

Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Академия промышленных технологий»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ  
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

среднего профессионального образования  
по специальности

**27.02.07 Управление качеством продукции, процессов и услуг (по отраслям)**

Методические рекомендации по выполнению практических работ предназначены для использования обучающимися при выполнении заданий по практическим работам по учебной дисциплине СГ.03 Безопасность жизнедеятельности по специальности среднего профессионального образования 27.02.07 Управление качеством продукции, процессов и услуг (по отраслям).

В методических рекомендациях предлагаются к выполнению практические работы, предусмотренные рабочей программой учебной дисциплины, даны рекомендации по их выполнению, обозначены критерии оценивания.

**Организация-разработчик:**

Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Академия промышленных технологий» (СПб ГБПОУ «АПТ»)

**Разработчик:**

А.В. Хорьков - преподаватель СПб ГБПОУ «АПТ»

Методические рекомендации рассмотрены и одобрены на заседании учебной цикловой комиссии военно-спортивных дисциплин.

Протокол №10 от 11 июня 2024 г.

Председатель УЦК А.В. Хорьков

Методические рекомендации рассмотрены и одобрены на заседании Методического совета СПб ГБПОУ «АПТ» и рекомендованы к использованию в учебном процессе.

Протокол №1 от 3029 августа 2024 г.

## Практическая работа № 1

**I. Тема.** Изучение классификации чрезвычайных ситуаций

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний о классификации ЧС и приобретение практических умений в составлении памяток поведения населения в ЧС

**III. Задачи.**

1. Заполнить таблицу «Классификация ЧС»
2. Составить памятки поведения населения в ЧС

**IV. Время выполнения** 2ч

**V. Оборудование.** Учебник С. В. Абрамова стр.16-47, лист А4, карандаши, линейка, тетради для практических работ

**VI. Задание**

1. Прочитайте текст
2. Заполните таблицу «Классификация ЧС»
3. Прочитайте текст
4. Составьте памятки поведения населения в ЧС

**VII Контрольные вопросы.**

1. Что означает ЧС?
2. Перечислите ЧС по природе возникновения.
3. Перечислите ЧС по масштабам распространения последствий.
4. Перечислите ЧС по причине возникновения.
5. Перечислите ЧС по скорости развития
6. Перечислите ЧС по ведомственной принадлежности.
7. Дайте характеристику ЧС природного происхождения.
8. Дайте характеристику ЧС техногенного характера.

**VIII Литература.**

Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 399 с.

## Практическая работа № 2

**I. Тема.** Выполнение работы по прогнозированию техногенной катастрофы.

**II. Цель.** Закрепление знаний по техногенным катастрофам, приобретение практических умений работать с разными источниками, составлять глоссарий.

**III. Задачи.**

1. Изучить разные источники интернет-сайтов.
2. Научиться составлять глоссарий по разным источникам

**IV. Время выполнения** 2ч.

**V. Оборудование.** Видео – фильм, компьютер, проектор, тетради для практических работ, распечатанный материал из разных источников. (Приложение1)

**VI. Задание.**

1. Просмотр видео - фильмов
2. Изучить материалы интернет-сайтов
3. Составить глоссарий по теме

**VII Контрольные вопросы.**

**1. Что такое техногенная катастрофа?**

2. Что такое взрыв?
3. Что такое пожар?
4. Основные виды техногенных катастроф.

**5. Причины техногенных катастроф.**

**VIII Литература** Интернет-сайты: [www.newgeophys.spb.ru](http://www.newgeophys.spb.ru)

[http://neparsya.net/referat/ecology/teh\\_katastr](http://neparsya.net/referat/ecology/teh_katastr)

## Практическая работа № 3

**I. Тема** Применение первичных средств пожаротушения

**II. Цель.** Закрепление знаний о мерах пожарной безопасности и правилах безопасного поведения при пожарах. Приобретение умений использования первичных средств пожаротушения.

**III. Задачи.**

1. Изучить закон «О пожарной безопасности»
2. Изучить памятки по правилам безопасного поведения при пожарах.
3. Научиться пользоваться огнетушителем

**IV. Время выполнения** 2ч

**V. Оборудование.** Памятки, огнетушитель, учебный фильм, ФЗ №69 «О пожарной безопасности» (Приложение 1)

**VI. Задание**

1. Просмотреть учебный фильм
2. Изучить ФЗ «О пожарной безопасности»
3. Законспектировать статьи, раскрывающие права, обязанности, ответственность граждан в области пожарной безопасности.
4. Изучить памятки.
5. Ответить на вопросы
6. Практическое использование огнетушителя.

**VII Контрольные вопросы.**

1. Перечислите поражающие факторы пожара.
2. Как оказать помощь пострадавшим при пожаре, взрыве?
3. Перечислите средства пожаротушения.
4. Назовите ФЗ, который отражает права, обязанности, ответственность граждан в области пожарной безопасности
5. Назовите алгоритм правил при пожаре в помещении.

**VIII Литература**

Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 69-ФЗ О пожарной безопасности.

Приложение 1

<http://www.referent.ru/1/67014>

## Практическая работа № 4, 5

**I. Тема.** Применение средств индивидуальной защиты в ЧС (противогазы, ВМП, ОЗК, Л1)

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний о СИЗ кожи, СИЗОД, о медицинских средствах защиты и приобретение практических умений использовать индивидуальные средства защиты.

### III. Задачи.

1. Закрепить знания о СИЗ, СИЗОД, о медицинских средствах защиты.
2. Научиться использовать респиратор.
3. Научиться использовать противогазы ГП -5, ГП -7 Б
4. Научиться одевать ОЗК, Л1

### Выполнение норматива № 1 «Газы»

7 сек. - отлично;

8 сек. - хорошо;

10сек. - удовлетворительно.

### Выполнение норматива № 2 «Респиратор надеть»

11 сек. - отлично;

12 сек. - хорошо;

14 сек. - удовлетворительно.

### Выполнение норматива № 4 «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть. Газы» В виде комбинезона

4 мин. 35сек. - отлично;

5 мин. - хорошо;

6 мин. - удовлетворительно.

### IV. Время выполнения 2ч

**V. Оборудование.** Учебник БЖД, видеоматериалы, плакаты «Средства индивидуальной защиты», противогазы, ОЗК,Л1. тетрадь для практических работ.

### VI. Задание.

1. Записать в тетрадь СИЗ, СИЗОД, мед. средства защиты (учебник БЖД стр.83-89)
2. Определить свой размер противогаза
3. Надеть противогаз, ОЗК, Л1

### VII Контрольные вопросы.

1. СИЗ это?
2. СИЗОД это?
3. Перечислите СИЗОД.
4. Перечислите СИЗ кожи.
5. Перечислите медицинские средства защиты?

### VIII Литература

1. Косолапова Н.В. К71 Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. — 9 е изд., стер. — М. : КНОРУС, 2021. — 192 с. — (Среднее профессиональное образование).

## **Практическая работа № 6**

**I. Тема** Решение ситуационных задач по ФЗ №68 «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний о РСЧС, о защите населения и территорий от ЧС и приобретение практических умений в решении ситуационных задач.

### **III. Задачи.**

1. Закрепить знания о защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера.
2. Развивать умения принимать правильные решения при ЧС.
3. Закрепить умения решать ситуационные задачи.

### **IV. Время выполнения 2ч.**

**V. Оборудование.** ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», ситуационные задачи, тетрадь для практических работ.

### **VI. Задание.**

1. Изучить ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»
2. Составить конспект.
3. Решить ситуационные задачи.

### **VII Контрольные вопросы.**

1. Сколько глав, статей содержит закон?
2. Когда вступил в силу ФЗ?
3. Какие основные понятия раскрываются в 1 статье?
4. В какой статье раскрываются обязанности организаций в области защиты населения и территорий от ЧС? Перечислите их.
5. В какой статье раскрывается подготовка населения в области защиты от ЧС.
6. Каким образом проводится пропаганда знаний в области защиты населения и территорий от ЧС?

### **VIII Литература**

Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» (Приложение 1)

## Практическая работа № 7

**I. Тема.** Планирование и проведение мероприятий гражданской обороны.

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний о ГО и приобретение практических умений работать с ФЗ, планировать мероприятия ГО.

**III. Задачи.**

1. Закрепить знания о ГО
2. Изучить материал по составлению плана ГО
3. Составить план мероприятий по ГО

**IV. Время выполнения** 2ч.

**V. Оборудование.** ФЗ «О гражданской обороне», тетрадь для практических работ, Учебник Косолапова Н.В. «Безопасность жизнедеятельности», тест

**VI. Задание.**

1. Ответить на тесты по ФЗ «О гражданской обороне»

Тест состоит из 12 вопросов, содержит 4 варианта ответов, один из них правильный.

2. Изучить материал учебника стр.89-94

В практических тетрадях начертить схему организации ГО в учебном заведении.

3. Изучить план мероприятий, схему оповещения, составить план мероприятий по ГО. (Приложение 1)
4. Ответить на вопросы учителя

**VII Контрольные вопросы.**

1. Назначение и задачи ГО.
2. Кто является начальником штаба ГО?
3. Какие формирования ГО создаются в учебном учреждении?
4. Как составить план оповещения?
5. Где осуществляется подготовка формирований ГО?

**VIII Литература**

1. Косолапова Н.В. К71 Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. — 9 е изд., стер. — М. : КНОРУС, 2021. — 192 с. — (Среднее профессиональное образование).
2. ФЗ «О гражданской обороне» (Приложение 2)

## Практическая работа № 8

**I. Тема.** Планирование и организация выполнения эвакуационных мероприятий на объекте экономики.

**II. Цели:** систематизировать и расширить знания студентов по вопросам подготовки и проведения эвакуационных мероприятий.

### III. Задачи

1. Закрепить знания об эвакуационных мероприятиях.
2. Научиться составлять план оповещения, план эвакуации

### IV. Время выполнения 2ч

**V. Оборудование.** Методические указания. Планирование и организация выполнения эвакуационных мероприятий на объекте экономики, тетрадь для практических работ

### VI. Задание.

1. Составить план ответа по теме.
2. Составление плана оповещения, плана эвакуации.
3. Эвакуация из помещения в различных ситуациях.

### VII Контрольные вопросы.

1. Организация эвакуации населения в мирное и военное время.
2. Исходные данные, которые необходимо учитывать при планировании эвакуационных мероприятий.
3. Примерная схема организации эвакуационной комиссии объекта экономики, задачи комиссии.

### VIII Литература

Методические указания. Фильм.

## **Практическая работа № 9**

**I. Тема** Выявление роли и места ГБОУ СПО «Санкт-Петербургский политехнический колледж» в Единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний о Единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), решение ситуационных задач, отражающих роль и место ГБОУ СПО «Санкт-Петербургский политехнический колледж» в РСЧС.

### **III. Задачи.**

1. Закрепить знания о РСЧС
2. Определить роль и место ГБОУ СПО «Санкт-Петербургский политехнический колледж» в РСЧС

### **IV. Время выполнения 2ч**

**V. Оборудование.** ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», ситуационные задачи, тетрадь для практических работ.

### **VI. Задание**

1. Найти в ФЗ цели и задачи РСЧС
2. Решить ситуационные задачи.
3. Определить роль и место ГБОУ СПО «Санкт-Петербургский политехнический колледж» в РСЧС

### **VII Контрольные вопросы.**

1. Назовите цель и задачи РСЧС.
2. Перечислите основные способы защиты населения в ЧС.
3. Какую роль выполняет СПб ГБПОУ «АПТ» в РСЧС

### **VIII Литература**

Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» (Приложение 1)

## Практическая работа № 10

**I. Тема.** Выявление правовой основы и главных направлений обеспечения национальной безопасности России.

**II. Цель.** Выявление правовой основы и главных направлений обеспечения национальной безопасности России. Закрепление основ военной службы и обороны государства и приобретение практических умений работать с документами.

**III. Задачи.**

1. Выявить правовую основу обеспечения национальной безопасности России.
2. Определить, главные направления обеспечения национальной безопасности России.
3. Изучить стратегию национальной безопасности Российской Федерации до 2020г.

**IV. Время выполнения** 2 ч

**V. Оборудование.** Стратегия национальной безопасности РФ до 2020г. (Приложение 1), учебник БЖД, ФЗ «Об Обороне» (Приложение 2)

**VI. Задание**

1. Изучить стратегию национальной безопасности Российской Федерации до 2020г., материал учебника БЖД стр.102-104

2. Ответить письменно:

Что такое национальная безопасность?

Что такое национальные интересы РФ?

Что значит угроза национальной безопасности?

Что входит в силы обеспечения национальной безопасности?

Что входит в средства обеспечения национальной безопасности?

Что такое военная безопасность?

Запишите принципы обеспечения военной безопасности.

3. Изучить ФЗ «Об обороне»

Составить глоссарий по ФЗ «Об обороне»

Глоссарий (лат. glossarium — «собрание глосс») — словарь узкоспециализированных терминов в какой-либо отрасли знаний с толкованием, иногда переводом на другой язык, комментариями и примерами. Собрание глосс и собственно глоссарии стали предшественниками словаря.

4. Работа в парах. Заучиваем слова, внесенные в глоссарий.

5. Игра «Домино» (Проверка знаний по изученной теме)

**VII Литература**

1. Косолапова Н.В. К71 Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. — 8 е изд., стер. — М. : КНОРУС, 2016. — 192 с. — (Среднее профессиональное образование).
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020г
3. ФЗ «Об обороне» №61 от 31 мая 1998г

## Практическая работа № 11

**I. Тема.** Выполнение основных мероприятий по противодействию терроризму и экстремизму.

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний о терроризме и экстремизме, приобретение практических навыков поведения при обнаружении взрывных устройств, захвате заложников, поведении в социальных сетях.

### III. Задачи.

1. Закрепить теоретические знания о терроризме и экстремизме.
2. Составить алгоритм поведения при обнаружении взрывных устройств, если вас захватили в заложники, действиях, когда поступают приглашения от НМО в социальных сетях.

### IV. Время выполнения 2ч.

**V. Оборудование.** Памятка по действиям при террористических актах, ФЗ «О противодействии терроризму» (Приложение1) учебный фильм «Действия населения при угрозе террористического акта»

### VI. Задание.

1. Просмотреть учебные фильмы.
  2. Изучить ФЗ «О противодействии терроризму», «О противодействии экстремистской деятельности».
- Выписать основные понятия ст. 3 ФЗ № 35 и ст.1 ФЗ № 114
3. Изучить памятки по действиям при террористических актах.
  4. Составить алгоритм поведения при обнаружении взрывных устройств, захвате в заложники.

### VII Контрольные вопросы

1. Что такое терроризм и экстремизм?
2. Что включает в себя террористическая деятельность?
3. Раскройте понятие террористического акта.
4. Что означает противодействие терроризму?
5. Контртеррористическая операция это?
6. Для чего применяются Вооруженные Силы Российской Федерации в борьбе с терроризмом?
7. Кто принимает решение о применении Вооруженными Силами Российской Федерации вооружения с территории Российской Федерации против находящихся за ее пределами террористов и (или) их баз?
8. Перечислите категории лиц, участвующих в борьбе с терроризмом, подлежащих правовой и социальной защите.
9. Ответственность граждан за причастность к терроризму и экстремизму.
10. Вознаграждение за содействие борьбе с терроризмом

### VIII. Литература

ФЗ от 06 марта 2006 г. № 35 «О противодействии терроризму; Федеральный закон от 25 июля 2002 г. N 114-ФЗ "О противодействии экстремистской деятельности" (с изменениями и дополнениями); видеоматериалы, УК РФ, презентации

## Практическая работа № 12

**I. Тема** Определение роли Вооружённых Сил РФ как основы обороны государства

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний о роли ВС РФ как основы обороны государства и приобретение практических умений в составлении и решении тестов, ситуационных задач.

**III. Задачи.**

1. Закрепить знания ФЗ «Об обороне»
2. Составить тесты, ситуационные задачи по изученной теме.
3. Проверить знания по изученной теме.

**IV. Время выполнения** 2ч

**V. Оборудование.** ФЗ «Об обороне», учебник БЖД Н.В.Косолапова, ситуационные задачи, тетрадь для практических работ.

**VI. Задание.**

1. Изучить материал учебника БЖД стр.102-105

2. Выписать основные формулировки:

Что понимается под обороной?

С какой целью создаются ВС РФ?

Что включает в себя организация обороны?

Что составляет основу военной организации государства?

3. Составление тестов, ситуационных задач

4. Решение ситуационных задач, тестов

**VII Контрольные вопросы.**

1. Что понимается под обороной?
2. С какой целью создаются ВС РФ?
3. Что включает в себя организация обороны?
4. Что составляет основу военной организации государства?
5. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области обороны.
6. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.
7. Состояние войны.
8. Военное положение.
9. Мобилизация.

**VIII. Литература.**

1. Косолапова Н.В. К71 Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. — 9 е изд., стер. — М. : КНОРУС, 2021. — 192 с. — (Среднее профессиональное образование).
2. Федеральный закон "Об обороне" № 61ФЗ от 31 мая 1996 г.

## Практическая работа № 12

### Учебно-тематический план

### СТРОВАЯ ПОДГОТОВКА

**Цель:** Ознакомить обучаемых с понятием строя, с элементами строя, с порядком подачи и выполнения команд; научить обучаемых занимать свое место в строю, строевой стойке, выполнению команд согласно Строевого Устава; воспитать у обучаемых любовь к ВС ФР, к строевой подготовке.

**Время обучения:** 8 час.

**Форма обучения:** лекционно-практические занятия

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего, час.	В том числе			Форма контроля
			лекции	Выездные занятия, стажировка, деловые игры и др.	Практ., лаб., семинарские занятия	
<b>Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации</b>						
1.	Введение. Цели из задачи изучения предмета «Строевая подготовка»	0.5	0.5			
2.	Строевая подготовка один из важнейших предметов военного обучения и воспитания	0.5	0.5			
3.	Строи и управление ими	0.5	0.5			
4	Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю	0.5	0.5			
5.	Строевые приемы и движение без оружия	1			1	
5.1	Строевая стойка					
5.2	Повороты на месте					
5.3	Движение					
5.4	Повороты в движении					
6.	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении	1			1	
7.	Вход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.	1			1	

7.	Строй взвода. Развернутый строй Походный строй. Выполнение воинского приветствия взводом в строю на месте и в движении	1			1	
7.1						
7.2						
8.	Строевой смотр роты Общие положения Строевой смотр в пешем порядке	1			1	
8.1						
Итог овый контр оль	Проведение строевого смотра в составе взвода	1			1	зачет
итого		8	2		6	

### Критерии оценки

Оценка за выполнение приёмов должна выставлена только за практические действия. При этом каждый приём должен выполняться в строгом соответствии с требованиями Строевого устава.

Индивидуальная оценка строевой подготовки обучаемых складывается из оценок, полученных за выполнение каждого из проверенных строевых приёмов и определяется:

- «отлично», если 50% проверенных строевых приёмов выполнено на «отлично», а 50% - на «хорошо»; при этом внешний вид, строевая стойка и строевой шаг должны иметь оценку «отлично»;
- «хорошо», если 50% проверенных строевых приёмов выполнено на «отлично» и «хорошо», а 50% - на «удовлетворительно»; при этом внешний вид. Строевая стойка и строевой шаг должны иметь оценку не ниже «хорошо»;
- «удовлетворительно», если по одному из строевых приёмов получена оценка «неудовлетворительно» при положительной оценке внешнего вида, строевой стойки и строевого шага;
- «неудовлетворительно» - при наличии двух и более неудовлетворительных оценок, а также при неудовлетворительной оценке по внешнему виду, или строевой стойке, или строевому шагу.

## Планируемые результаты

По строевой подготовке **обучаемые знают:**

- элементы строя;
- текст воинской Присяги;
- обязанности командира и военнослужащего перед построением и в строю;
- порядок подачи команд;
- порядок выполнения воинского приветствия без оружия;
- порядок проведения утреннего осмотра;
- порядок выполнения воинского приветствия;
- порядок проведения строевого смотра;
- порядок выноса и относа Государственного флага Российской Федерации и Боевого знамени.

**Обучаемые умеют:**

- точно выполнять строевые приёмы (действия) по разделениям;
- точно выполнять строевые приёмы (действия) в целом;
- четко подавать команды;
- двигаться строевым шагом;
- двигаться в полшага;
- выполнять строевую стойку и повороты на месте;
- выполнять повороты в движении.

**Материально-техническое обеспечение:**

Учебный класс с наглядными пособиями.

Внутридворовая территория.

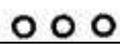
**Список литературы**

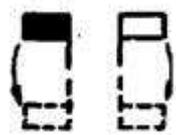
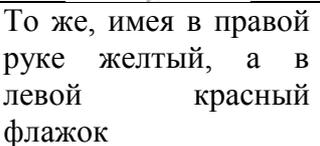
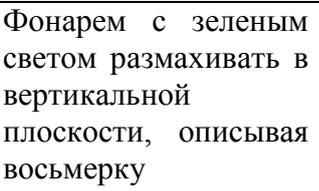
- Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации 2009. – М.: Эксмо, 2009;
- Зиновьев А.С. Учебное пособие по изучению и практическому применению общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации. – Ростов н/д: Феникс, 2008.
- Аверин А.И. «Начальная военная подготовка» ДОСААФ СССР, 1997 г.

**Наглядные пособия:**

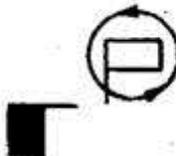
- комплект «Строевая подготовка»;
- комплект «Вооруженные Силы на страже Родины».

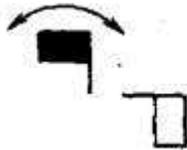
Таблица сигналов для управления строем (из СУ ВС РФ)

№ п/п	Сигнал	Условные обозначения		
		рукой	флажками	фонарем
1	<b>Внимание</b> (внимание, делай, что я; отзыв)	Поднять правую руку вверх и держать до отзыва (до повторения сигнала «Внимание»)	Поднять правой рукой вверх желтый флажок и держать до отзыва (до повторения сигнала «Внимание») 	Фонарем с белым светом - серия точек 
2	<b>Сбор командиров</b> (начальников)	Поднять правую руку вверх и кружить ею над головой, после	То же, с красным и желтым флажками в правой руке	Фонарем с белым светом размахивать над головой вправо и

№ п/п	Сигнал	Условные обозначения		
		рукой	флажками	фонарем
		чего руку резко опустить		влево, описывая полукруги 
3	<b>К машинам</b>	Поднять обе руки вверх и держать до исполнения	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок 	Фонарем с белым светом размахивать перед собой вправо и влево на уровне плеча 
4	<b>По местам</b>	Поднять обе руки вверх и резко опустить вниз через стороны	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок 	Фонарем с белым светом размахивать по вертикали вверх и вниз 
5	<b>Заводи</b>	Правой рукой вращать впереди себя	То же, имея в правой руке желтый флажок 	Фонарем с белым светом вращать впереди себя 
6	<b>Глуши двигатель</b>	Размахивать перед собой обеими опущенными руками	То же, имея в правой - руке желтый, а в левой красный флажок 	Фонарем с красным светом, опущенным вниз, размахивать перед собой, описывая полукруг 
7	<b>Марш</b> (вперед, продолжать движение в прежнем или новом направлении, путь свободен)	Поднять правую руку вверх, повернуться в сторону движения и опустить руку в направлении движения на уровне плеча	То же, с желтым флажком в правой руке 	Фонарем с зеленым светом размахивать по вертикали вверх и вниз 
8	<b>Увеличить дистанцию</b>	Поднять левую руку вверх, а правую вытянуть горизонтально в сторону и размахивать ею вниз	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок 	Фонарем с зеленым светом размахивать в вертикальной плоскости, описывая восьмерку 

№ п/п	Сигнал	Условные обозначения		
		рукой	флажками	фонарем
		и вверх до уровня плеча		
9	<b>Уменьшить дистанцию</b>	Поднять правую руку вверх, а левую вытянуть горизонтально в сторону и размахивать ею вниз и вверх до уровня плеча	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок 	Фонарем с красным светом размахивать в вертикальной плоскости, описывая восьмерку 
10	<b>Стой (стоп)</b>	Поднять левую руку в вверх и быстро спустить вниз перед собой, повторяя до исполнения	То же, с красным флажком в левой руке 	Фонарем с красным светом размахивать по вертикали вверх и вниз 
11	<b>В линию машин</b>	Вытянуть обе руки горизонтально в сторону и держать до отзыва	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок 	Фонарем с зеленым светом размахивать перед собой вправо и влево на уровне плеча 
12	<b>В линию колонн</b>	<b>В линию взводных колонн:</b> поднять обе руки вверх и размахивать ими накрест над головой	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок 	Фонарем с зеленым светом размахивать над головой вправо и влево, описывая полукруг 
12		<b>В линию ротных колонн:</b> поднять обе руки вверх, сложить их накрест над головой и держать неподвижно	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок	Фонарем с зеленым светом размахивать над головой вправо, описывая полукруг. Возвращение фонаря в первоначальное положение производить при

№ п/п	Сигнал	Условные обозначения		
		рукой	флажками	фонарем
				полупотушенном или скрытом от принимающего свете 
13	<b>В колонну</b>	Поднять правую руку вверх и опустить ее, держа предплечье вертикально (повторять до отзыва)	То же, с желтым флажком в правой руке 	Фонарь с зеленым светом вначале держать неподвижно, а затем сигнал «Марш» повторять до отзыва 
14	<b>Все кругом</b>	Вытянуть левую руку горизонтально в сторону, а правую поднять вверх и кружить над головой	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок 	Фонарем с зеленым светом вращать впереди себя 
15	<b>Все направо (налево)</b>	Вытянуть левую руку горизонтально в сторону, а правую руку поднять вверх, повернуться в сторону поворота и размахивать правой рукой вверх и вниз до уровня плеча (повторять до отзыва)	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок 	Фонарем с зеленым светом размахивать по вертикали сверху вниз и в сторону поворота 
16	<b>Авария (вынужденная остановка)</b>	Вытянуть правую руку горизонтально в сторону, а левую поднять вверх и размахивать ею над головой вправо и влево	То же, имея в правой руке желтый, а в левой красный флажок. После подачи сигнала красный флажок устанавливается на машине под углом 45°	Фонарем с красным светом размахивать перед собой вправо и влево на уровне плеча

№ п/п	Сигнал	Условные обозначения		
		рукой	флажками	фонарем
				

Примечания: 1. В таблице сигналов обозначены:

флажок желтого (белого) цвета

фонарь с белым светом

флажок красного цвета

фонарь с красным светом

фонарь с зеленым светом



## **Практическая работа №14**

**I. Тема** Способы выживания человека в условиях автономного существования

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний и приобретение практических умений по выживанию решение ситуационных задач.

### **III. Задачи.**

1. Получить навыки выживания в условиях автономного существования.
2. Проверить знания по изученной теме.

### **IV. Время выполнения** 2ч

**V. Оборудование.** видеофильмы, ситуационные задачи, тетрадь для практических работ.

### **VI. Задание.**

1. Просмотреть видеоматериалы
2. Выписать основные формулировки:

Что понимается под выживанием?

Что понимается под автономным существованием?

3. Составление тестов, ситуационных задач
4. Решение ситуационных задач, тестов

### **VII Контрольные вопросы.**

1. Что понимается под тактикой пассивного выживания?
2. Что понимается под тактикой активного выживания?
3. Какие существуют методы и приемы активного выживания?
4. Что относится к природным перевязочным материалам?
5. Как ориентироваться на местности?
6. Что входит в минимальный набор выживания?

### **VIII. Литература.**

Методические указания, фильмы

## **Практическая работа №15**

**I. Тема.** Основы личной и профессиональной безопасности. Влияние коллектива на принятие решений

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний и приобретение практических умений по взаимоотношениям в коллективе, знакомство с основами личной и профессиональной безопасности.

### **III. Задачи.**

1. Получить основные навыки по взаимоотношениям в коллективе, основам личной и профессиональной безопасности.

2. Проверить знания по изученной теме.

### **IV. Время выполнения 2ч**

**V. Оборудование.** видеофильмы, ситуационные задачи, тетрадь для практических работ.

### **VI. Задание.**

1. Просмотреть видеоматериалы

3. Составление тестов, ситуационных задач

4. Решение ситуационных задач, тестов

### **VII Контрольные вопросы.**

1. Что вы усвоили из просмотренного материала?
2. Какие моменты вы бы применили в своей личной жизни?
3. Назовите алгоритм поведения на улице
4. Назовите алгоритм поведения на общественном транспорте
5. Назовите алгоритм поведения в общественных местах

### **VIII. Литература.**

Методические указания, фильмы

## Практическая работа № 16

**I. Тема.** Изучение основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний об основных видах вооружения, военной техники, специального снаряжения состоящих на вооружении ВС РФ, приобретение практических навыков разборки, сборки автомата Калашникова, стрельбы из пневматического оружия.

### III. Задачи.

1. Познакомиться с основными видами вооружения.
2. Научиться разбирать, собирать автомат, пистолет.
3. Научиться стрелять из лазерного оружия.

### IV. Время выполнения 4ч

**V. Оборудование.** Видеофильм, проектор, компьютер, лазерный тир, автоматы АК-74, пистолеты ПМ, пневматическое оружие, тетради для практических работ.

### VI. Задание.

1. Просмотреть видеофильмы, презентации (Приложение 1)
2. Ответить на контрольные вопросы.
3. Разборка, сборка автомата.

#### 1 вариант:

#### Неполная разборка Калашникова.

- 13сек. - отлично;
- 14сек. - хорошо;
- 17сек. - удовлетворительно.

#### 2 вариант:

#### Неполная сборка автомата Калашникова.

- 23сек. - отлично;
- 25сек. - хорошо;
- 30сек. - удовлетворительно.

#### 3 вариант

#### Снаряжение магазина патронами (30 патронов):

- 30сек. - отлично;
- 35сек. - хорошо;
- 40сек. - удовлетворительно.

4. Записать в тетрадях порядок разборки, сборки автомата.
5. Стрельба из лазерного оружия.

### VII Контрольные вопросы.

1. Тактико-технические характеристики оружия.
2. Основные части оружия и их назначение
3. Правила обращения с оружием
4. Что планируется в рамках государственной программы вооружения на 2011-2020г?

### VIII. Литература.

1. Основы стрельбы из стрелкового оружия (Воениздат 1985 г) Наставление по стрелковому делу
- 2 Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г

## Практическая работа № 16

**I.** Основы армейского рукопашного боя (комплексы РБ-1 и РБ-2).

**II. Цель.** Сформировать у обучающихся видение своей будущей службы в элитных подразделениях Российской армии. Проверить себя на физическую выносливость и ловкость. Личным примером мотивировать служить в рядах вооруженных сил РФ.

### III. Задачи.

1. Закрепить в каждом обучающемся уверенность в себе, «товарищество и «чувство локтя».
2. Закрепить знания, полученные на занятиях по строевой подготовке.
3. Попробовать выполнить самостоятельно комплексы РБ-1 и РБ-2

### IV. Время выполнения 2ч.

**V. Оборудование.** Спортивный зал.

### VI. Задание.

1. Просмотреть демонстрацию.
2. Самостоятельно выполнить все элементы комплексов

### VII Контрольные вопросы.

1. Что вы усвоили из сегодняшнего занятия?
2. Для чего разработаны приемы рукопашного боя в армейских подразделениях?
3. Расскажите для каких категорий военнослужащих служат данные комплексы.?

### VIII. Приложение.

Методика проведения занятия

Знаменитый «Толковый словарь живого великорусского языка» (1863—1866), составленный В.И. Далем, дает следующее определение словосочетания «рукопашный бой»: «Ручной бой, рукопашный, рукопашь — бой схватной, всхватку, холодным оружием (статья «рука»); бой войск, сошедшихся вплоть (статья «бой»)».

Таким образом, в русском языке термин «рукопашный бой» изначально употреблялся для обозначения «приемов ближнего боя с холодным оружием или без него», предназначенных для воинов, как профессиональных, так и ополченцев. Приемы самообороны (системы самозащиты) в содержание данного термина не входят, т.к. они предназначены для гражданских лиц.

Технические особенности различных комплексов (систем) приемов рукопашного боя определяются целями, задачами и условиями применения этих комплексов. По этому критерию все комплексы (системы) рукопашного боя можно разделить на армейские и полицейские.

Занятия по рукопашному бою направлены на формирование навыков, необходимых для уничтожения, выведения из строя или пленения противника, самозащиты от его нападения, а также на воспитание смелости, решительности и уверенности в собственных силах.

Занятия по рукопашному бою проводятся в военной (спортивной) форме одежды, проверка только в военной форме одежды:

- при обучении приемам боя с оружием – на специальной площадке, оборудованной стационарными и переносными чучелами, мишенями (плетенками), переносными препятствиями (стенками, заборами, палисадниками, малозаметными препятствиями и др.), траншеями, ходами сообщений, блиндажами, лестничными площадками, фасадами домов с окнами, на тактических полях, в караульных городках и на полосах препятствий;
- при обучении приемам боя без оружия – на ровной травянистой площадке, специально подготовленной яме с песком и опилками, оборудованной дренажем или в спортивном зале (на ковре из матов).

Подготовительная часть занятия проводится с оружием и без него. При проведении подготовительной части занятия с оружием в нее включаются: строевые приемы, ходьба и бег в различном темпе, перебежки, переползания, выполнение приемов изготровки к бою и стрельбе навскидку, действия по внезапным командам и сигналам, приемы рукопашного боя с оружием, в том числе и по мишеням (чучелам), комплексы приемов рукопашного боя с автоматом на 8 и более счетов.

В подготовительную часть занятия, проводимого без оружия, включаются: строевые приемы, ходьба и бег в различном темпе, действия по внезапным сигналам и командам, специальные упражнения в передвижениях, комплексы приемов рукопашного боя на 8 и более счетов, упражнения вдвоем, приемы боя рукой и ногой, приемы самостраховки, упражнения в несложных единоборствах.

В содержание основной части занятий включаются (таблица 1):

- комплекс приемов РБ-Н (начальный) – для военнослужащих по призыву, в период совершенствования начальной военной подготовки (для курсантов вузов – в период общевоинской подготовки);
- комплекс приемов РБ-1 (общий) – для военнослужащих всех видов и родов войск Вооруженных Сил;
- комплекс приемов РБ-2 (специальный) – для военнослужащих подразделений и воинских частей воздушно-десантных войск, морской пехоты, мотострелковых подразделений и воинских частей, курсантов и слушателей военно-учебных заведений, осуществляющих подготовку специалистов для этих подразделений;
- комплекс приемов РБ-3 (специальный) – для военнослужащих разведывательных воинских частей и подразделений, курсантов военно-учебных заведений, осуществляющих подготовку специалистов для этих воинских частей и подразделений.

Личный состав подразделений и воинских частей Воздушно-десантных войск, морской пехоты, разведывательных подразделений и подразделений специального назначения наряду с приемами РБ-2 и РБ-3 дополнительно изучают приемы рукопашного боя по специальным программам.

Основная часть занятия организуется на одном или нескольких учебных местах.

В конце основной части занятия проводятся комплексная тренировка, в том числе и в виде учебных схваток.

Таблица 1

**Содержание занятий по рукопашному бою для различных категорий военнослужащих**

Категории военнослужащих	РБ-Н	РБ-1	РБ-2	РБ-3
Военнослужащие по призыву, в период совершенствования начальной военной подготовки (курсанты вузов – в период общевойсковой подготовки)	Все виды и рода войск ВС			
Военнослужащие по призыву, прослужившие менее 6 мес.	Все виды и рода войск ВС			
Военнослужащие по призыву, прослужившие 6 мес. и более		Все виды и рода войск ВС		
Военнослужащие по контракту, прослужившие менее 6 мес.		Все виды и рода войск ВС		
Военнослужащие по контракту, прослужившие менее 1 года (курсанты 1 курса вузов[1])		Все виды и рода войск ВС		
Военнослужащие по контракту, прослужившие 1 год и более (курсанты 2 курса вузов)		Все виды и рода войск ВС	ВДВ, морская пехота, мотострелковые подразделения	Личный состав разведывательных частей и подразделений
Военнослужащие по контракту, прослужившие 2 года и более (курсанты 3-5 курсов вузов)		Все виды и рода войск ВС РФ	ВДВ, морская пехота, мотострелковые подразделения	Личный состав разведывательных частей и подразделений

**Первый комплекс.  
Приемы рукопашного боя без оружия. Выполняется на 16 счетов.**

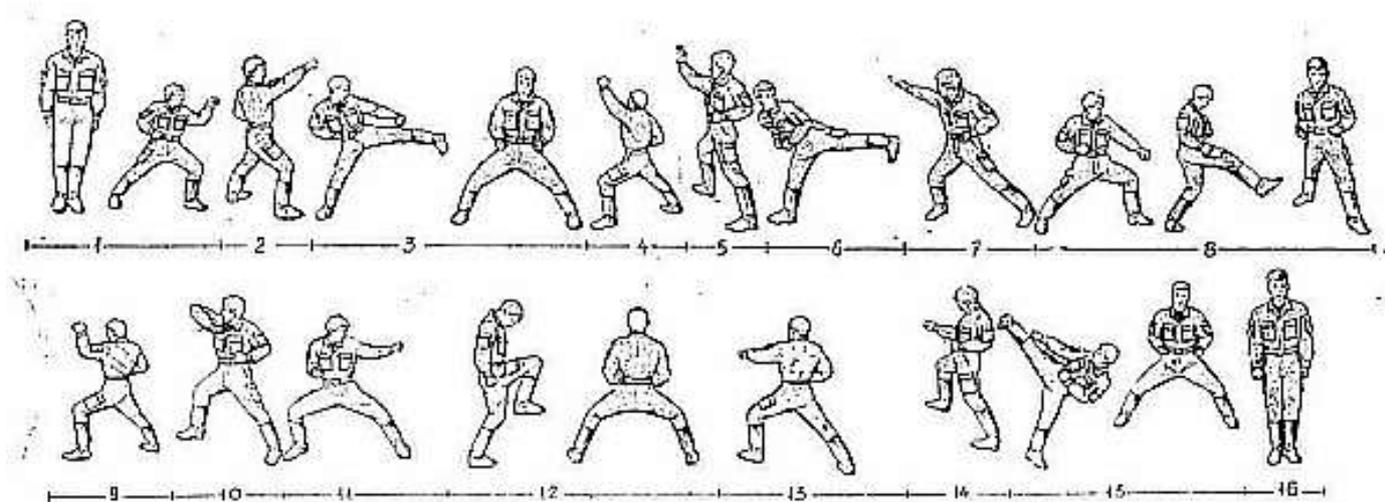


Рис.1

Исходное положение - строевая стойка.

1. С шагом правой назад, принимая боевую стойку, выполнить левой рукой отбив наружу.
2. С шагом правой вперед нанести прямой удар кулаком в лицо.
3. Нанести боковой удар левой ногой и принять фронтальную стойку.
4. Поворачиваясь направо, выполнить левой рукой верхний блок.
5. С шагом правой нанести рубящий удар по шее.
6. Резко наклониться вперед и нанести удар левой ногой назад.
7. С выпадом правой в сторону нанести рубящий удар правой рукой по горлу.
8. Поворачиваясь налево, выполнить нижний блок левой рукой от удара ногой и нанести удар носком правой ноги в промежность, принять боевую стойку.
9. Поворачиваясь направо, выполнить левой рукой отбив внутрь.
10. С шагом правой вперед нанести удар локтем сбоку в голову.
11. Поворачиваясь налево, нанести удар тыльной частью кулака наотмашь в солнечное сплетение.
12. Нанести удар коленом правой ноги в лицо и с поворотом налево принять фронтальную стойку.
13. С шагом левой нанести удар левой рукой в живот.
14. С шагом правой нанести удар кулаком сверху по затылку.
15. Нанести боковой удар правой ногой и принять фронтальную стойку.
16. Прыжком принять строевую стойку.

**Второй комплекс.  
Приемы рукопашного боя без оружия. Выполняется на 16  
счетов.**

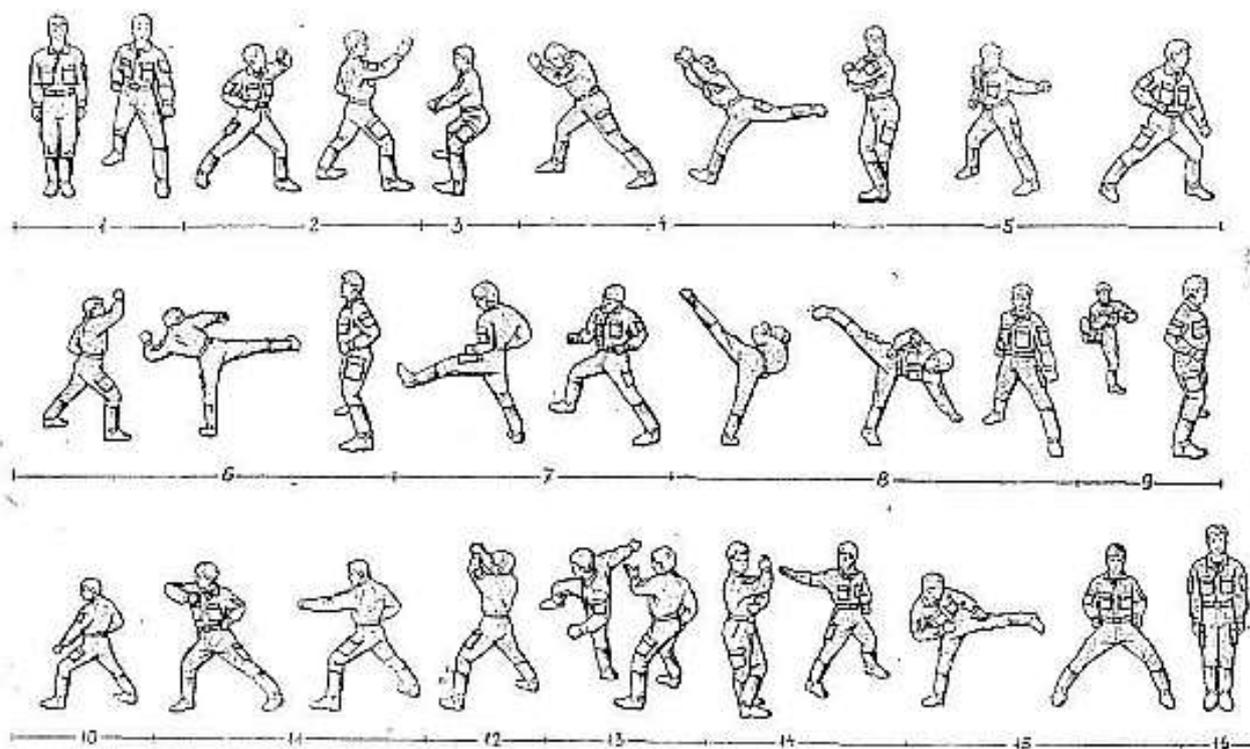


Рис.2

Исходное положение - строевая стойка.

1. С шагом правой назад принять боевую стойку.
2. Выполнить верхний блок левой рукой и с шагом правой вперед нанести рубящий удар ребром ладони по ключице.
3. Повернуться направо, принять фронтальную стойку и выполнить нижний блок руками накрест.
4. Захватив руками за плечи противника, резко потянуть на себя и с шагом правой нанести удар головой в лицо. Отталкивая противника, нанести удар левой ногой назад.
5. Выполнить два скрестных шага влево и нанести удар наотмашь тыльной частью кулака. Повернуться на левой ноге налево кругом, принять боевую стойку.
6. С шагом правой вперед выполнить верхний блок правой от удара ножом сверху, захватив одежду у запястья вооруженной руки, резко потянуть противника на себя и нанести встречный боковой удар правой ногой. С поворотом налево принять фронтальную стойку.
7. Нанести удар носком левой ноги в промежность и с шагом правой вперед нанести удар мышечной частью кулака по затылку.
8. Разворачиваясь направо, нанести круговой удар левой ногой в голову и удар правой назад, принять боевую стойку.
9. Поворачиваясь на носке левой ноги, выполнить отбив правой ногой внутрь и принять фронтальную стойку.
10. Поворачиваясь на левой ноге кругом, выполнить нижний блок левой рукой от удара ногой.
11. С шагом правой нанести удар локтем правой руки по голове и с шагом левой вперед нанести прямой удар кулаком в солнечное сплетение.

12. Поворачиваясь на левой ноге направо, выполнить верхний блок руками накрест.
13. Захватить предплечье (кисть) противника и с шагом левой вперед в сторону резко потянуть его на себя, нанося встречный удар коленом правой ноги в солнечное сплетение. С постановкой правой ноги на землю нанести удар ребром ладони левой руки по затылку.
14. Выполнить два скрестных шага вправо и нанести удар ребром ладони по горлу наотмашь.
15. С поворотом направо нанести боковой удар левой ногой и принять фронтальную стойку.
16. Прыжком принять строевую стойку.

#### Ошибки персональные:

1. Движения рук и вывод ноги (шаг) вперед при изготовке к бою не синхронны
2. При выполнении отбива рукой вверх локоть выше уровня запястья; нет возврата левой руки (к бедру) при выполнении удара правой рукой (кулаком) вперед; удар рукой не обозначен
3. Потеря равновесия при выполнении удара ногой; удар ногой не обозначен; “проваливание” вперед при ударе, равно постановка ноги вперед после выполнения удара
4. Удар наотмашь (ребром ладони) выполнен прямой рукой; постановка ноги в сторону (вправо) и удар рукой выполнены не синхронно; полный разворот корпуса вправо
5. Отбив вовнутрь рукой и отход (шаг) ногой назад выполнены не синхронно
6. Удар кулаком сверху и шаг ногой вперед выполнены не синхронно; удар кулаком выполнен прямой рукой
7. Потеря равновесия при выполнении удара ногой; удар ногой не обозначен “проваливание” вперед при ударе, равно постановка ноги вперед сразу после выполнения удара; движения ноги и рук при изготовке к бою не синхронны
8. При принятии строевой стойки руки не «по швам»; строевая стойка не выполнена

Ошибки команды: - не синхронное выполнение комплекса (“разнобой”) - потеря ориентации при выполнении (действия в разные стороны) - выполнение комплекса разноименными руками (ногами) - разрыв начальной дистанции (по ширине и глубине строя) - покидание площадки обучающимися до команды преподавателя

## Практическая работа № 18

**I. Тема** Изучение примеров героизма и войскового товарищества российских воинов.

**II. Цель.** Закрепление знаний о героизме, войсковом товариществе и приобретение практических умений при работе с видеоматериалами

**III. Задачи.**

1. Изучить материалы.
2. Ответить на контрольные вопросы.

**IV. Время выполнения** 2ч.

**V. Оборудование.**

Видеофильмы, проектор, экран

**VI. Задание.**

1. Просмотреть видеоматериалы.
2. Ответить на вопросы.

**VII Контрольные вопросы.**

1. Назовите основные понятия и определения патриотизма Российского гражданина и воина.
2. В чем выражается воинский долг военнослужащих ВС РФ?
3. Каково значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений?

**VIII Анкетирование**

## Практическая работа № 19

**I.** Разработка ситуационных задач и составление алгоритма действий при оказании первой медицинской помощи

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний по проведению реанимационной помощи, приобретение практических умений искусственной вентиляции легких, непрямого массажа сердца.

### **III. Задачи.**

1. Составить алгоритм проведения реанимации.

2. Научиться проводить искусственную вентиляцию легких, непрямой массаж сердца на тренажере.

### **IV. Время выполнения 2ч.**

**V. Оборудование.** Учебник БЖД стр.291-294, тренажер-Максим, тетрадь для практических работ, ситуационные задачи

### **VI. Задание.**

1. Изучить материал учебника стр.

2. Составить алгоритм реанимационной помощи.

3. Проведение реанимационной помощи на тренажере - Максим.

4. Решение ситуационных задач.

### **VII Контрольные вопросы.**

1. Что означает терминальное состояние?

2. Сколько терминальных состояний знаете?

3. Опишите терминальные состояния.

4. Признаки клинической смерти.

5. Этапы реанимации.

6. Назовите способы искусственной вентиляции легких.

### **VIII Литература**

1. Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст] : учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Г.Я. Ястребов; под редакцией Б.В. Карабухина. Изд. 7 –е. – Ростов н / Д : Феникс, 2016 – С. 251-273

## Практическая работа № 19

**I.** Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий

**II. Цель.** Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

### **III. Задачи.**

1. Решить ситуационные задачи.
2. Научиться останавливать кровотечение при помощи закрутки.
3. Научиться накладывать повязки на голову, руки, ноги.
4. Научиться накладывать шины

### **IV. Время выполнения 2ч.**

**V. Оборудование.** Ситуационные задачи, учебник БЖД, закрутки, бинты, шины.

### **VI. Задание.**

1. Решить ситуационные задачи.
2. Изучить материал учебника БЖД стр. 251-273. Ответить на контрольные вопросы письменно.
3. Работа в парах: наложить закрутку, наложить повязки на руку, голову, ногу, наложить шину при переломе голени.

### **VII. Контрольные вопросы.**

1. Дайте формулировку кровотечению.
2. Перечислите виды кровотечений.
3. Что такое асептика?
4. Что такое антисептика?
5. Перечислите виды ран.
6. Какие способы остановки кровотечений существуют?
7. Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов.
8. Как оказать помощь при открытом переломе?
9. Как оказать помощь при закрытом переломе?

### **VIII Литература**

1. Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст] : учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Г.Я. Ястребов; под редакцией Б.В. Карабухина. Изд. 8 –е. – Ростов н / Д : Феникс, 2021. – С. 415