному зачету**

* 1. Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества и государства.
  2. Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения. Первая помощь
  3. Техногенные аварии. Их классификация. Способы защиты от аварий на транспорте.
  4. Основные правила пожарной безопасности в быту. ПП при ожогах.
  5. Толпа и ее законы. Общие правила безопасного поведения в толпе.
  6. Вынужденная природная автономия. Действия в условиях природной автономии
  7. Правила безопасного поведения пешеходов, пассажиров, велосипедистов на дороге.
  8. Природные ЧС, их классификация. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера
  9. Инфекционные заболевания. Пути передачи. Этапы течения болезни. Профилактика и защита от инфекционных заболеваний.
  10. Неинфекционные заболевания, их факторы риска , профилактика.
  11. Конфликты. Их виды. Способы разрешения конфликтных ситуаций.
  12. Антиобщественные молодежные группировки. Профилактика вовлечения молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность.
  13. Понятия «цифровая среда». Правила безопасного поведения в цифровой среде.
  14. Теракт. Виды терактов. Правила поведения и порядок действий при угрозе или совершении террористического акта
  15. Роль ВС РФ в обеспечении национальной безопасности.
  16. Прохождение службы по призыву, и по контракту.
  17. СИЗ при заражении РВ, ХОВ и биологическими веществами
  18. Виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных аппаратов
  19. Условия труда, профессиональные риски, опасные и вредные производственные факторы в спорте.
  20. ПП при кровотечении, потере сознания

**ПП** при травмах. Правила обработки раны, переломах конечности.