

**БПОУ ВО «ВОЛОГОДСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**Методические рекомендации  
по выполнению самостоятельной работы  
по учебной дисциплине  
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

основной профессиональной образовательной программы – программы  
подготовки специалистов среднего звена  
по специальности СПО44.02.01 Дошкольное образование  
(углубленной подготовки)

**Вологда**

Методические рекомендации для самостоятельной работы разработаны в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 44.02.01 Дошкольное образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от № 1351 от 27.10.2014 г. и рабочей программы учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности.

Разработчик: **Мартемьянов И.Н.**, преподаватель-организатор ОБЖ

Одобрено на заседании ПЦК преподавателей социально-гуманитарных дисциплин

## СОДЕРЖАНИЕ:

1. ВВЕДЕНИЕ .....	4
2. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ .....	5
3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ И ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ.....	7
4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ .....	20

## ВВЕДЕНИЕ

### Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

#### уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

## ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	117
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	78
в том числе:	
практические занятия	24
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	39
<i>Промежуточная аттестация в форме комплексного дифференцированного зачета часа</i>	2

	Виды самостоятельной работы	Время на выполнение
1.	Оценка соблюдения гигиенических требований в здании колледжа и в учебной аудитории	2
2.	. Оформление конспекта по теме: «Методы и способы обеспечения безопасности»	2
3.	Написание эссе «Способы обеспечения безопасности в домашних условиях»	2
4.	Сбор информации о ЧС, происшедших за месяц в мире, в России, в Вологодской области.	1
5.	Составление плана действий в случае возникновения ЧС, произошедшей во время работы с детьми.	1
6.	Изучение Федерального закона «О противодействии терроризму»	2
7.	Изучение реализации мероприятий гражданской обороны в условиях БПОУ ВО «Вологодский педагогический колледж»	2
8.	Составление таблицы «Сходства и различия коллективных средств защиты: убежища, противорадиационного укрытия, простейшего укрытия».	2
9.	Определить юридическую ответственность военнослужащих при прохождении воинской службы – составить опорный конспект.	1
10.	Написание эссе «Проблемы оказания первой помощи пострадавшим»	2
11.	Подготовить сообщение по теме : «Порядок проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.	2
12.	Подбор ситуаций, используя произведения художественной литературы, мультипликационные фильмы, в которых герои получают травмы и оказание помощи пострадавшим	2
13.	Отработка навыков наложения бинтовых повязок на голову и верхние конечности.	1
14.	Отработка навыков наложения бинтовых повязок на туловище и нижние конечности.	1
15.	Решение ситуационных задач: определение вида кровотечения и последовательности оказания первой помощи.	1
16.	Составление конспекта «Первая помощь при носовом кровотечении»	1

17.	Составление конспекта беседы с детьми по теме: «Детский травматизм, его профилактика».	2
18.	Отработка навыков оказания первой помощи при повреждении грудной клетки.	1
19.	Отработка навыков оказания первой помощи при переломе позвоночника и нижних конечностей.	1
20.	Составление и решение ситуативных задач по теме «Ожоги, первая помощь при ожогах».	2
21.	Составление и решение ситуативных задач по теме «Обморожение, первая помощь при обморожении».	2
22.	Составление конспекта «Первая помощь при укусе змеи»	2
23.	Подбор статьи о последствиях неосторожного купания детей.	0,5
24.	Разработка правил поведения детей у водоемов.	1
25.	Подбор статьи о последствиях попадания инородных тел.	0,5
26.	Составление конспекта «Особенности действия и основные признаки поражения различными группами отравляющих веществ».	1
27.	Решение ситуационной задачи «Безопасность при использовании бытовой химии»	1
	Итого	39

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ И ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

### **Самостоятельная работа №1**

#### **Оценка соблюдения гигиенических требований в здании колледжа и в учебной аудитории 2 часа**

*Перечень вопросов, заданий, выносимых на самостоятельную работу:*

1. Изучите гигиенические требования к образовательной организации
2. Выберите для исследования 2 учебных кабинета и 2 места общественного пользования (коридор, актовый зал, туалет, раздевалка и т.п).
3. Определите соответствие условий организации учебного процесса в соответствии с требованиями гигиены: освещенность, чистота, температура воздуха, условия для проветривания, наличие моющих средств и т.д.
4. Какими формами трудовой деятельности поддерживаются гигиенические требования по условиям труда?
5. Что бы вы предложили улучшить в части соблюдения гигиенических требований?
6. Могут ли на Ваш взгляд быть в образовательном учреждении вредные и опасные условия труда по гигиеническим показателям?

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г №189 «Об утверждении Сан ПиН 2.42.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» [Электронный ресурс]. — URL: <https://legalacts.ru/doc/postanovlenie-glavnogo-gosudarstvennogo-sanitarnogo-vracha>

### **Самостоятельная работа. №2**

#### **Оформление конспекта по теме: «Методы и способы обеспечения безопасности на рабочем месте» - 2 часа**

В конспекте необходимо рассмотреть вопросы условий труда на рабочем месте, в настоящем времени и в будущем по работе по специальности.

Какие риски существуют на рабочем месте студента и воспитателя?

Какие профилактические меры существуют, чтобы снизить возможную опасность на рабочем месте?

Что такое аттестация рабочих мест, с какой целью и как она проводится?

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для бакалавров / отв. ред. А. А. Бирюков, В. К. Кузнецов. — Москва: Проспект, 2014. — 400 с.

### ***Самостоятельная работа №3***

**Написать памятку в рабочей тетради на тему: «Способы обеспечения безопасности в домашних условиях» 2 часа**

Перечень проблемных вопросов, выносимых в эссе:

1. Какие опасности в домашних условиях могут нанести неповторимый вред здоровью человека.
2. Меры предотвращения падения в домашних условиях.
3. Меры безопасности, исключающие попадание вредных и опасных веществ в организм человека.
4. Меры безопасности при пользовании электроприборами в домашних условиях.
5. Профилактические меры от бытовых опасностей.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>
2. О пожарной безопасности [Электронный ресурс]: федер. закон от 21.12.1994 г. № 69-ФЗ, с изм. от 23.06.2016 г. // Гарант.ру: инф.-прав. портал. — URL: <http://ivo.garant.ru/#/document/10103955/paragraph/276110>:
3. Безопасность жизнедеятельности: учебник для бакалавров / отв. ред. А. А. Бирюков, В. К. Кузнецов. — Москва: Проспект, 2014. — 400 с.
4. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — 9-е изд., стер. — Москва: Академия, 2014. — 336 с.

### ***Самостоятельная работа №4.***

**Сбор информации о ЧС, происшедших за месяц в мире, в России, в Вологодской области 1 час**

Используя предложенные интернет ресурсы сделайте сводку о

- происшедших ЧС природного характера и техногенного характера за месяц в мире
- происшедших ЧС природного и техногенного характера за месяц в РФ.
- происшедших ЧС природного и техногенного характера за месяц в Вологодской области.

Подумайте о причинах ЧС. Можно ли было их предотвратить?

Интернет-ресурсы:

1. МЧС России [Электронный ресурс]: сайт Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий. — URL: <http://www.mchs.gov.ru>
2. Главное управление МЧС России по Вологодской области [Электронный ресурс]: сайт. — URL: <https://35.mchs.gov.ru>

### ***Самостоятельная работа №5.***

**Составление плана действий в случае возникновения ЧС, произошедшей во время работы с детьми 1 час**

- 1 Порядок действий при получении сигнала оповещения при возникновении ЧС.
- 2 Проведение эвакуационных мероприятий при покидании помещений.
3. Оказание первой помощи эвакуируемым детям.



4.Профилактика действий, которых необходимо предусмотреть с детьми в случае возникновенияЧС в образовательном/воспитательном учреждении.( Наличие соответствующих средств индивидуальной защиты )

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера [Электронный ресурс]: федер. закон от 21.12.1994 г. № 68-ФЗ, с изм. от 23.06.2016 г. // Гарант.ру: инф.-прав. портал. — URL: <http://base.garant.ru/10107960/1/#friends>

3. О пожарной безопасности [Электронный ресурс]: федер. закон от 21.12.1994 г. № 69-ФЗ, с изм. от 23.06.2016 г. // Гарант.ру: инф.-прав. портал. — URL: <http://ivo.garant.ru/#/document/10103955/paragraph/276110>:

Интернет-ресурсы:

1. МЧС России [Электронный ресурс]: сайт Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий. — URL: <http://www.mchs.gov.ru>

2. Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. — URL: <https://spas-extreme.mchs.gov.ru/>

#### ***Самостоятельная работа.№6***

**Изучение Федерального закона РФ«О противодействии терроризму» от 06.03.2006г №35-ФЗ 2 часа**

1. Когда был принят данный закон, с чем это было связано?
2. Основные понятий ФЗ «О противодействии терроризму» (ст.3)
3. Основные принципы противодействию терроризму (ст 2)
4. Уровни террористической опасности, устанавливаемые в РФ.(ст 4,ст 5)

Литература:

1. О противодействии терроризму [Электронный ресурс]: федер.законот 06.03.2006 г. № 35-ФЗ // Консультант Плюс: СПС. - URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_58840/39aa16babc2a7298eb141815201d06e2ae84ec82/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_58840/39aa16babc2a7298eb141815201d06e2ae84ec82/)

#### ***Самостоятельная работа №7.***

**Изучение реализации мероприятий гражданской обороны в БПОУ ВО «Вологодский педагогический колледж» 2 часа**

Изучив локальные акты колледжа, регулирующие организацию гражданской обороны в БПОУ ВО «Вологодский педагогический колледж», опишите

1.Структуругражданской обороны в БПОУ ВО «Вологодский педагогический колледж».

2.Руководство гражданской обороны колледжа и обеспечение организации средствами ГО.

3.Комплексы мероприятий, направленных на организацию гражданской обороны в колледже.

4.Состав звена гражданской обороны колледжа и его функции.

### **Самостоятельная работа.№8**

**Составление таблицы «Сходства и различия коллективных средств защиты: убежища, противорадиационного укрытия, простейшего укрытия» 2 часа**

<i>Коллективные средства защиты</i>	<i>Различия</i>	<i>Сходство</i>
<i>Убежище</i>		
<i>Противорадиационное укрытие</i>		
<i>Простейшее укрытие</i>		

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — 9-е изд., стер. — Москва: Академия, 2014. — 336 с.

3. Безопасность жизнедеятельности: учебник для бакалавров / отв. ред. А. А. Бирюков, В. К. Кузнецов. — Москва: Проспект, 2014. — 400 с.

4. О гражданской обороне [Электронный ресурс]: федер. закон от 12.02.1998 г. № 28-ФЗ, с изм. от 30.12.2015 г. // Гарант.ру: инф.-прав. портал. — Режим доступа: <http://base.garant.ru/178160/#friends>

### **Самостоятельная работа №9**

**Определение юридической ответственности военнослужащих при прохождении ими военной службы 1 час**

Составить опорный конспект по вопросам:

1. Виды юридической ответственности военнослужащих.
2. Дисциплинарная ответственность.
3. Административная ответственность.
4. Материальная ответственность
5. Уголовная ответственность военнослужащих.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для бакалавров / отв. ред. А. А. Бирюков, В. К. Кузнецов. — Москва: Проспект, 2014. — 400 с.

Интернет-ресурсы:

1. Министерство обороны Российской Федерации [Электронный ресурс]: офиц. сайт. — URL: <http://mil.ru/>

### **Самостоятельная работа.№10**

**Напишите эссе по теме: «Проблемы оказания первой помощи пострадавшим» 2 часа**

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией

В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### ***Самостоятельная работа. №11***

**Подготовить сообщение по теме: «Порядок проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания» 2 часа**

1. Определение признаков клинической смерти.
2. Подготовка к реанимационным действиям по проведению НМС и ИВЛ.
3. Техника проведения реанимационных действий и контроля состояния пострадавшего до приезда «скорой помощи».

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### ***Самостоятельная работа. №12***

**Подберите произведения художественной литературы, мультипликационные фильмы, в которых герои получают травмы и оказание помощи пострадавшим 2 часа**

1. Выберите из известных Вам произведений художественной литературы, мультфильмов случаи травматизма героев.
2. Определите, какие способы оказания первой помощи были оказаны героям этих произведений.
3. Чем на Ваш взгляд существует опасность во время не оказанной помощи, исходя из художественных произведений.
4. Как можно использовать данные произведения в работе с детьми дошкольного возраста?

Интернет-ресурсы:

1. Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. — URL: <https://spas-extreme.mchs.gov.ru/>

2. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### ***Самостоятельная работа. №13***

**Отработка навыков наложения бинтовых повязок на голову и верхние конечности - 1 час**

1. Определите, какие виды бинтовых повязок существуют при их наложении на голову и верхние конечности
2. Наложите бинтовую повязку на голову и верхние конечности.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>
2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 9-е изд., стер. – Москва: Академия, 2014. – 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. – URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

#### ***Самостоятельная работа. №14***

**Отработка навыков наложения бинтовых повязок на туловище и нижние конечности 1 час**

1. Опишите, как можно определить вид кровотечения из туловища и нижних конечностей
2. Определите, какие виды бинтовых повязок существуют при их наложении на туловище и нижние конечности
3. Наложите бинтовую повязку на туловище и нижние конечности

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. – URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

#### ***Самостоятельная работа №15***

**Решение ситуационных задач: определение вида кровотечения и последовательности оказания первой помощи -1 час**

1. Упавшее стекло нанесло резаную рану на передней поверхности предплечья. Из раны струей вытекает венозная кровь. Специальных приспособлений для остановки кровотечения нет. Нет стерильного перевязочного материала. В распоряжении оказывающего помощь имеются носовой платок, электрический утюг, кипящий чайник на плите. Какова последовательность действий при оказании первой помощи?
2. В результате удара тупым предметом возникло значительное носовое кровотечение. В распоряжении имеются вата и полоска ткани (ширина 5 см, длина 50 см). Какова последовательность оказания первой помощи?
3. В результате ножевого ранения возникло сильное артериальное кровотечение из подколенной артерии. Никаких инструментов и перевязочного материала нет, кроме собственной одежды. Какова последовательность оказания первой помощи?

4. Молодой человек получил ножевое ранение в грудь. Под ключицей справа резаная рана размером 3х1,5 см, из которой вытекает пеннистая кровь. В распоряжении оказывающего помощь имеются флакон со спиртовым раствором йода, нестерильный целлофановый мешочек, нестерильный бинт. Какова первая помощь?
5. Решите ситуационные задачи. Задача состоит в том, что бы вы оценили ситуацию, в которую попал пострадавший и попытались определить вид раны, кровотечения и предложить способы оказания первой помощи пострадавшему с демонстрацией оказания помощи.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>
2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — 9-е изд., стер. — Москва: Академия, 2014. — 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

**Самостоятельная работа №16**

**Составление конспекта «Первая помощь при носовом кровотечении» 1 час**

В конспекте отразите вопросы:

1. Виды носового кровотечения
2. Способы остановки носового кровотечения.
3. Особенности носовых кровотечений.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>
2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — 9-е изд., стер. — Москва: Академия, 2014. — 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

**Самостоятельная работа №17**

**Составление конспекта беседы с родителями по теме «Детский травматизм, его профилактика» - 2 часа**

1. Каковы причины детского травматизма, какие виды травм наиболее характерны для детского возраста.
2. Оказание первой помощи при ушибах, растяжениях.

3. Оказание первой помощи при вывихах, при переломах, черепно-мозговой травме.
4. Профилактика детского травматизма.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

Интернет-ресурсы:

1. Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. — URL: <https://spas-extreme.mchs.gov.ru/>

2. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### ***Самостоятельная работа №18***

#### **Оказание первой помощи при повреждении грудной клетки - 1 час**

1. Опишите виды переломов грудной клетки, опасности пневмоторакса грудной полости
2. Порядок оказания первой помощи при закрытых и открытых повреждениях грудной клетки
3. Назовите правила транспортировки пострадавших в медицинские учреждения.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — 9-е изд., стер. — Москва: Академия, 2014. — 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### ***Самостоятельная работа №19***

#### **Оказание первой помощи при переломе позвоночника и нижних конечностей - 1 час**

1. Особенности переломов позвоночника и нижних конечностей.
2. Алгоритм первой помощи при переломе позвоночника
3. Опасности травм и переломов позвоночника и нижних конечностей
4. Правила транспортировки пострадавших в медицинские учреждения.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>



2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 9-е изд., стер. – Москва: Академия, 2014. – 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. – URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### **Самостоятельная работа №20**

**Решение ситуативных задач по теме «Ожоги, первая помощь при ожогах» 2 часа**

*Повторите материал по теме «Ожоги», изученный на учебном занятии:*

1. Ожоги. Клиническая картина развития ожога.
2. Виды ожогов. Степени поражения ожогами тела человека.
3. Профилактика ожога и оказание первой помощи при ожогах.

Решите ситуационные задачи:

Определите, какую первую медицинскую помощь нужно оказать до приезда врачей

1. При пожаре спасатели вынесли из горящего помещения человека, находящегося в бессознательном состоянии. На пострадавшем горят брюки на правой нижней конечности, обувь тлеет. Дыхание нарушено, сердечная деятельность сохранена.
2. В результате пожара воспламенилась одежда на ребёнке. Пламя затушили. При осмотре: состояние тяжелое, заторможен, безучастен, пульс частый, артериальное давление снижено, дыхание поверхностное. На коже лица пузыри с прозрачным содержимым, вскрывшиеся пузыри, участки обугленной кожи.
3. В результате пожара жилого помещения мужчина получил ожог головы, передней поверхности туловища и верхних конечностей. Больной крайне возбуждён, на лице имеются вскрывшиеся пузыри, на передней поверхности грудной клетки плотная тёмная корка, в области живота вскрывшиеся пузыри.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 9-е изд., стер. – Москва: Академия, 2014. – 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. – URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### **Самостоятельная работа №21**

**Решение ситуативных задач по теме «Обморожение, первая помощь при обморожении» 2 часа**

*Повторите материал по теме «Обморожение, первая помощь при обморожении», изученный на учебном занятии:*

1. Факторы, способствующие развитию обморожению.
2. Степени обморожения человека.
3. Оказание первой помощи при обморожении и профилактические меры против обморожения (используйте представленную ниже схему)

Решите ситуационные задачи:

Определите, какую первую медицинскую помощь нужно оказать до приезда врачей  
Во время прогулки в холодное время года ребенок провалился правой ногой под лед. В помещении обнаружилось, что пальцы правой стопы потеряли чувствительность, а правый валенок покрылся ледяной корочкой.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

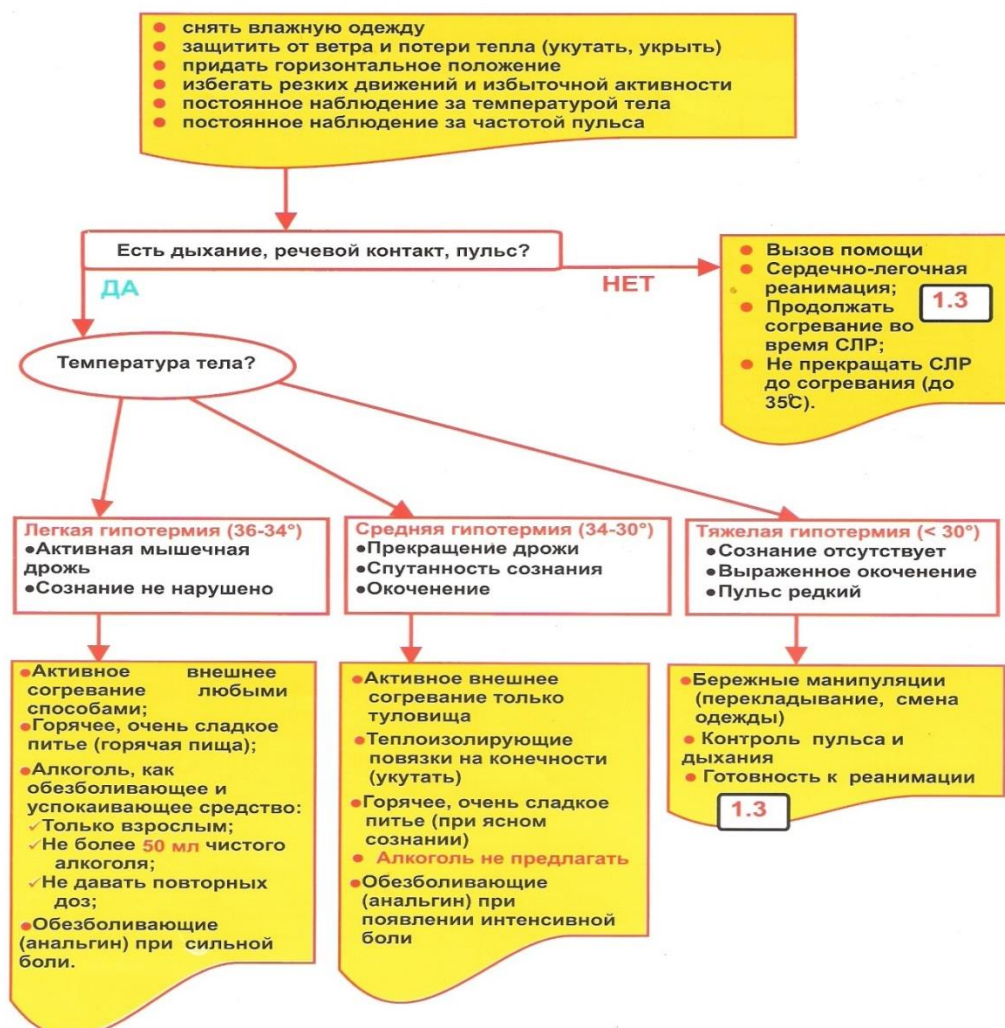
2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — 9-е изд., стер. — Москва: Академия, 2014. — 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. — URL: <https://spas-extreme.mchs.gov.ru/>

2. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### Алгоритм оказания помощи при переохлаждении (гипотермии)





### **Самостоятельная работа №22**

#### **Составление конспекта «Первая помощь при укусе змей» 2 часа**

1. Опасность укусов змей.
2. Оказание первой помощи при укусах змей
3. Профилактика укусов змей.

#### Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — 9-е изд., стер. — Москва: Академия, 2014. — 336 с.

#### Интернет-ресурсы:

1. Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. — URL: <https://spas-extreme.mchs.gov.ru/>

2. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### **Самостоятельная работа №23**

#### **Подберите материалы о последствиях неосторожного купания детей - 0,5 часа**

1. Купание детей в открытых водоемах
2. Купание детей в бассейнах
3. Купание детей в ванне
4. Причины возникновения чрезвычайных ситуаций при купании детей

#### Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — 9-е изд., стер. — Москва: Академия, 2014. — 336 с.

#### Интернет-ресурсы:

1. Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. — URL: <https://spas-extreme.mchs.gov.ru/>

2. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. — URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### **Самостоятельная работа №24**

#### **Разработка правил поведения детей у водоемов - 1 час**

1. Опишите основные правила поведения детей у водоемов.
  2. Обязанности родителей (воспитателей) при нахождении с детьми у водоемов.
- Материалы оформите в виде буклета или брошюры.

#### Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией

В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 9-е изд., стер. – Москва: Академия, 2014. – 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. – URL: <https://spas-extreme.mchs.gov.ru/>

2. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. – URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### **Самостоятельная работа №25**

#### **Подбор материала о последствиях попадания инородных тел - 0,5 часа**

1. Какие угрозы несут попадание инородных тел в организм человека.
2. Попадание инородных тел в органы дыхания, глаза, уши.
3. Профилактические меры предупреждения данного вида травмирования инородными телами.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 9-е изд., стер. – Москва: Академия, 2014. – 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. – URL: <https://spas-extreme.mchs.gov.ru/>

2. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. – URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### **Самостоятельная работа №26**

#### **Составление конспекта «Особенности действия и основные признаки поражения различными группами отравляющих веществ» 1 час**

1. Какие виды основных отравлений наиболее опасны для человека.
2. Какая особенность бытовых, химических, лекарственных отравлений.
3. Самопомощь и первая помощь при пищевых отравлениях.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 9-е изд., стер. – Москва: Академия, 2014. – 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. – URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

### **Самостоятельная работа №27**

#### **Решение ситуационной задачи «Безопасность при использовании бытовой химии» 1 час**

Подумайте, какая опасность заключается в использовании продуктов бытовой химии  
Решите ситуационные задачи

1. Папа с сыном обрабатывали раствором ядохимикатов деревья и кустарники в саду от вредителей-насекомых. Опаздывая на автобус, они не успели переодеться и поехали домой в той же одежде, в которой проводили обработку.
2. Ирина торопилась успеть постирать бельё до прихода мамы. Она взяла пачку со стиральным порошком и быстро стала сыпать его в стиральную машину, наклонившись над ней как можно ближе, чтобы увидеть, сколько насыпать порошка. Какая опасность существует?
3. Валя, при использовании косметики, обратила внимание на покраснение кожи после нанесения его на лицо. Какая опасность существует?
4. После уборки ванной комнаты, мама оставила чистящие средства там же. В доме маленький ребенок. Какая опасность существует?
5. Пятилетняя девочка увидела на столе бутылку из-под лимонада. При первом же глотке закричала от боли. Оказалось, что мать держала в этой бутылке уксусную эссенцию. В чём причина этого несчастного случая? Что надо сделать? Как ?
6. Папа закурил. Была включена газовая плита. Мама в этот момент наносила из аэрозольного баллона чистящую жидкость на кафельную плитку. Что могло произойти? Что надо сделать?

#### Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781>

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 9-е изд., стер. – Москва: Академия, 2014. – 336 с.

#### Интернет-ресурсы:

1. Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. – URL: <https://spas-extreme.mchs.gov.ru/>

2. Курс лекций по предмету ОБЖ «Первая помощь» [Электронный ресурс] / сост. А. С. Иванов // Инфоурок: ведущий образовательный портал России. – URL: <https://infourok.ru/kurs-lekcij-po-predmetu-obzh-pervaya-pomosh-4383613.html>

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ :

### Основная литература :

Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2018. — 399 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/413554>

Дополнительные источники:

Безопасность жизнедеятельности: учебник для бакалавров / отв. ред. А. А. Бирюков, В. К. Кузнецов. — Москва: Проспект, 2014. — 400 с.

Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2018. — 313 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/413524>

Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2018. — 499 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/413626>

О гражданской обороне [Электронный ресурс]: федер. закон от 12.02.1998 г. № 28-ФЗ, с изм. от 30.12.2015 г. // Гарант.ру: инф.-прав. портал. — URL: <http://base.garant.ru/178160/#friends>

О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера [Электронный ресурс]: федер. закон от 21.12.1994 г. № 68-ФЗ, с изм. от 23.06.2016 г. // Гарант.ру: инф.-прав. портал. — URL: <http://base.garant.ru/10107960/1/#friends>

О пожарной безопасности [Электронный ресурс]: федер. закон от 21.12.1994 г. № 69-ФЗ, с изм. от 23.06.2016 г. // Гарант.ру: инф.-прав. портал. — URL: <http://ivo.garant.ru/#/document/10103955/paragraph/276110:1>

### Интернет-ресурсы

МЧС России [Электронный ресурс]: сайт Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий. — URL: <http://www.mchs.gov.ru>

Министерство внутренних дел Российской Федерации [Электронный ресурс]: офиц. сайт. — URL: <https://мвд.рф/>

Министерство обороны Российской Федерации [Электронный ресурс]: офиц. сайт. — URL: <http://mil.ru/>

Федеральная служба безопасности Российской Федерации [Электронный ресурс]: офиц. сайт. — URL: <http://www.fsb.ru/>

Спас экстрим [Электронный ресурс]: портал детской безопасности МЧС России. – URL: <http://www.spas-extreme.ru>

Академик [Электронный ресурс]: словари и энциклопедии на Академике: сайт. – URL: <http://dic.academic.ru/>

Глобалтека [Электронный ресурс]: глобальная библиотека научных ресурсов. – URL: <http://globalteka.ru/index.html>

Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]: портал. – URL: <http://window.edu.ru/>

IPRbooks [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/>

Победители [Электронный ресурс]: проект. – URL: <http://www.pobediteli.ru/>

Центральный музей ВВС РФ [Электронный ресурс]: сайт. – URL: <http://monino.ru/>

Государственные символы России [Электронный ресурс]: сайт. – URL: <http://simvolika.rsl.ru/index.php?f=41>

Милитера. Военная литература [Электронный ресурс]: сайт. – URL: <http://militera.lib.ru/>

Википедия [Электронный ресурс]: свободная энциклопедия. – URL: <https://ru.wikipedia.org>