ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 01A879D600D9AF499849437C15CA3967FA
Владелец: Новикова Варвара Валентиновна
Действителен: с 03.04.2023 до 03.07.2024

Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ ВОСТОЧНО-ЕВРОПЕЙСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
Пушкинская ул., д. 268, 426008, г. Ижевск. Тел.: (3412) 77-68-24. E-mail: mveu@mveu.ru, www. mveu.ru
ИНН 1831200089. ОГРН 1201800020641

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

по выполнению практических работ

при изучении учебной дисциплины

ОУД.06 «Основы безопасности жизнедеятельности»

основной профессиональной образовательной программы

по специальности СПО

40.02.02 – Правоохранительная деятельность.

Ижевск 2022

Практическая работа – небольшой научный отчет, обобщающий проведенную учащимся работу, которую представляют для защиты преподавателю.

В процессе практического занятия учащиеся выполняют одну или несколько практических работ (заданий) под руководством преподавателя в соответствии с изучаемым содержанием учебного материала.

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование практических умений - профессиональных (умений выполнять определенные действия, операции, необходимые в последующем в профессиональной деятельности) или учебных (умений решать задачи по математике, физике, химии, информатике и др.), необходимых в последующей учебной деятельности по общепрофессиональным и специальным дисциплинам; практические занятия занимают преимущественное место при изучении общепрофессиональных и специальных дисциплин. Состав и содержание практических занятий направлены на реализацию Государственных требований.

На практических занятиях учащиеся овладевают первоначальными профессиональными умениями и навыками, которые в дальнейшем закрепляются и совершенствуются в процессе курсового проектирования и производственной (преддипломной) практики.

Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

К практическим работам предъявляется ряд требований, основным из которых является полное, исчерпывающее описание всей проделанной работы, позволяющее судить о полученных результатах, степени выполнения заданий и профессиональной подготовке учащихся.

Правила выполнения практических работ.

Студент должен выполнить все практические работы в полном объеме.

Задания практической работы выполняются в специальной тетради, предназначенной для выполнения практических работ. После выполнения работы тетрадь сдается на проверку преподавателю. Если студент не выполнил практическую работу или часть работы, то он может выполнить работу или оставшуюся часть работы во внеурочное время, согласованное с преподавателем. Оценку по практической работе студент получает с учетом выполненной работы в указанный срок, если:

• задания выполнены правильно и в полном объеме;

• студент может пояснить выполнение любого этапа работы;

• работа выполнена в соответствии с требованиями к выполнению работы.

Зачет по практическим работам студент получает при условии выполнения всех предусмотренных программой работ при удовлетворительных оценках.

Практическое занятие №1. Рациональное питание и его значение для здоровья 2ч
Оборудование и материалы: Таблица калорийности продуктов,учебник :Смирнов, Хренников: Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Учебник. Базовый уровень .-М: Просвещение, 2017 .-320с ,тетрадь,ручка, калькулятор

Задание: Составить суточный рацион питания на 3500 ккал. Вспомнить свой обычный суточный рацион питания и записать. Результаты сравнить по качеству и количеству.

Практическое занятие №3,4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. 4ч

Оборудование и материалы: учебник :Смирнов, Хренников: Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учебник. Базовый уровень .-М: Просвещение, 2017 .-320с ,тетрадь,ручка,стенды; Обеспечение постоянной готовности гражданских организаций гражданской обороны;
Обучение населения способам защиты от опасностей, возникающих при ведении боевых действий; фильмы 1)Гражданская оборона в сельской местности 2)Гражданская оборона при ЧС природного характера 3)Гражданская оборона современной России

Задание: 1) вычертить в рабочей тетради организационную структуру гражданской обороны на промышленном объекте.

3)Экскурсия в бомбоубежище НИТИ «Прогресс» (по возможности)

2)Отработка правил поведения в защитных сооружениях

4) просмотр фильмов эс последующим написанием ссе

Практическое занятие № 2. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. 2 ч. Практическое занятие № 3 Первичные средства пожаротушения, назначение устройство и правила использования.4ч

Оборудование и материалы: учебник :Смирнов, Хренников: Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учебник. Базовый уровень .-М: Просвещение, 2017 .-320с ,тетрадь,ручка,стенды; Борьба с пожарами
Действия населения по сигналам оповещения гражданской обороны

; плакаты1. Правила пользования первичными средствами пожаротушения; 2. Правила поведения при загорании телевизора;Пожарно - спасательный костюм "Шанс-2", Противогаз ГП-7, огнетушители ", Респиратор
Задание:

1. выписать в рабочую тетрадь основные мероприятия по защите населения от средств поражения.
2. Отработка действий по предупредительным сигналам и сигналам оповещения.
3. Отработка порядка получения и пользования средствами индивидуальной защиты
4. Экскурсия в пожарную часть №1 (по возможности) с последующим написанием эссе

решение задач:

Задача 1.

Вы смотрите телевизор, вдруг пропало изображение, слышно сильное гудение, ощущается запах гари. Ваши действия.

- не паниковать (не бегать, не кричать);

- обесточить телевизор, выдернув сетевую вилку из розетки;

- накрыть телевизор пледом или другой плотной тканью (лучше мокрой), обжать со всех сторон, ограничив тем самым допуск воздуха;

- о случившемся обязательно сообщить взрослым.

Задача 2.

Загорелся телевизор. Ваши действия.

- не паниковать (не бегать, не кричать);

- обесточить телевизор, выдернув сетевую вилку из розетки;

- накрыть телевизор пледом или другой плотной тканью (лучше мокрой), обжать со всех сторон, ограничив тем самым допуск воздуха;

- если горение все-таки усиливается, залить телевизор водой через верхние вентиляционные отверстия задней стенки (стоять сбоку);

- если взорвался кинескоп, то опасен ядовитый дым, поэтому покинуть помещение и предупредить других, особенно детей;

- о случившемся обязательно сообщить взрослым.

Задача 3.

В вашей квартире начался пожар. Ваши действия.

- если у вас нет огнетушителя, подручными средствами тушения могут быть: плотная ткань (лучше мокрая) и вода;

- загоревшиеся шторы нужно сорвать и затоптать или бросить в ванну, заливая водой;

- так же нужно тушить одеяло, подушки;

- нельзя открывать окна, так как огонь с приходом кислорода вспыхнет сильнее, из-за этого же надо очень осторожно открывать комнаты, где происходит пожар, - пламя может полыхнуть навстречу;

- чтобы избежать удара током, необходимо отключить электричество, когда приходится тушить электропроводку или заливать водой;

- погасив пожар в квартире, необходимо убедиться, что ничто не тлеет;

если потушить пожар подручными средствами не представляется возможным, то необходимо в срочном порядке покинуть помещение. Покидать помещение можно, только зная, что в помещении никого не осталось;

- по задымленным коридорам пробираться на четвереньках или ползком - внизу меньше дыма;

- необходимо закрывать по пути двери;

- вызвать пожарных по телефону 01 от соседей.

Задача 4.

Вы зашли, в подъезд дома. В подъезде ощущается сильный запал дыма. Ваши действия.

- попробовать определить источник запаха;

- позвонить в ближайшую квартиру и предупредить жильцов о возможной опасности;

- при обнаружении очага возгорания попытаться потушить пламя подручными средствами;

- в случае возгорания электропроводки обесточить электрический щиток;

- если потушить пожар подручными средствами не представляется

возможным, то необходимо вызвать пожарную службу по телефо-ну 01.

Практическое занятие № 4. Автомат Калашникова. Назначение, боевые свойства, общее устройство, неполная разборка и сборка автомата 6ч

Оборудование и материалы: учебник :Смирнов, Хренников: Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учебник. Базовый уровень .-М: Просвещение, 2017 .-307с , п.63-64 тетрадь,ручка, АКМС- 74,пенал

Задание:
1.законспектировать в тетради общее устройство, порядок неполной разборки и сборки автомата
2.осуществить неполную разборку и сборку автомата на правильность
3.осуществить неполную разборку и сборку автомата на время
4.стрельба в тире (по возможности)

Практическое занятие № 5. Первая помощь при кровотечениях 6ч
Оборудование и материалы:
учебник :Смирнов, Хренников: Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Учебник. Базовый уровень .-М: Просвещение, 2017 .-
320с ,тетрадь,ручка, перевязочные материалы,Сумка медицинская Учебные фильмы:1)Инородное тело2)Десмуригия-наложение повязок
Задание:
1. конспект учебника
2.устный опрос :

- Ранения, их виды.
- Первая медицинская помощь при ранениях.
- Профилактика осложнения ран.
- Правила наложения повязок на голову, верхние и нижние конечности.
- Кровотечения, их виды.
- Первая медицинская помощь при кровотечениях.
- Способы временной остановки кровотечений. Точки пальцевого прижатия артерий. Правила наложения кровоостанавливающего жгута.
- Переохлаждение и обморожение, первая медицинская помощь при обморожении.

3.Отработка правил наложения повязок на голову, верхние и нижние конечности

4.Экскурсия в анатомический театр при ИГМА (по возможности) с последующим написанием эссе

Практическое занятие № 6. Первая медицинская помощь при остановке сердца и отсутствии дыхания 4ч
Оборудование и материалы:
учебник :Смирнов, Хренников: Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Учебник. Базовый уровень .-М: Просвещение, 2017 .-
320с ,тетрадь,ручка, тренажер – манекен для практических занятий «Максим-III»,Сумка медицинская , Учебные фильмы: Сердечно-легочная реанимация;Спасатель МЧС
Задание:
1. конспект учебника
2.устный опрос :

- Первая медицинская помощь при остановке сердца.
- Понятия клинической смерти и реанимация.
- Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.
- Признаки инфаркта и инсульта
- Первая медицинская помощь при инфаркте и инсульте

3. Отрабока навыков на тренажере – манекене для практических занятий «Максим-III».

По всем вопросам, связанным с изучением дисциплины, консультироваться с преподавателем.

Контроль и оценка результатов

Оценка за выполнение практической работы выставляется по пятибалльной системе и учитывается как показатель текущей успеваемости студента.

Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
Критерии оценки результата

балл (оценка)
вербальный аналог

5
отлично
Представленные работы высокого качества, уровень выполнения отвечает всем

требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, выполнены все предусмотренные практической работой задания.

4

хорошо

Уровень выполнения работы отвечает всем требованиям, теоретическое содержание курса освоено полностью без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные практической работой задания выполнены, некоторые из выполненных заданий, возможно, содержат ошибки.

3

удовлетворительно

Уровень выполнения работы отвечает большинству основных требований, теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных практической работой заданий выполнено, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.

не удовлетворительно

Теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы не сформированы, большинство предусмотренных практической работой заданий не выполнено.

3.отработка навыков на тренажере – манекене. для практических занятий «Максим-III».зор, вдруг пропало изображение, слышно сильное гудение, ощущается запах гари. Ваши действия.

- не паниковать (не бегать, не кричать);

- обесточить телевизор, выдернув сетевую вилку из розетки;

- накрыть телевизор пледом или другой плотной тканью (лучше мокрой), обжать со всех сторон, ограничив тем самым допуск воздуха;

- о случившемся обязательно сообщить взрослым.

Задача 2.

Загорелся телевизор. Ваши действия.

- не паниковать (не бегать, не кричать);

- обесточить телевизор, выдернув сетевую вилку из розетки;

- накрыть телевизор пледом или другой плотной тканью (лучше мокрой), обжать со всех сторон, ограничив тем самым допуск воздуха;

- если горение все-таки усиливается, залить телевизор водой через верхние вентиляционные отверстия задней стенки (стоять сбоку);

- если взорвался кинескоп, то опасен ядовитый дым, поэтому покинуть помещение и предупредить других, особенно детей;

- о случившемся обязательно сообщить взрослым.

Задача 3.

В вашей квартире начался пожар. Ваши действия.

- если у вас нет огнетушителя, подручными средствами тушения могут быть: плотная ткань (лучше мокрая) и вода;

- загоревшиеся шторы нужно сорвать и затоптать или бросить в ванну, заливая водой;

- так же нужно тушить одеяло, подушки;

- нельзя открывать окна, так как огонь с приходом кислорода вспыхнет сильнее, из-за этого же надо очень осторожно открывать комнаты, где происходит пожар, - пламя может полыхнуть навстречу;

- чтобы избежать удара током, необходимо отключить электричество, когда приходится тушить электропроводку или заливать водой;

- погасив пожар в квартире, необходимо убедиться, что ничто не тлеет;

если потушить пожар подручными средствами не представляется возможным, то необходимо в срочном порядке покинуть помещение. Покидать помещение можно, только зная, что в помещении никого не осталось;

- по задымленным коридорам пробираться на четвереньках или ползком - внизу меньше дыма;

- необходимо закрывать по пути двери;

- вызвать пожарных по телефону 01 от соседей.

Задача 4.

Вы зашли, в подъезд дома. В подъезде ощущается сильный запал дыма. Ваши действия.

- попробовать определить источник запаха;

- позвонить в ближайшую квартиру и предупредить жильцов о возможной опасности;

- при обнаружении очага возгорания попытаться потушить пламя подручными средствами;

- в случае возгорания электропроводки обесточить электрический щиток;

- если потушить пожар подручными средствами не представляется

возможным, то необходимо вызвать пожарную службу по телефо-ну01.

- Отработка порядка получения и пользования средствами индивидуальной защитыадание: ые мероприятия по защите населения от средств поражения.
- Отработка действий по предупредительным сигналам и сигналам оповещения.
-

Отработка порядка получения и пользования средствами индивидуальной защиты
человека.