

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
«НИЖНЕУДИНСКИЙ ТЕХНИКУМ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ
ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Безопасность жизнедеятельности

Специальность:

23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог

Нижеудинск 2020

Методические рекомендации по выполнению практических работ по учебной дисциплине Безопасность жизнедеятельности разработаны на основе региональной программы учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности для образовательных учреждений, реализующих основные профессиональные образовательные программы по профессиям среднего профессионального образования 2015г.

Организация-разработчик:

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области «Нижеудинский техникум железнодорожного транспорта».

Автор-составитель:

Липунов Сергей Владимирович, преподаватель-организатор ОБЖ ГБПОУ НТЖТ

Введение

Практические занятия обучающихся в процессе изучения учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности предназначены для закрепления теоретических знаний и отработки практических навыков защиты при возникновении чрезвычайных ситуаций различного происхождения, выполнения основных элементов начальной военной подготовки, оказания первой помощи пострадавшим.

Практические занятия – это вид учебной деятельности, которую обучающийся совершает под контролем преподавателя, руководствуясь сформированными ранее представлениями о порядке и правильности выполнения действий.

Цели практической работы обучающихся:

- освоение компетенций, предусмотренных ФГОС СПО по специальности;
- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности обучающихся, творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений.

Задачи организации практической работы:

- мотивация к освоению дисциплины;
- повышение ответственности обучающихся за свое обучение;
- способствование развитию общих и профессиональных компетенций;
- создание условий для формирования способности к самообразованию.

Методические рекомендации составлены в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности.

Освоение содержания учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих **результатов**:

В результате освоения 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 профессии;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь.

В результате освоения 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 неё 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.

Перечень формируемых компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ПК 1.1. Эксплуатировать подвижной состав железных дорог.

ПК 1.2. Производить техническое обслуживание и ремонт подвижного состава железных дорог в соответствии с требованиями технологических процессов.

ПК 1.3. Обеспечивать безопасность движения подвижного состава.

ПК 2.1. Планировать и организовывать производственные работы коллективом исполнителей.

ПК 2.2. Планировать и организовывать мероприятия по соблюдению норм безопасных условий труда.

ПК 2.3. Контролировать и оценивать качество выполняемых работ.

ПК 3.1. Оформлять техническую и технологическую документацию.

ПК 3.2. Разрабатывать технологические процессы на ремонт отдельных деталей и узлов подвижного состава железных дорог в соответствии с нормативной документацией.

Учебным планом на практическую работу обучающихся предусмотрено **48 часов**

Критерии оценки результатов практической работы:

- соответствие методическим рекомендациям
- правильность выполнения

Тематический план практической работы

Тема 1.2. Организация гражданской обороны

Практическое занятие №1

Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения

Практическое занятие №2

Отработка нормативов по надеванию противогаза

Практическое занятие №3

Отработка нормативов по надеванию ОЗК

Практическое занятие №4

Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.

Практическое занятие №5

Правила поведения в убежище.

Практическое занятие №6

Приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.

Тема 1.4. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах

Практическое занятие №7

Отработка порядка и правил действий при пожарах.

Практическое занятие №8

Средства пожаротушения. Правила пользования..

Практическое занятие №9

Отработка действий при возникновении аварии с выбросом сильнодействующих ядовитых веществ.

Практическое занятие №10

Отработка действий при возникновении радиационной аварии

Практическое занятие №11

Отработка действий при авариях на автомобильном и железнодорожном транспорте.

Практическое занятие №12

Отработка действий при авариях на воздушном и водном транспорте.

Тема 2.2. Уставы Вооружённых Сил России

Практическое занятие №13

Подготовка караула, развод караула

Практическое занятие №14

Смена караула

Практическое занятие №15

Смена часового

Практическое занятие №16

Действия часового на посту

Тема 2.3. Строевая подготовка

Практическое занятие №17

Строевая стойка и повороты на месте.

Практическое занятие №18

Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.

Практическое занятие №19

Повороты в движении.

Практическое занятие №20

Выполнение воинского приветствия военнослужащим без оружия на месте и в движении.

Практическое занятие №21

Выход из строя и постановка в строй.

Практическое занятие №22

Подход к начальнику и отход от него.

Практическое занятие №23

Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй.

Практическое занятие №24

Выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте.

Практическое занятие №25

Построение и отработка движения походным строем.

Практическое занятие №26

Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Тема 2.4. Огневая подготовка

Практическое занятие №27

Изучение устройства автомата Калашникова.

Практическое занятие №28

Порядок неполной разборки автомата.

Практическое занятие №29

Отработка неполной разборки автомата.

Практическое занятие №30

Порядок сборки автомата.

Практическое занятие №31

Отработка сборки автомата.

Практическое занятие №32

Отработка неполной разборки и сборки автомата.

Практическое занятие №33

Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата.

Практическое занятие №34

Принятие положения для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе.

Практическое занятие №35

Меры безопасности при стрельбе.

Практическое занятие №36

Чистка, смазка, хранение автомата Калашникова.

Тема 2.5. Медико-санитарная подготовка

Практическое занятие №37

Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки).

Практическое занятие №38

Отработка наложения кровоостанавливающего жгута (закрутки).

Практическое занятие №39

Пальцевое прижатие артерий.

Практическое занятие №40

Отработка пальцевого прижатия артерий.

Практическое занятие №41

Наложение повязок на голову.

Практическое занятие №42

Отработка наложения повязок на голову.

Практическое занятие №43

Наложение повязок на туловище, верхние и нижние конечности.

Практическое занятие №44

Отработка наложения повязок на туловище, верхние и нижние конечности.

Практическое занятие №45

Наложение шины на место перелома, транспортировка пострадавшего.

Практическое занятие №46

Отработка наложения шины на место перелома и транспортировки пострадавшего.

Практическое занятие №47

Отработка на тренажёре прекардиального удара и искусственного дыхания.

Практическое занятие №48

Отработка на тренажёре непрямого массажа сердца в сочетании с искусственной вентиляцией лёгких.

Практическое занятие №8

Тема: «Средства пожаротушения, правила пользования»

Время выполнения: 1 час

Цель: Обучить обучающихся правилам пользования первичными средствами пожаротушения

Задание:

- продемонстрировать порядок использования различных огнетушителей, соблюдая следующие правила:

1. Огнетушители пенные предназначены для тушения пожаров огнетушащими пенами. Их не используют при тушении веществ и материалов, горящих без доступа воздуха, и электроустановок, находящихся под напряжением. Для приведения в действие огнетушителя ОХП необходимо: поднести огнетушитель к очагу пожара; рукоятку поднять и повернуть до отказа; перевернуть огнетушитель вверх дном и встряхнуть; направить струю на очаг возгорания.

2. Огнетушители углекислотные предназначены для тушения загораний различных веществ, горение которых не может происходить без доступа воздуха, загораний на электрофицированном железнодорожном и городском транспорте, электроустановок под напряжением не более 10000 В. Для приведения ОУ в действие необходимо: сорвать пломбу, выдернуть чеку, направить раструб на пламя, нажать на рычаг. Нельзя держать огнетушитель в горизонтальном положении или переворачивать головкой вниз, а также прикасаться оголёнными частями тела к раструбу.

3. Огнетушители порошковые предназначены для ликвидации очагов пожаров всех классов (твёрдых, жидких газообразных веществ, электроустановок, находящихся под напряжением до 1000 В). Порошковыми огнетушителями оборудуют автомобили, гаражи, склады, офисы и банки, частные дома и т.д.

Для приведения в действие порошкового огнетушителя необходимо: выдернуть чеку, нажать на кнопку (рычаг), направить пистолет на пламя с расстояния не более 5 метров; при тушении огнетушитель встряхивать, в рабочем положении огнетушитель держать вертикально, не переворачивая его.

Форма контроля: Контроль практических навыков пользования огнетушителями

Рекомендуемая литература:

1. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебник – М.: Издательский центр «Академия», 2018.