

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Кунгурский сельскохозяйственный колледж»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по выполнению практических работ

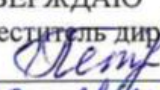
по ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

2022 г.

РАССМОТРЕНО
на заседании МК ЗЭД
Протокол № 1 от «30» августа 2022 г.
Председатель МК


_____ А.Б.Бородина

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебной работе
 Л.И.Петрова
« 30 » августа 2022 г.

Введение

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) изучается студентами на первом курсе на базе основного общего образования. Методические рекомендации по выполнению практических работ обеспечивают реализацию рабочей программы по ОБЖ. Реализация программы обеспечит компетентность будущих специалистов в области безопасности жизнедеятельности как неотъемлемой части их профессионализма в период вступления в самостоятельную жизнь.

Пояснительная записка

Реальная практическая работа является исключительно важным элементом в деле эффективного усвоения материала. В процессе практической работы у студента наиболее четко возникает необходимость целостного, системного восприятия содержания дисциплины, потребность привлечения дополнительных сведений из рекомендованной учебной и методической литературы, просмотра и изучения записей, сделанных во время аудиторных занятий. Цель методических рекомендаций: оказание помощи студентам в выполнении практической работы по дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности. Настоящие методические рекомендации содержат виды работ, которые позволят студентам:

уметь: - владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; - оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

знать: - основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него; - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; - основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; - основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; - порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; - состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации; - основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе; - основные виды

военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы; - требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника; - предназначение, структуру и задачи РСЧС; - предназначение, структуру и задачи гражданской обороны; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: - для ведения здорового образа жизни; - оказания первой медицинской помощи; - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

№ п/п	Название практических работ
1	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки
2	Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств, при организации дорожного движения
3	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.
4	Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях, ушибах, растяжениях, вывихах, переломах.
5	Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. Изучение оказания медицинской помощи при травматическом шоке.
6	Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.
7	Отработка норматива на одевание средств индивидуальной защиты кожи с обучающимися.

Практическая работа №1

Тема: Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

Цель: Познакомить обучающихся с наиболее часто встречающимися инфекциями и механизмами их передачи.

Задание 1: Объяснить обязательные правила личной гигиены, предотвращающие инфекционные заболевания.

Задание 2: Обсудить с обучающимися наиболее встречающиеся виды инфекционных заболеваний, по заранее подготовленному материалу. Совместно выработать и записать в тетрадь правила личной гигиены.

Практическая работа №2

Тема: Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств, при организации дорожного движения.

Цель: Закрепление знаний правил дорожного движения и поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Задание 1: Изучить правила дорожного движения.

Задание 2: Законспектировать статьи, раскрывающие правила поведения на дорогах пешеходов и велосипедистов.

Задание 3: Ознакомится с памятками по правилам безопасного поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Задание 4: Составить описание нескольких моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств в различных дорожных ситуациях (порядок и последовательность движения на перекрёстках).

Практическая работа №3

Тема: Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Цель: Закрепление теоретических знаний и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Задание 1: Описать порядок ориентирования на местности.

Задание 2: Изучить сущность движения по азимуту.

Задание 3: Изучить, как организовать ночлег и добыть огонь в лесисто-болотистой местности.

Задание 4: Изучить как подать сигнал бедствия в условиях вынужденной автономии.

Практическая работа №4

Тема: Изучение и освоение основных приёмов оказания первой помощи при кровотечениях.

Цель: Научиться оказывать первую помощь при кровотечениях.

Задание 1: Изучить порядок выполнения проводимых операций (действий) при наложении, повязок, жгутов, перетягивании конечностей.

Задание 2: Изучить способы остановки кровотечений.

Задание 3: Изучить требования по соблюдению асептики и антисептики.

Практическая работа №5,6,7

Тема: Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

Цель: Научиться выполнять основные способы искусственного дыхания.

Задание 1: Изучить алгоритм действий при проведении искусственного дыхания.

Задание 2: Изучить способы очистки верхних дыхательных путей. Отработать нормативы на одевание средств индивидуальной защиты кожи с обучающимися.