

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЭЛЕКТРОМАШИНОСТРОИТЕЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»

Методические указания
к практическим занятиям
по дисциплине
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Санкт-Петербург

Содержание

1. Пояснительная записка	4
2. Практические работы	Ошибка! Закладка не определена.
3. Тема «Правовые и нормативные основы БЖ»	6
4. Практическое занятие № 1. Разработка инструкции по охране труда.....	6
Тема «Опасности технических систем и защита от них»	6
5. Практическое занятие № 2. Первая помощь при поражении эл. током.....	6
6. Практическая работа № 1. Расчет сечения и подбор марки провода.....	7
Тема «Пожарная безопасность»	7
7. Практическое занятие № 3 Порядок действий при пожаре	8
8. Практическое занятие № 4 Разработка инструкции по мерам ПБ	8
Тема «Основы военной службы и обороны государства»	8
9. Практическая работа № 2 Оказание ПП при различных состояниях	8
10. Практическое занятие № 5 Правила транспортировки пострадавших.....	9
.....	10
11. Практическое занятие № 6 Порядок действий при ЧС.....	10
12. Практическое занятие № 7. Проведение аварийно-спасательных работ.....	11
13. Практическое занятие № 8 Санитарная обработка населения при ЧС.....	11
14. Практическое занятие № 9 Порядок надевания противогаза	12
15. Практическое занятие № 10. Порядок действий при теракте.....	12
16. Практическое занятие № 11 Разработка опорного конспекта по теме: ГО	13
17. Практическое занятие № 12 Разработка опорного конспекта по теме: ЗСГО	13
18. . Практическое занятие № 13 Военно-учетные специальности	Ошибка! Закладка не определена.
.....	
19. Практическое занятие № 14. Обязанности военнослужащих.....	14
20. Практическое занятие № 15 Строевая подготовка.....	14
21. Практическое занятие № 16 Организация несения караульной службы	15
22. Практическое занятие № 17 Порядок подготовки к стрельбе	15
23. Практическое занятие № 18. Стрельба на тренажере	15
24. Практическая работа № 3. Разборка и сборка АК-74	18
25. Практическое занятие № 19 Разработка опорного конспекта по теме: Ритуалы ВС РФ.....	20
26. Практическое занятие № 20. Порядок действий при применении ОМП.....	21
27. Практическое занятие № 21 Действия солдата в обороне	21
1. Практическое занятие № 22 Действие солдата в наступлении	21
2. Практическое занятие № 23 Разработка опорного конспекта по теме: Состав ВС РФ	22
3. Практическое занятие № 24 Размещение и быт военнослужащих.....	22
28. Для девушек.....	Ошибка! Закладка не определена.
29. Тема «ЧС военного времени».....	Ошибка! Закладка не определена.
4. Практическая работа № 28. Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий.....	22
5. Практическая работа № 29. Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности	23
6. Практическая работа № 30. Первая помощь при ожогах	Ошибка! Закладка не определена.

7. Практическая работа № 3. Первая помощь при отморожении **Ошибка! Закладка не определена.**
8. Практическая работа № 32. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах **Ошибка! Закладка не определена.**
9. Практическая работа № 33. Первая помощь при отравлениях **Ошибка! Закладка не определена.**
10. Практическая работа № 34. Первая помощь при утоплении .. **Ошибка! Закладка не определена.**
11. Практическая работа № 35. Допсихологическая помощь23
12. Практическая работа № 36. Способы бесконфликтного общения24
13. Практическая работа № 36. Одиночная строевая подготовка **Ошибка! Закладка не определена.**
14. Практическая работа № 37. Строевая подготовка в составе подразделения **Ошибка! Закладка не определена.**
30. Литература25

Пояснительная записка

Методические рекомендации предназначены для обучающихся колледжа, изучающих учебную дисциплину «Безопасность жизнедеятельности».

Методические указания для выполнения практических работ созданы Вам в помощь для работы на занятиях, под руководством преподавателя, так и для самостоятельного выполнения практических работ.

Методические рекомендации по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» имеют практическую направленность и значимость. Формируемые в процессе практических занятий умения могут Вам в будущей профессиональной деятельности.

Приступая к выполнению практической работы, Вы должны внимательно прочитать цель и задачи занятия, ознакомиться с требованиями к уровню Вашей подготовки в соответствии с требованиями ФГОС СПО, краткими теоретическими и учебно-методическими материалами по теме практической работы, ответить на вопросы для закрепления теоретического материала.

Все задания к практической работе Вы должны выполнять в соответствии с инструкцией, анализировать полученные в ходе занятия результаты по приведенной методике.

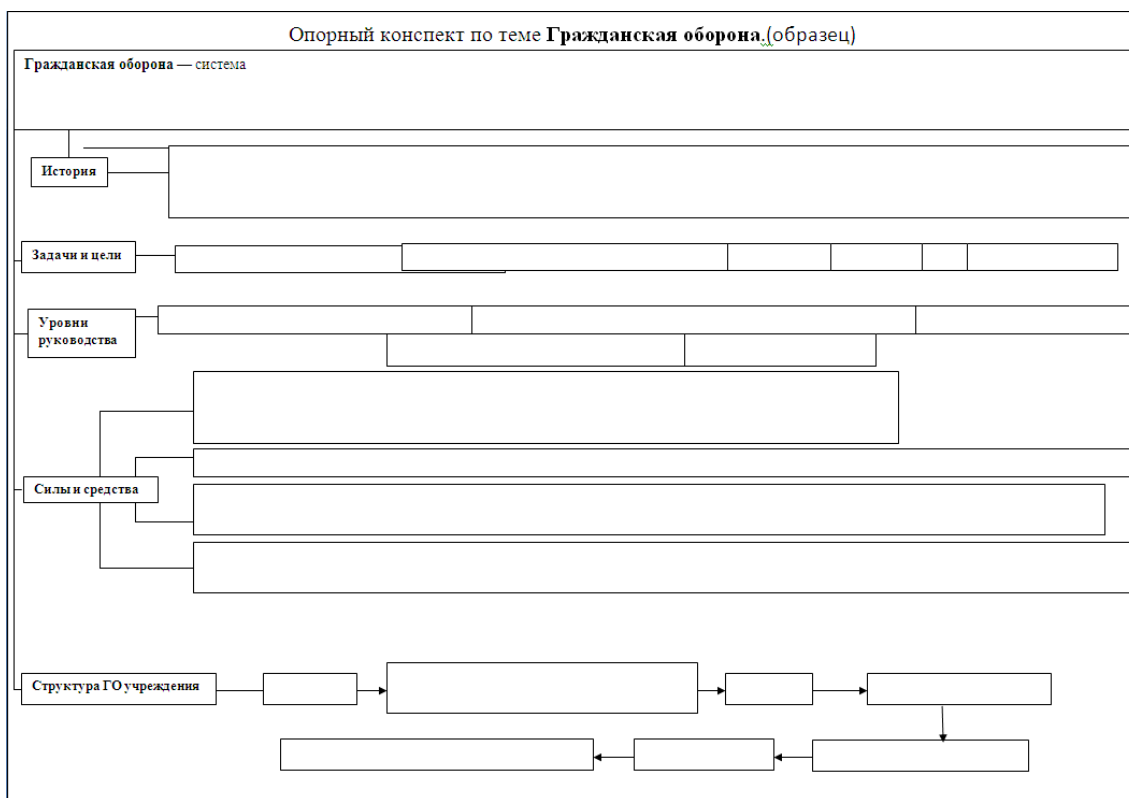
Отчет о практической работе Вы должны выполнить по приведенному алгоритму, опираясь на образец.

Наличие положительной оценки по практическим работам необходимо для получения зачета по дисциплине, поэтому в случае отсутствия на уроке по любой причине или получения неудовлетворительной оценки за практическую работу Вы должны найти время для ее выполнения или пересдачи.

Внимание! Если в процессе подготовки к практическим работам или при решении задач у Вас возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения разъяснений или указаний в дни консультаций или дополнительных занятий.

- **Алгоритм выполнения задания (инструктаж/алгоритм/ход работы):**
- Преподаватель объявляет тему и цель занятия. Обучающиеся изучают требования методических указаний, вопросы пунктов бланка задания, при необходимости задают уточняющие вопросы, выполняют практическую работу(занятие). Время для выполнения практической работы отводится не более протяженности урока. В конце урока обучающиеся по команде преподавателя сдают тетради для практических работ .
- **Отчет о выполнении задания (требования), критерии оценки:**
- В тетради обязательно к заполнению верхнее поле (практическая работа №. тема работы и вопросы);
- **«отлично»** Заполнены правильно все пункты задания. Соответствие логики, грамотности, изложения ответа в остальных пунктах с первоначальным источником на 70%. Самостоятельность при составлении.
- **«хорошо»** Заполнены все пункты задания или не заполнен один. Соответствие логики, грамотности, изложения ответа в остальных пунктах с первоначальным источником на 60%. Самостоятельность при составлении.
- **«удовлетворительно»** Заполнены все пункты задания или не заполнено два. Соответствие логики, грамотности, изложения ответа в остальных пунктах с первоначальным источником на 50%. Самостоятельность при составлении. Не разборчивый почерк.
- **«неудовлетворительно»** Если при выполнении требований на «удовлетворительно» не заполнен еще один пункт.

При выполнении заданий по темам «Разработка опорного конспекта» обучающийся составляет перечень и содержание вопросов которые должны быть отражены в схеме на уроке. Оформление задания в электронном виде или в письменном (по согласованию с преподавателем) Оценивается качество выполнения работы и логика построения схемы.



Тема «Правовые и нормативные основы БЖ »

Практическое занятие № 1. Разработка инструкции по охране труда

Цель работы. Научиться работе с информационными источниками.

Сформировать практические навыки по умению предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей. на производстве.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Оформление основных разделов инструкции
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

1. Назначение инструкции по охране труда
2. Основные разделы их краткое содержание
3. Кто разрабатывается и кем утверждается инструкция по ОТ.
4. Руководящие документы
5. Ознакомление с материалом

Тема «Опасности технических систем и защита от них»

Практическое занятие № 2. Первая помощь при поражении эл. током

Цель. Работа с информационными источниками. Привитие практических навыков по обеспечению безопасности на производстве и оказанию ПП пострадавшим .

Ход работы

1 Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Ответы на вопросы
- Составление алгоритма действий при поражении эл. Током

Контрольные вопросы

1. Воздействие эл, тока на организм
2. Виды электро травм.
3. Факторы влияющие на степень поражения.
4. Причины поражения эл.током.
5. Порядок действий

Практическая работа № 1. Расчет сечения и подбор марки провода

Цель. Работа с информационными источниками. Сформировать практические навыки по умению предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей. на производстве

Ход работы.

1.Теоретическая часть

- Получение задания (преподаватель 1)записывает формулу расчета 2) выдает исходные данные: мощность напряжения 3) справочную таблицу)
- Ознакомление с материалом

2.Практическая часть

$$1. \text{Расчет сечения провода } I = \frac{P}{\sqrt{3} \cdot U \cdot \cos \varphi},$$

Где P – суммарная мощность всего электрооборудования, Вт (1 кВт= 1000 Вт)

U – Напряжение сети, В (380В или 220В)

$\cos \varphi = 0,8$ для предприятий

Зная величину тока, находим сечение провода по справочнику электромеханика, предварительно выбрав материал токопроводящих жил. Согласно ПУЭ «Правила устройства электроустановок. Издание 7» (Раздел 7 «Электрооборудование специальных установок», Глава 7.1

«Электроустановки жилых, общественных, административных и бытовых зданий»

- С медной жилой
- С алюминиевой жилой

2. Подбор марки провода

3.Оформление работы

4.Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

1. Руководящие документы по электро безопасности
2. Причины и опасность переходных сопротивлений
3. Как провода и кабели маркируются

Тема «Пожарная безопасность»

Практическое занятие № 3 Порядок действий при пожаре

Цель. Работа с информационными источниками
Углубление навыков безопасных действий при пожарах.

Ход работы

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с заданием
- Подготовка ответов

2. Практическая часть

- Составление алгоритма действий при пожаре в быту и на производстве
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

1. Поражающие факторы
2. Способы тушения
3. Отличие действий при пожарах в быту и на производстве
4. Действия при возможности и невозможности эвакуации

Практическое занятие № 4 Разработка инструкции по мерам ПБ

Цель работы. Работа с информационными источниками. Привитие практических навыков по снижению уровней опасностей в профессиональной деятельности..

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Оформление основных разделов инструкции
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

1 Назначение инструкции по мерам пожарной безопасности.

2 Основные разделы их краткое содержание

3 Кто разрабатывается и кем утверждается инструкция по ПБ.

4 Руководящие документы

Тема «Первая помощь»

Практическая работа № 2 Оказание ПП при различных состояниях

Цель.

- -Изучить основные правила остановки кровотечения
- -Освоить основные навыки при остановки кровотечения
- -ознакомить с алгоритмом действий на месте происшествий
- ознакомить с алгоритмом действий на месте происшествий
- -изучить основные правила при переломах
- -освоить практические навыки оказания первой помощи при переломах
- Изучить базовую сердечно-легочную реанимацию, оказание до госпитальной сердечно-легочной реанимационной помощи лицам, находящимся в критическом состоянии.

Ход работы.

- Группа разделяется на 3 рабочих места:
- ПП при кровотечении
- ПП при переломах
- ПП при остановки дыхания

1. Теоретическая часть

- Ознакомится с алгоритмами действия для всех видов ПП,

2. Практическая часть

- Выполнение основных приемов в оказании ПП при различных состояниях

Контрольные вопросы

- **Алгоритм действий на месте происшествия**
- **Цель и правила иммобилизации**
- Подручные средства иммобилизации
- Первая помощь при переломах бедра и конечностей таза
- Первая помощь при открытом переломе
- **Порядок действий при оказании первой помощи**
- **Порядок временной остановки кровотечений**
- Порядок наложения давящей повязки
- **Порядок наложения кровоостанавливающего жгута**
- **Порядок наложения жгута-закрутки**
- Помощь при ранении живота и груди
- Первая помощь при кровотечении из носа
- Признаки потери сознания и сердцебиения
- **Правила проверки наличия сознания и сердцебиения**
- Порядок подготовки к оказанию первой помощи
- **Соотношение вдохов и нажатий**
- Безопасное положение тела

Практическое занятие № 5 ПП при различных состояниях

Цель работы. Работа с информационными источниками. Привитие практических навыков по снижению уровней опасностей в профессиональной деятельности..Углубление знаний по порядку и правилам по оказанию ПП.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

1 Виды кровотечений и основные способы остановки.

2 Десмургия и основные правила наложения повязок

3 Имобилизация и основные правила имобилизации

Практическое занятие № 6 Правила транспортировки пострадавших

Цель.

- Ознакомить с правилами транспортировки и способами пострадавших
- Освоить практические навыки транспортировки .

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Общие правила
- Способы излечения пострадавших
- Способы выноса пострадавших
- Положение пострадавших при транспортировке

2. Практическая часть

- Ответы на вопросы
- Действия по вводным

Контрольные вопросы

- Сан. Носилки и правила использования
- Как перекладывать пострадавшего
- Общие правила переноски
- Как переносить пострадавшего одному, двум
- подручные средства

Тема «Основы обороны государства и военной службы»

Практическое занятие № 7 Порядок действий при ЧС

Цель занятия: уметь организовывать и проводить мероприятия по защите от ЧС

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

1 Определение ХОО и РОО.

2 Поражающие факторы при аварии на ХОО и РОО

3 Порядок действий при аварии на ХОО и РОО

4 Порядок проведения йодной профилактики.

5 Наводнения. Ураганы. Снежные заносы (определение поражающие факторы действие населения)

Практическое занятие № 8 Проведение аварийно-спасательных работ

Цель. Обобщение и систематизация знаний по умению организовывать и проводить мероприятия по защите от ЧС .

Ход работы.

1 Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов

2. Практическая часть.

- Составление схемы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

1. Цели аварийно-спас. работ
2. Цели других неотложных работ
3. Силы и средства для проведения работ.
4. Виды работ по обеззараживанию

Практическое занятие № 9. Санитарная обработка населения при ЧС

Цель. Закрепление теоретических знаний по действиям при ЧС. Овладение навыками санитарной обработки.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Ответы на вопросы
- Оформление работы

Контрольные вопросы

1. Что такое санитарная обработка и когда она проводится
1. Простейшие способы санитарной обработки при различных видах заражения
2. Дать определения

- Дегазация
- Дезинфекция
- Дезинсекция
- Дератизация
- Обсервация и виды работ
- Карантин и виды работ

Практическое занятие № 10 Порядок надевания противогаза

Цель занятия: Изучить устройство фильтрующих противогазов приобрести умение выбирать размеры СИЗ и использовать СИЗ по назначению.

Ход занятия:

Инструктаж преподавателем обучающихся по мерам безопасности при обращении с противогазом.

Теоретическая часть

Ознакомление с материалом
Подготовка ответов на вопросы

Практическая часть

- Ответы на вопросы
- Оформление работы
- Обучающийся докладывает преподавателю правила ношения и надевания противогаза и выполняет упражнение.(10-11-12 сек)

Контрольные вопросы

- 1 Устройство противогаза и назначение ГП -5
- 2 Порядок измерения роста противогаза
3. Порядок пользования поврежденным противогазом

Практическое занятие № 11. Порядок действий при теракте

Цель. Закрепление теоретических знаний изучение модели поведения при теракте. Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции.

Ход работы

1.Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов на вопросы

2.Практическая часть

- Составление алгоритма действий
- Ответы на вопросы
- Действия по вводным.

Контрольные вопросы

- Действия при обнаружении подозрительного предмета

- Порядок эвакуации при угрозе взрыва
- Рекомендации при захвате в заложники

Практическое занятие № 12 Разработка опорного конспекта по теме: ЧС.

Цель занятия. Углубление и систематизация знаний о ЧС.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов

2. Практическая часть

- Составление схемы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Определение ЧС
- Виды ЧС
- Классификация ЧС природного характера
- ЧС техногенного характера
- Классификация ЧС по масштабу распространения

Практическое занятие № 13. Разработка опорного конспекта по теме: ГО

Цель занятия. Систематизация теоретических знаний по гражданской обороне

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов

2. Практическая часть

- Составление схемы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- История создания ГО
- Назначение и задачи ГО
- Сила и средства ГО
- Организация ГО учреждения

Практическое занятие № 14. Разработка опорного конспекта по теме: ЗСГО

Цель занятия. Закрепление теоретических навыков и систематизация знаний по средствам коллективной защиты.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
 - Подготовка ответов
2. Практическая часть
- Составление схемы
 - Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Виды защитных сооружений
- Назначение
- Классификация по вместимости
- Оборудование убежищ
- Требования к убежищам

Практическое занятие № 15. Обязанности военнослужащих

Цель занятия. Закрепление знаний по общим, специальным и должностным обязанностям в.с военно-учетным специальностям

Ход занятия.

Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов

Практическая часть

- 1) Ответы на вопросы
- 2) Оформление работы
- 3) Ответы на вопросы преподавателя.

Контрольные вопросы

- 1) Виды обязанностей военнослужащих .
- 2) Общие обязанности (пример из УВС)
- 3) Должностные обязанности (пример из УВС)
- 4) Специальные обязанности (пример из УВС и из УГиКС)
- 5) ВУС

Практическое занятие № 16. Строевая подготовка

Цель занятия.

Привитие практических навыков по выполнению обязанностей солдата в строю.
Применять проф.знания входе исполнения обязанностей на воинских должностях

Ход занятия.

Теоретическая часть

- 1) Ответы на вопросы
- 2) Оформление работы
- 3) Ответы на вопросы преподавателя.

Практическая часть

- 1) Ответы на вопросы
- 2) Практический показ элементов строя
- 3) Порядок отдачи команд

Контрольные вопросы

- 1) Элементы строя
- 2) Действия по командам

- 3) Виды построений
- 4) Команды
- 5) Обязанности командиров

Практическое занятие № 17. Организация несения караульной службы

Цель работы. Закрепление и систематизирование теоретических знаний.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка к ответу на вопросы

2. Практическая часть

- Оформление работы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Что называется караулом
- Постом
- Часовой
- Обязанности часового
- Положение оружия на посту
- Порядок заряжения и разряжения оружия
- Порядок приема сдачи поста
- Действия часового на посту

Практическое занятие № 18. Порядок подготовки к стрельбе

Цель работы. Закрепление и систематизирование теоретических знаний и привитие безопасных навыков при стрельбе.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка к ответу на вопросы

2. Практическая часть

- Оформление работы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Осмотр оружия
- Чистка (сроки и порядок)
- Хранение
- Подготовка к стрельбе автомата и патронов
- Неисправности и способы устранения
- Способы определения дальностей
- Меры безопасности
- Команды и порядок выполнения

Практическое занятие № 19 Стрельба на тренажере

Цель занятия: Приобрести знания по выполнению начального упражнения стрельб из АК-74 согласно курсу стрельб из стрелкового оружия. Овладеть умениями по выполнению начального упражнения стрельб из АК-74 согласно курсу стрельб из

стрелкового оружия. Овладеть умениями по составлению алгоритма защиты своих прав как военнослужащего.

Ход занятия:

- Ознакомление с теоретическим материалом.
- Выполнение начальных упражнений стрельб из АК-74.

Теоретическая часть

Устройство АК-74

Наставление по стрелковому делу



Оборудование, аппаратура, материалы и документы:

- АК-74;
- учебные 5.45 мм патроны;
- Электронный тир;
- документация согласно курсу стрельб из стрелкового оружия ВС РФ.

Практическая часть

1. Пройти инструктаж соблюдения требований безопасности при проведении стрельб из стрелкового оружия;
2. на 1 учебном месте изучить порядок изготовления к стрельбе и прицеливанию;
3. На 2 учебном месте сдать зачёт по разборке, сборке АК-74 и снаряжению магазина;
4. Выполнить на огневом рубеже упражнение .

Контрольные вопросы:

1. Назвать детали АК-74.
2. Назвать условия выполнения начального упражнения курса стрельб из стрелкового оружия.

Учебная, специальная и нормативная литература:

- Наставление по стрелковому делу;
- Устав внутренней службы военнослужащих ВС РФ;
- курс стрельб из стрелкового оружия ВС РФ.

Приложение №1. Требования безопасности при проведении стрельб из стрелкового оружия

1. все перемещения на стрельбище только по команде руководителя стрельб;
2. при отработке вопросов на учебных местах выполняются команды руководителя на учебном месте;
3. стрельбу вести только в направлении мишенного поля;
4. запрещено вести стрельбу в случае появления в поле людей, машин, летательных аппаратов, в случае появления таковых, прекратить стрельбу и доложить руководителю стрельб;
5. открывать огонь только по команде руководителя стрельб;
6. по окончании стрельбы – доклад руководителю стрельб;
7. в случае осечек, заеданий при стрельбе – доклад руководителю стрельб;
8. по окончании стрельбы – оружие проверить на отсутствие боеприпасов.

Инструкционная карта

№ п/п	Последовательность выполнения задания	Необходимые руководящие документы и материальное обеспечение	Время на выполнение задания	Конечный результат
1.	Изучить расположение стрельбища, порядок передвижения и требования безопасности		5 мин.	Доложить требования безопасности
2.	Выполнить нормативы на 1 учебном месте	СУ ВС РФ	10 мин.	Оценка руководителя
3.	Сдать зачёты на 2 учебном месте	Ст. 9,10 УВС ВСРФ	10мин.	
5.	Прибыть на огневой рубеж и выполнить начальное упражнение из АК-74	Курс стрельб из стрелкового оружия	10 мин.	Оценка руководителя
6.	По команде убыть к мишеням, посчитать результат и доложить	Курс стрельб из стрелкового оружия	5 мин.	результат

Критерии оценки выполненных заданий и степени овладения запланированными умениями

№ п/п	Проделанная работа	Критерии	Баллы
1.	Изучить расположение стрельбища, порядок передвижения и требования безопасности	1.указаны все основные требования 2.неуказаны 2 основных требования	10 5 0

		3.более 2-х	
2.	Выполнить нормативы на 1 учебном месте	1. Все не ниже 4 2. Все не ниже 3 3. 1 неудовлетворительно	10 5 0
3.	Сдать зачёты на 2 учебном месте	4. Все не ниже 4 5. Все не ниже 3 6. 1 неудовлетворительно	10 5 0
5.	Прибыть на огневой рубеж и выполнить е упражнение	Согласно курса стрельб, учитывая неопытность	10 5 0
6.	По команде убить к мишеням, посчитать результат и доложить	Согласно курса стрельб, учитывая неопытность	10 5 0
От 60-50 баллов			5
От 49-30 баллов			4
От 29-10 баллов			3
Ниже 10 баллов			2

Практическая работа № 3. Разборка и сборка АК-74

Цель занятия: Ознакомиться практически со сборкой-разборкой автомата Калашникова АК-74.

Ход занятия:

- Инструктаж обучающихся преподавателем по мерам безопасности при обращении с учебным оружием.
- Обучающийся докладывает устройство автомата Калашникова АК-74.
- Обучающийся выполняет упражнение по неполной разборке и сборке автомата Калашникова АК-74.

Теоретическая часть

Устройство автомата Калашникова АК-74.

1. Ствол со ствольной коробкой и прицельным приспособлением.
2. Крышка ствольной коробки.
3. Возвратный механизм.
4. Затворная рама с газовым поршнем.
5. Газовая трубка со ствольной накладкой.
6. Затвор.
7. Цевье.
8. Магазин.
9. Ударно - спусковой механизм.
10. Приклад.
11. Шомпол.
12. Пенал с принадлежностями.
13. Дульный тормоз - компенсатор

Порядок неполной разборки автомата

1. Отделить магазин.

Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин, нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его. Проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего перевести переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник. Отпустить рукоятку затворной рамы и пустить курок с боевого взвода.

2. Вынуть пенал с принадлежностью.

Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда; раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ершик, отвертку, выколотку и шпильку. У автомата со складывающимся прикладом пенал носится в кармане сумки для магазинов.

3. Отделить шомпол.

Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки, и вынуть шомпол вверх.

4. Отделить крышку ствольной коробки.

Левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и отделить крышку.

5. Отделить возвратный механизм.

Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.

6. Отделить затворную раму с затвором.

Продолжая удерживать автомат левой рукой, правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.

7. Отделить затвор от затворной рамы.

Взять затворную раму в левую руку затвором кверху, правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперед.

8. Отделить газовую трубку со ствольной накладкой.

Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надеть пенал принадлежности прямоугольным отверстием на выступ замыкателя газовой трубки, повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубком газовой камеры.

Порядок сборки автомата после неполной разборки

1. Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой.

Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой камеры и прижать задний конец ствольной накладки к стволу; повернуть замыкатель на себя до входа его фиксатора в выем на колодке прицела.

2. Присоединить затвор к затворной раме.

Взять затворную раму в левую руку, а затвор в правую и вставить его цилиндрической частью в канал рамы; повернуть затвор так, чтобы его ведущий выступ вошел в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперед.

3. Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке.

Левой рукой обхватить шейку приклада. Удерживая затворную раму с затвором в правой руке так, чтобы затвор, прижатый большим пальцем, находился в переднем положении, ввести газовый поршень в полость колодки прицела и придвинуть затворную раму вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы, небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.

4. Присоединить возвратный механизм.

Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперед и, опустив несколько книзу, ввести его пятку в продольный паз ствольной коробки.

5. Присоединить крышку ствольной коробки.

Вставить крышку ствольной коробки передним концом в полукруглый вырез на колодке прицела; нажать на задний конец крышки ладонью правой руки вперед и книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошел в отверстие крышки ствольной коробки.

6. Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель.

Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик вверх до отказа.

7. Присоединить шомпол.

8. Вложить пенал в гнездо приклада.

Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой. У автомата со складывающимся прикладом пенал убирается в карман сумки для магазинов.

9. Присоединить магазин к автомату.

Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина и повернуть магазин на себя так, чтобы защелка заскочила за опорный выступ магазина.

Нормативы по неполной разборке и сборке автомата

1. Неполная разборка
2. Сборка после полной разборки

	Разборка			Сборка		
Оценка	5	4	3	5	4	3
Время	12 с	13-15 с	16-18 с	18 с	19-22 с	23-27 с

При выполнении нормативов возможны следующие ошибки, снижающие оценку на один балл:

1. Нарушение порядка разборки и сборки.
2. Разбираемые детали автомата касаются друг друга или падают на пол.
3. При неполной разборке автомата исключаются посторонние предметы.

Практическая часть

1. Выучить устройство АК-74.
2. Провести в изученной последовательности неполную разборку автомата.
3. Провести в изученной последовательности неполную сборку автомата.
4. Сдать нормативы преподавателю.

Практическое занятие № 20. Разработка опорного конспекта по теме:

Ритуалы ВС РФ

Цель занятия: Закрепить знания по соблюдению ритуалов ВС РФ. Овладеть умениями по составлению алгоритма выполнения воинских ритуалов.

Ход занятия:

.Теоретическая часть

Ознакомиться с теоретическим материалом

Практическая часть

Составить алгоритмы.

Контрольные вопросы

- 1) Ритуал (определение)
- 2) Ритуал принятия в присяги
- 3) Ритуал вручения вооружения
- 4) Ритуал проводов запас

Практическое занятие № 21. Порядок действий при применении ОМП

Цель работы. Освоение модели поведения в зонах заражения.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Освоение материала
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Оформление работы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Порядок оповещения
- Действия по сигналам
- Порядок эвакуации
- Правила поведения в зонах радиоактивного, химического, биологического, заражения.
- Защита продуктов питания и воды от заражения
- Защита б. техники и вооружения от заражения

Практическое занятие № 22. Действия солдата в обороне

Цель работы. Закрепление теоретических знаний, привитие практических навыков по действиям солдата в обороне.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Освоение материала
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Оформление работы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Выбор и занятие огневой позиции
- Оборудование и маскировка окопа
- Маскировка места наблюдения
- Порядок осмотра местности
- Понятие сектора обстрела

Практическое занятие № 23. Действие солдата в наступлении

Цель работы. Закрепление теоретических знаний, привитие практических навыков по действиям солдата в наступлении.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Освоение материала
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Оформление работы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Действие дозорных
- Порядок осмотра населенного пункта
- Действие по подготовке к наступлению
- Порядок движения в атаку
- Приемы уничтожения противника
- Преодоление заграждений

Практическое занятие № 24 Разработка опорного конспекта по теме: Состав ВС РФ

Цель работы. Систематизация знаний по организационной структуре ВС РФ.

Ход работы.

1. Теоретическая часть

- Ознакомление с материалом
- Подготовка ответов

2. Практическая часть

- Составление схемы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Назначение ВС РФ
- Руководство
- Войска не входящие в состав ВС РФ
- Состав видов и родов войск

Практическое занятие № 25. Размещение и быт военнослужащих

Цель занятия. Закрепление знаний по быту военнослужащих

Ход занятия.

1. Теоретическая часть

- Освоение материала
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Правила размещения в.с.
- Как построен распорядок дня
- Сохранение и укрепления здоровья в.с и основные мероприятия.

Практическое занятие № 26. Одиночная строевая подготовка

Цель работы. Привитие практических навыков по исполнению обязанностей в ходе несения в.службы.

Ход занятия.

1. Теоретическая часть

- Ответы на вопросы
- 2. Практическая часть
 - Строчные приемы на месте
 - Строчные приемы в движении

Контрольные вопросы

- Строчная стойка
- Повороты на месте
- Повороты в движении

Практическое занятие № 27. Строчная подготовка в составе подразделения

Цель работы. Привитие практических навыков по овладению способами бесконфликтного общения в ходе в.службы.

Ход занятия.

1. Теоретическая часть
 - Ответы на вопросы
2. Практическая часть
 - Повороты на месте и перестроения
 - Повороты в движении и перестроения
 -

Контрольные вопросы

- Строй и виды строя
- Команды на построение
- Команды в движении
- \Безопасное положение тела

Практическое занятие № 28 Допсихологическая помощь

Цель. Ознакомление и привитие практических навыков по основным способам оказания ПП при различных видах психологических травм.

Ход работы

1. Теоретическая часть
 - Освоение материала
 - Подготовка ответов на вопросы
2. Практическая часть
 - Оформление работы
 - Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Определение
- Необходимые действия
- Недопустимые действия
- Истероидная реакция, помощь пострадавшему и себе и недопустимые действия
- Агрессивная реакция, помощь пострадавшему и себе и недопустимые действия
- Апатия, помощь пострадавшему и себе и недопустимые действия
- Страх, помощь пострадавшему и себе и недопустимые действия
- Тревога, помощь пострадавшему и себе и недопустимые действия
- Слезы, помощь пострадавшему и себе и недопустимые действия

Практическое занятие № 29. Способы бесконфликтного общения

Цель. Ознакомиться со способами бесконфликтного общения и овладеть навыками.

Ход работы

1. Теоретическая часть

- Освоение материала
- Подготовка ответов на вопросы

2. Практическая часть

- Оформление работы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Конфликт
- Формула конфликта
- Виды конфликта
- Основные проявления конфликтного поведения
- Основные слова приводящие к конфликтам
- Стратегия поведения
- Разрешение конфликтных ситуаций

Практическое занятие № 30. Мероприятия по защите населения

Цель. Ознакомиться со способами защиты населения при ЧС.

Ход работы

1. Теоретическая часть

- Освоение материала
- Подготовка ответов на вопросы (цели и что включают в себя мероприятия)

2. Практическая часть

- Оформление работы
- Ответы на вопросы

Контрольные вопросы

- Оповещение
- Эвакуация
- Укрытие населения
- Средства индивидуальной защиты
- Аварийно-спасательные работы
- Мониторинг окружающей обстановки

Литература

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности. ЭУК – М.: ОИЦ «Академия», 2014.
2. Косолапов Н.В., Прокопенко Н.А. Безопасность жизнедеятельности: Учебник. – М.: Академия, 2012.

ЗУставы ВС РФ

Дополнительные источники:

3. Безопасность жизнедеятельности: Учебник, Н.В. Косолапов, Н.А. Прокопенко. – М.: КНОРУС, 2012.
4. Безопасность жизнедеятельности: Практикум, Н.В. Косолапов, Н.А. Прокопенко. – М.: КНОРУС, 2012.
5. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности. Учебник для студентов среднего профессионального образования. – М.: Академия, 2012.

Интернет-ресурсы:

6. <http://www.school-obz.org/> (Основы безопасности жизнедеятельности)
7. <http://zadocs.ru/sport/11237/index.html?page=2> (И.П. Лужкин курс «Основы безопасности жизнедеятельности»)
8. <http://www.fire.mchs.gov.ru/> (Пожарная безопасность)
9. <http://base.garant.ru/10107960/> (Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»)
10. <http://refoteka.ru/r-34034.html> (Чрезвычайные ситуации природного характера. Оползни, сели и обвалы. Их происхождение. Правила поведения людей при их возникновении)\
11. <http://base.garant.ru/12153609/> (Постановление № 1094 "О Классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера")
12. <http://www.tstu.ru/book/elib/pdf/2012/shubin.pdf> (Надежность технических систем и техногенный риск)
13. <http://libnvkz.ru/catalog/info/elkat14/57416> (С.Н. Полторак, А.Ю. Смирнов, Основы военно-гуманитарных знаний)