**Раздел 1**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 1 (2 часа)**

**«Опасности социального характера, этапы развития»**

**Цель**: ознакомиться с опасностями социального характера, этапами развития.

**Осваиваемые умения:**

* владеть практическими знаниями, связанными с опасностями социального характера;

**Усваиваемые знания:**

* сформировать представление об опасностях социального характера;
* знать порядок действий при возникновении опасности социального характера; **Формируемые компетенции**:
* ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
* ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.
* ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях
* ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.
* ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.
* ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
* ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

* наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);
* технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть.

**Литература:**

* печатные и электронные издания.

**Практические задания**

**Задание 1**

Описать возможные опасности, которые могут возникнуть в результате угрозы социального характера.

**Задание 2**

Описать правила поведения при опасности, которые могут возникнуть в результате угрозы социального характера.

**Справка**

Опасности социального характера - это неблагоприятные процессы и явления, возникающие между людьми в обществе, и представляющие угрозу для жизни и здоровья людей, их имущества, прав и законных интересов. Главными предпосылками появления социальных опасностей является несовершенство человеческой природы, а также социально-экономические процессы, протекающие в обществе на данном историческом этапе развития.

Нередко предпосылкой или источником социальных конфликтов, формирующих опасности, выступает дефицит материальных, моральных или иных ценностей (денег, жилплощади, земли, товаров, внимания, уважения, любви, доступа к власти), неравенство социальных групп, ущемление национальных интересов.

Классификация видов опасных ситуаций социального характера

Многообразие опасностей, угроз и источников их возникновения группируются по следующим признакам:

• по объектам воздействия – человек, общество, государство, а также среда обитания социума;

• по отношению к объектам воздействия – внутренние и внешние;

• по направлениям (сферам) человеческой деятельности – экономические, социальные, политические, военные, культурологические, информационные, экологические и т. д.;

• по масштабам – глобальные, региональные, национальные, локальные, местные и т. д.;

• по способам и формам проявления – заявления, конкретные действия, совокупность обстоятельств, которые могут породить опасность в перспективе и требуют защитного реагирования и пр.;

• по источникам и движущим силам (по происхождению) – природные, обусловленные деятельностью людей (техногенные, социальные);

• по ожиданию воздействия на объект – внезапные, неожиданные; ожидаемые с малым временем задержки или с большим временем задержки;

• по умыслу – правомерные, вытекающие из реализации правовых норм; противоправные; внеправовые;

• по форме – прямые, косвенные, завуалированные, латентные, несформировавшиеся;

• по времени – мгновенные, длительные, дискретные;

• по последствиям – необратимые, обратимые, мутагенные, доминантные, катализирующие;

• по значению – допустимые, недопустимые;

• по составу – разовые, бинарные, кумулятивные, диффузные;

• по актуализации – вероятные (весьма вероятные, маловероятные), потенциальные, реальные, осуществленные;

• по причинам появления – закономерные, случайные, стихийные, преднамеренные;

• по ущербу – материальный, моральный;

• по величине ущерба – предельный, значительный, незначительный;

• по характеру воздействия – активные, пассивные и пр.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Раздел 1**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 2 (2 часа)**

**«Опасности на дорогах»**

**Цель**: освоить умения выявлять и описывать алгоритм опасности для разных участников дорожного движения (пешеход, электросамокатчик/райдер, мотоциклист)

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, природной среде, в общественных местах);

-знать порядок действий в опасных и экстремальных ситуациях.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала опишите среду «дорожного движении».

**Задание 2**

На основе предложенных ситуаций опишите опасности на дорогах для разных участников дорожного движения (пешеходов и разных видов транспорта).

**Задание3**

Определите и опишите условия, при которых элемент системы «человек участник дорожного движения – среда дорожного движения» становится причиной нанесения вреда человеку.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Практическая работа № 3**

**«Опасности пожара в общественном месте»**

**Цель**: ознакомиться с техникой безопасности, правилами поведения при начавшейся эвакуации, обнаружении пожара в общественном месте.

**Осваиваемые умения:**

* владеть практическими знаниями о техники безопасности при произошедшем в общественном месте пожаре;

**Усваиваемые знания:**

* сформировать представление о возможной опасности возникновения пожаров в общественных местах (на примере ТРЦ, кинотеатра, клуба);
* знать порядок действий при начавшейся эвакуации, обнаружении возгорания в общественном месте.

**Оборудование:**

* наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);
* технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть.

**Литература:**

* печатные и электронные издания.

**Практические задания**

**Задание 1**

Описать возможные опасности, которые могут возникнуть при пожаре в общественном месте (на примере ТРЦ, кинотеатра, клуба).

**Задание2**

Описать правила поведения при начавшейся эвакуации, обнаружении пожара в общественном месте.

**Справка**

Все три общественных места (ТРЦ, кинотеатр, клуб) – места большого скопления людей.

ТРЦ – помещение в несколько этажей, с большим холлом, лифтами, множеством магазинов и других помещений, в том числе подсобных, оборудован аварийными лестницами и выходами, огнетушителями. Зачастую ТРЦ располагаются в зданиях бывших заводов, фабрик. Люди количественно равномерно распределены по всей площади помещений.

Кинотеатр – как правило, одноэтажное помещение, разделенное на холл и несколько кинозалов, а также других помещений, в том числе подсобных, оборудован аварийными выходами, огнетушителями. Преимущественно люди находятся в кинозалах.

Клуб – как правило, одноэтажное помещение, не имеющего четкого зонирования, за исключением подсобных помещений и санузлов, оборудован аварийными выходами, огнетушителями. Могут иметься легковоспламеняющиеся и взрывоопасные предметы, например пиротехнические и дымовые машины. Люди количественно равномерно распределены по всей площади помещений.

**Практическая работа №4**

**«Опасности, возникающие** **при захвате заложников в общественном месте»**

**Цель**: ознакомиться с техникой безопасности, правилами поведения при захвате заложников в общественном месте.

**Осваиваемые умения:**

* владеть практическими знаниями о техники безопасности при захвате заложников в общественном месте;

**Усваиваемые знания:**

* сформировать представление о возможной при захвате заложников в общественном месте;
* знать порядок действий при захвате заложников в общественном месте.

**Оборудование:**

* наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);
* технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть.

**Литература:**

* печатные и электронные издания.

**Практические задания**

**Задание 1**

Описать возможные опасности, которые могут возникнуть при захвате заложников в общественном месте.

**Задание2**

Описать правила поведения при захвате заложников в общественном месте.

**Справка**

Каждый конкретный случай взятия заложников своеобразен и отличается от других. Тем не менее некоторые общие и конкретные рекомендации психологического и поведенческого характера в отношении того, как себя правильно вести, если Вы стали жертвой захвата могут оказаться весьма полезными и эффективными для сохранения жизни и здоровья.

Террористы часто выбирают для атак места массового скопления народа. Помимо собственно поражающего фактора террористического акта, люди гибнут и получают травмы еще и в результате давки, возникшей вследствие паники.

В настоящее время могут использоваться как промышленные, так и самодельные взрывные устройства. Взрывные устройства могут маскироваться под любые предметы социально-бытового назначения в т. ч. коробки из-под оргтехники, молочные пакеты, видеокассеты и даже детские игрушки и т. д.

**Раздел 1**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 5 (2 часа)**

**«Риски на дорогах»**

**Цель**: освоить умения выявлять и описывать алгоритм риски для разных участников дорожного движения.

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о возможных источниках рисков на дорогах общего пользования;

-знать порядок действий в опасных и экстремальных ситуациях.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала перечислите источники рисков на дорогах общего пользования.

**Задание 2**

На основе предложенных примеров и личного опыта сформулируйте опасные ситуации на дорогах общего пользования.

**Задание3**

Определите и опишите условия возникновения рисков для пешехода на дороге общего пользования.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

В современном мире дороги общего пользования являются местом повышенной опасности. Риски подстерегают на каждом шагу: невнимательный велосипедист, торопящийся водитель автомобиля, зазевавшийся пешеход, погода за окном и, конечно же, неидеальное состояние дорог и прилегающей к ним территории. Но главным риском всё же является человеческий фактор. Человек – источник опасности как для себя, так и для окружающих его людей.

Существуют ситуации, в которых риск для жизни человека повышается во множество раз. К ним можно отнести: технические неисправности автомобилей (неисправная тормозная система не даёт возможности экстренно остановиться; пробитое колесо автомобиля приводит к потере управления; заглохший двигатель лишает возможности полноценно управлять автомобилем), человеческую халатность (использование человеком телефона как будучи водителем, так и пешеходом неминуемо приводит к опасным ситуациям на дорогах, в том числе к авариям; вождение автомобиля в нетрезвом виде повышает шансы на неадекватную реакцию в экстренной ситуации), неудовлетворительное состояние человека (как в физиологическом, так и в психологическом плане отклонения от нормы приводят к опасным ситуациям), плохое состояние дорожного покрытия (ямы на дорогах приводят к авариям; отсутствие или не читаемость дорожных знаков и разметки повышают риски аварии) и ухудшение погодных условий (на мокром асфальте тормозной путь значительно увеличивается; во время тумана видимость может снижаться до нескольких метров).

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 6 (2 часа)**

**«Оценка рисков при пожаре в общественном месте»**

**Цель**: Научиться оценивать риски при пожаре в общественном месте.

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;

-умение характеризовать объекты защиты в общественном месте при пожаре.

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о возможных источниках опасности в общественных местах;

-знать порядок действий в опасных и экстремальных ситуациях.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания **Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала опишите среду «пожар в общественном месте».

**Задание 2**

На основе предложенных ситуаций опишите опасности при пожаре для разных общественных мест.

**Задание3**

Определите и опишите условия, при которых элемент системы «пожар в общественном месте» становится причиной нанесения вреда человеку.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Справка**

**Определение пожарного риска в РФ**

При эксплуатации строений и ведении любых направлений деятельности невозможно полностью исключить вероятность возгораний, взрывопожароопасных ситуаций. За счет определенных средств и мероприятий можно существенно снизить вероятность возгораний, привести этот показатель в соответствие с расчетными (нормативными) значениями пожарных рисков. Чтобы сравнить реальный показатель риска с нормативом, сначала необходимо выполнить его оценку и расчет.

Как предписывает Закон № 123-ФЗ, пожарным риском на объекте является числовое значение, определяющее потенциальную вероятность пожара и примерную оценку его последствия для граждан. Также в нормативных актах есть еще множество нюансов, связанных с соответствием или несоответствием по рискам пожарной безопасности:

* в Законе № 123-ФЗ есть разные определения рисков, в зависимости от потенциальных угроз для граждан и наступающих последствий (индивидуальный, социальный, допустимый);
* утверждены нормативы пожарного риска, которые нужно обеспечить на объекте (в частности, нормативы утверждены для всех видов строений, а в отдельную группу выделены производства);
* при несоответствии реальных значений и нормативов эксплуатация объекта влечет повышенную угрозу возгораний и причинения вреда людям, поэтому нужно разрабатывать и использовать дополнительные варианты защиты.

Предварительная оценка пожарного риска объекта осуществляется на этапе его проектирования. Исходя из расчетных данных будут выбираться соответствующие проектные решения, заполнять раздел проекта на меры пожарной безопасности. Для существующего здания тоже нужно обеспечить соответствие. С этой целью проводятся проверки, аудиты, расчеты и оценка пожарного риска здания.

**Нормативные акты для проведения оценки пожарного риска**

Нельзя оценивать вероятность возникновения пожара и его последствия для граждан «на глазок». Прежде всего, нужно добиться соответствия нормативам, регламентированным Законом № 123-ФЗ . Также для оценки соответствия нужно руководствоваться следующими нормативно-техническими актами:

* Постановление № 10
* Постановление № 1662
* ГОСТ Р 51901.10-2009

Расчетные данные нужно отразить в содержании декларации пожарной безопасности. Форма этого документа регламентирована Приказом МЧС № 17 Чтобы указать точные данные о рисках на декларируемый объект, нужно сначала выполнить его расчеты.

**Как вести себя при пожаре в общественном месте?**

По правилам пожарной безопасности в любом помещении должно быть два или больше выходов с разных сторон. Обязательно узнайте, где они находятся в вашем офисе / общественном месте. Некоторые из этих дверей в обычное время могут быть закрытыми, но тогда сотрудники должны знать, где хранится ключ. Также в каждой организации есть сотрудник, отвечающий за пожарную безопасность. Естественно, если организация большая, ответственных несколько. Они проходят инструктаж и в случае пожара должны организовать тушение или безопасную эвакуацию сотрудников и посетителей. Но и каждому работнику не помешает знать пути отхода и средства тушения.

**Обязательно:**

- В любом общественном месте запоминайте путь к выходу.

- В любом общественном месте есть план эвакуации в случае пожара. На нём указаны все направления и пути возможной эвакуации, расположение лестниц, запасных выходов и телефонов.

- Светильники зелёного цвета в коридорах и на лестничных клетках - это лампы аварийного освещения при эвакуации.

- Если вы чувствуете запах дыма или слышите крики «Пожар!», сохраняйте спокойствие.

- Оглянитесь и оцените обстановку: если рядом есть телефон или кнопка пожарной сигнализации быстро сообщите в пожарную охрану.

- В темноте и/или если помещение заполняется дымом, двигайтесь к выходу, держась за стены и поручни. Дышите через влажный носовой платок или рукав.

- В многоэтажном здании не пытайтесь вызвать лифт - спускайтесь по лестнице. Электричество при тушении пожара выключат и лифты остановятся.

- Не прыгайте в окно с большой высоты. Если нельзя попасть наружу обычным путём отступите в помещение, где дыма меньше. В большом помещении могут быть места, удалённые от очага возгорания, где можно переждать, пока не прибудет помощь.

- Если вы покидаете помещение, то обязательно закрывайте за собой двери (не на ключ!).

Успокойтесь и убедитесь в своей безопасности. Через окно подавайте признаки жизни: размахивайте шарфом, одеждой, светите телефоном, фонариком. Кричите проходящим прохожим. Держите детей рядом с собой, обязательно укрыв дыхательные пути платком.

Все это позволит пожарным обнаружить вас и спасти жизнь!

**Раздел 2**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 7 (2 часа)**

**«Оценка рисков захвата заложников в общественном месте»**

**Цель**: Научиться оценивать риски при захвате заложников в общественном месте.

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, природной среде, в общественных местах);

-знать порядок действий в опасных и экстремальных ситуациях.

 **Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала опишите среду «общественное место».

**Задание 2**

На основе предложенных ситуаций опишите опасности при захвате заложников для разных общественных мест.

**Задание3**

Определите и опишите условия, при которых элемент системы «захват заложника в общественном месте» становится причиной нанесения вреда человеку.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Справка**

**Правила поведения при захвате в заложники**

Захват может произойти в транспорте, в учреждении, на улице, в квартире.

Если Вы оказались в заложниках, рекомендуем придерживаться следующих правил поведения:

* основное правило – не допускайте действия, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
* переносите лишения, оскорбления и унижения. Не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;
* при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной. Старайтесь не допускать истерик и паники;
* на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;
* если Вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим Вы сократите потерю крови.

**Помните – Ваша цель остаться в живых**.

Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д.

Помните, что получив сообщение о Вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимые действия по Вашему освобождению.

Во время проведения спецслужбами операции по Вашему освобождению неукоснительно соблюдайте следующие требования:

* лежите по полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
* ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять Вас за преступника;
* если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

Вы можете оказаться в ситуации, когда Вам станет известно о готовящемся или совершенном преступлении, возможно, кто-то знает о готовящемся преступлении против Вас. Как поведете Вы, так, возможно, поведут себя и другие.

**Меры безопасности**

Меры безопасности при угрозе проведения террористических актов.

а) Будьте предельно внимательны к окружающим Вас подозрительным предметам. Не прикасайтесь к ним. О данных предметах сообщите компетентным органам.

Если Вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она или кто мог ее оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту).

Если Вы обнаружили подозрительный предмет в подъезде своего дома – опросите соседей, возможно от принадлежит им. Если владелец не установлен- немедленно сообщите о находке в Ваше отделение милиции.

Если Вы обнаружили подозрительный предмет в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации.

Во всех перечисленных случаях:

* не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
* зафиксируйте время обнаружения находки;
* постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки;
* обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы, помните Вы являетесь важным очевидцем.

**Еще раз напоминаем**:

Не предпринимайте самостоятельно никаких действий со взрывными устройствами или предметами, подозрительными на взрывное устройство – это может привести к из взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!

б) В любой обстановке на паникуйте, не теряйте присутствие духа. О полученной информации сообщите своим соседям, родственникам, при необходимости и возможности, окажите помощь пострадавшим.

в) Если есть возможность, отправьтесь с детьми и престарелыми родственниками на несколько дней на дачу, в деревню, к родственникам за город.

г) При получении информации об угрозе террористического акта обезопасьте свое жилище:

* уберите пожароопасные предметы – старые запасы красок, лаков, бензина и т.п.;
* уберите с окон горшки с цветами (поставьте их на пол);
* выключите газ, потушите огонь в печках, каминах;
* подготовьте аварийные источники освещения (фонари и т.п.);
* создайте запас медикаментов и 2-3 суточный запас питьевой воды и питания;
* задерните шторы на окнах - это защита Вас от повреждения осколками стекла.

д) Сложите в сумку необходимые Вам документы, вещи, деньги для случая экстренной эвакуации.

Получив сообщение от представителей властей или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды.

Если Вы находитесь в квартире, выполните следующие действия:

* возьмите личные документы, деньги и ценности;
* отключите электричество, воду, газ;
* окажите помощь в эвакуации пожилых и тяжело больных людей;
* обязательно закройте входную дверь на замок – это защитит квартиру от возможного проникновения мародеров.

Не допускайте паники, истерик и спешки. Помещение покидайте организованно.

Возвращение в покинутое помещение осуществляйте только после получения разрешения ответственных лиц.

Помните, что от согласованности и четкости Ваших действий будет зависеть жизнь и здоровье многих людей.

е) По возможности реже пользуйтесь общественным транспортом.

ж) Отложите посещение общественных мест.

з) Окажите психологическую поддержку старым людям, больным, детям.

**Взрывоопасные предметы**

Об опасности взрыва можно судить по следующим признакам:

* наличие неизвестного свертка или какой-либо детали в машине, на лестнице, в квартире и т.д.;
* натянутая проволока, шнур;
* провода или изоляционная лента, свисающая из-под машины;
* чужая сумка, портфель, коробка, какой-либо предмет, обнаруженный в машине, у дверей квартиры, в метро, в поезде.

Заметив взрывоопасный предмет (самодельное взрывное устройство, гранату, снаряд, бомбу и т.п.), не подходите близко к нему, немедленно сообщите о находке в милицию, не позволяйте случайным людям прикасаться к опасному предмету и обезвреживать его.

Совершая поездки в общественном транспорте (особенно в поезде), обращайте внимание на оставленные сумки, портфели, свертки и другие бесхозные предметы, в которых могут находиться самодельные взрывные устройства. Немедленно сообщите об этом водителю, машинисту поезда, любому работнику милиции. Не открывайте их, не трогайте руками, предупредите стоящих рядом людей о возможной опасности.

Категорически запрещается:

* пользоваться незнакомыми предметами, найденными на месте работы;
* сдвигать с места, перекатывать взрывоопасные предметы по корпусу и взрывателю;
* поднимать, переносить, класть в карманы, портфели, сумки и т.п.;
* помещать боеприпасы в костер или разводить огонь над ними;
* собирать и сдавать боеприпасы с качестве металлолома;
* закапывать в землю или бросать их в водоемы;
* наступать или наезжать на боеприпасы;
* обрывать или тянуть отходящие от предметов проволочки или провода, предпринимать попытки их обезвредить.

Заходя в подъезд дома, обращайте внимание на посторонних людей и незнакомые предметы. Как правило, взрывное устройство в здании закладывается в подвалах, первых этажах, около мусоропроводов, под лестницами.

**Если взрыв рядом**

Действия население, если взрыв произошел рядом с Вашим домом.

а) Успокойтесь и успокойте Ваших близких. Позвоните в милицию и уточните обстановку.

б) В случае необходимой эвакуации возьмите документы и предметы первой необходимости.

в) Продвигайтесь осторожно, не трогайте поврежденные конструкции и оголившиеся провода.

г) В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов не пользуйтесь открытым пламенем (спичками, свечами, факелами и т.п.).

д) При загорании одежды необходимо обернуть пострадавшего плотной тканью или пальто, одеялом, лучше мокрым, или облить водой. Необходимо предотвратить движение человека, вплоть до применения подножки. Для того, чтобы полностью загасить пламя, устраните всякий приток воздуха под защитное покрытие. Приложите влажную ткань на место ожогов. Не смазывайте ожоги. Не трогайте ничего, что прилипло к ожогам. Отправьте пострадавшего в ближайший медицинский пункт.

е) Если в поврежденном здании лестница задымлена, надо открыть находящиеся на лестничной клетке окна, либо выбить стекла, чтобы выпустить дым и дать приток свежего воздуха, а двери помещений, откуда проникает на лестницу дым, плотно прикрыть. Не пытайтесь выйти через задымленный коридор или лестницу (дым очень токсичен), горячие газы могут обжечь легкие. В этом случае следует выйти на балкон или подойти к окну и подавать сигналы о помощи, предварительно как можно сильнее уплотнить дверь, через которую возможно проникновение дыма, мокрой тканью. Спасание следует выполнять по балконам, наружным стационарным, приставным и выдвижным лестницам. Спускаться по водопроводным трубам и стоякам, а также с помощью связанных простыней крайне опасно и эти приемы возможны лишь в исключительных случаях. Недопустимо прыгать из окон здания, начиная с третьего этажа, т.к. неизбежны травмы.

Если на Вас загорелась одежда, ложитесь на землю и, перекатываясь, сбейте пламя.

Увидев человека в горящей одежде, набросьте на него пальто, плащ или какое-нибудь покрывало. На место ожогов наложите повязки и отправьте пострадавшего в ближайший медицинский пункт.

Если горит электропроводка, сначала выверните пробки или выключите рубильник, а потом приступайте к тушению.

Выходите из зоны пожара в наветренную сторону, то есть откуда дует ветер.

ж) При задымлении защитите органы дыхания смоченным водой платком или полотенцем.

е) Действуйте в строгом соответствии с указаниями прибывших на место ЧС сотрудников МВД, МЧС и спасателей.

**Под обломками**

Постарайтесь не падать духом. Успокойтесь. Дышите глубоко и ровно. Настройтесь на то, сто спасатели Вас спасут. Голосом и стуком привлекайте внимание людей. Если Вы находитесь глубоко под обломками здания, перемещайте влево-вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения Вас эхопеленгатором.

Если пространство около Вас относительно свободно, не зажигайте зажигалки. Берегите кислород. Продвигайтесь осторожно, стараясь не вызывать нового обвала, ориентируйтесь по движению воздуха, поступающего снаружи. Если у Вас есть возможность, с помощью подручных предметов (доски, кирпичи и т.п.) укрепите потолок от обрушения и ждите помощи. При сильной жажде положите в рот небольшой камешек и сосите его, дыша носом.

**Раздел 2**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 8 (2 часа)**

**«Основные риски для здоровья подростков»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами предупреждения опасных заболеваний у подростков;

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления опасных заболеваний подростков;

 -знать меры профилактики инфекционных заболеваний

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала опишите проблемы, несущие риск для здоровья подростков(наркотики).

**Задание 2**

На основе предложенного материала опишите проблемы, несущие риск для здоровья подростков(алкоголь).

**Задание3**

Определите и опишите условия, при которых у подростков возникает тяга к курению.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

* происшествиями, явились главной причиной смертности, ежедневно унося жизни около 330 подростков.
* К прочим основным причинам смертных случаев среди подростков относятся ВИЧ, суицид, инфекции нижних дыхательных путей и межличностное насилие.
* В глобальных масштабах на 1000 девушек в возрасте от 15 до 19 лет приходится 49 рождений.
* Половина всех расстройств психического здоровья во взрослом периоде начинает проявляться к 14 годам, однако в большинстве случаев они проходят незаметно и не вылечиваются.

Каждый шестой человек в мире относится к подростковой категории: это составляет 1,2 миллиарда человек в возрасте от 10 до 19 лет.

Большая часть из них обладает хорошим здоровьем, но, тем не менее, у подростков в значительной мере наблюдаются смертные случаи, нарушения здоровья и заболевания. Болезни могут наносить ущерб их способности расти и развиваться в полном объеме. Потребление алкоголя или табака, недостаток физической активности, половые контакты без защитных средств и/или насилие, могут угрожать не только их здоровью в настоящий момент, но и их здоровью в будущем.

Укрепление здоровых привычек в подростковый период и осуществление мер, направленных на то, чтобы надежно защитить молодых людей от рисков для здоровья, имеет большое значение для предотвращения проблем со здоровьем в течение взрослого периода, а также для будущего медико-санитарного и социального состояния страны.

**К основным проблемам здоровья относятся:**

**Преждевременная беременность и деторождение**

Во всем мире, второй причиной смертных случаев девушек в возрасте от 15 до 19 лет, являются осложнения, связанные с беременностью и родами. Около 11% всех деторождений во всем мире приходится на девушек в возрасте от 15 до 19 лет, глобальный коэффициент числа рождений, приходящихся на подростков, определен на уровне 49 на 1000 девушек этой возрастной категории. Одной из задач является обеспечение к 2030 году глобального всеобщего доступа к услугам по охране сексуального и репродуктивного здоровья, включая услуги по планированию семьи, информирование и просвещение. Более широкий доступ к информации и службам контрацепции может снизить количество девушек, которые беременеют и рожают в слишком молодом возрасте. Здесь могут помочь законы, которые устанавливают минимальный возраст брака в 18 лет и которые соблюдаются. Девочки, которые все же беременеют, должны иметь доступ к качественной дородовой помощи. В тех случаях, когда это допускается законом, подростки, которые предпочитают прервать беременность, должны иметь доступ к безопасным абортам.

**ВИЧ**

Более 2 миллионов подростков живут с ВИЧ. Несмотря на то, что общая численность смертных случаев, связанных с ВИЧ, снизилась на 30%, по сравнению с максимальным уровнем, имевшим место 8 лет назад, расчеты показывают, что число смертных случаев среди подростков, обусловленных ВИЧ, возрастает.  В странах Африки, южнее Сахары, лишь 10% молодых людей и 15% молодых женщин в возрасте от 15 до 24 лет знают о своем статусе по ВИЧ.

Одна из задач заключается в том, чтобы к 2030 году положить конец эпидемиям СПИДа, туберкулеза, малярии, забытых тропических болезней, гепатита, болезней, передаваемых через воду, и других инфекционных болезней. Молодым людям нужно знать, как защитить себя, и они должны располагать этими средствами для достижения. Сюда относится возможность иметь презервативы для предотвращения передачи вируса половым путем, необходимо также улучшить доступ к тестированию ВИЧ и последующее лечение ВИЧ для ВИЧ-позитивных подростков.

**Другие инфекционные заболевания**

Благодаря более широкой вакцинации детей, количество смертных случаев и инвалидностей, вызываемых корью, значительно сократилось, однако диарея, инфекции нижних дыхательных путей и менингит, фигурируют в числе 10 наиболее частых причин смерти в возрастной группе от 10 до 19 лет.

**Психическое здоровья**

Депрессия является наиболее частой причиной заболеваний и инвалидностей среди подростков, а суицид, как причина смерти, находится на третьем месте. Насилие, бедность, унижение и ощущение ненужности, может усилить риск развития проблем психического здоровья. Содействовать хорошему психическому здоровью может воспитание у детей и подростков жизненных навыков, предоставление им психосоциальной поддержки в школах и других социальных условиях. Кроме этого, большое значение имеют программы, помогающие укреплению связей между подростками и их семьями.

**Насилие**

Основной причиной смертных случаев является насилие. Согласно расчетам, ежедневно в результате межличностного насилия погибает 180 подростков.  В глобальном плане, примерно 30% девушек в возрасте от 15-19 лет подвергаются насилию со стороны партнера. Предупредить насилие может содействие воспитанию отношений между родителями и детьми в ранний период жизни, обучение жизненным навыкам и уменьшение доступности алкоголя и огнестрельного оружия. Эффективная и внимательная забота о подростках, переживших насилие, и постоянная поддержка могут помочь справиться с физическими и психологическими последствиями.

**Алкоголь и наркотики**

Серьезную озабоченность во многих странах вызывает распространенное среди подростков пьянство, наносящее ущерб здоровью. Пьянство снижает самоконтроль и способствует поведению, сопряженному с риском, например, небезопасным половым сношениям. Пьянство является первейшей причиной травм (включая травмы, вызванные дорожно-транспортными происшествиями), насилия (особенно со стороны партнера) и преждевременной смерти. Оно также может вести к проблемам со здоровьем в более поздний период жизни и отразиться на ожидаемой продолжительности жизни. К числу способов сокращения масштабов наносящего ущерб здоровью потребления алкоголя, относится установление минимального возраста для покупки и потребления алкоголя, а также регулирование того, каким образом алкогольные напитки ориентируются на молодежную часть рынка. Наряду с этим, озабоченность вызывает потребление наркотиков в возрастной группе от 15 до 19 лет.

**Травмы**

Ведущей причиной смертности и инвалидности среди подростков являются непреднамеренные травмы. В 2012 г. около 120 000 подростков скончались в результате дорожно-транспортных происшествий. Молодые водители нуждаются в советах по безопасному вождению, а законы, запрещающие вождение под влиянием алкоголя и наркотиков, должны неукоснительно применяться. Уровни алкоголя в крови должны устанавливаться ниже для водителей подростковой группы. Рекомендуется применение дифференцированных водительских удостоверений для начинающих водителей, предусматривающих нулевую терпимость к вождению в нетрезвом состоянии. Утопление также является одной из основных причин смерти среди подростков. В 2012 году утонуло 60 000 подростков, причем две трети из них – мальчики. Для предотвращения этого важно, чтобы дети и подростки учились плавать.

**Недостаточное питание и ожирение**

Многие мальчики и девочки вступают в подростковый возраст в состоянии недоедания, что делает их более уязвимыми к болезням и ранней смерти. Количество подростков, страдающих излишним весом или ожирением, возрастает как в странах с низким, так и в странах с высоким уровнем доходов.

**Физические упражнения и питание**

Имеющиеся данные обследований указывают на то, что в отношении физической активности менее чем каждый четвертый подросток удовлетворяет рекомендуемым руководящим принципам – 60 минут ежедневной физической активности -от умеренной до энергичной. Прием железа и фолиевой кислоты способствует укреплению здоровья подростков прежде, чем они становятся родителями. В районах, где распространены кишечные гельминты, рекомендуется проводить регулярную дегельминтизацию. Развитие здоровых привычек в питании и физических упражнениях в этом возрасте, является залогом хорошего здоровья во взрослом состоянии. Сокращение продажи продуктов питания с высоким содержанием насыщенных жиров, трансжирных кислот, свободных сахаров и соли, а также предоставление доступа к здоровым пищевым продуктам и возможности заниматься физической активностью, важны для всех, но в особенности для детей и подростков.

**Употребление табака**

Подавляющее большинство людей, употребляющих табак в настоящее время, начали это делать, когда они еще были подростками. Запрет на продажу табачных изделий несовершеннолетним и увеличение цен на табачные изделия посредством более высоких налогов, запрет на рекламу табака и создание обстановки, свободной от табачного дыма, являются решающими факторами. В глобальном плане, по меньшей мере, каждый десятый подросток (в возрасте от 13 до 15 лет) употребляет табак, хотя есть регионы, где этот показатель значительно выше.

**Практическое занятие № 9**

**«Способы профилактики опасных для подростков заболеваний»**

**Цель:**

**Осваиваемые умения:**

**-**ознакомиться со способами профилактики подростковых заболеваний

**Усваиваемые знания:**

**-**сформировать представление о способах профилактики подростковых заболеваний

**Формируемые компетенции**:

ОК01.Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала изучите способы профилактики опасных для подростков заболеваний

**Задание 2**

На основе предложенного материала опишите способы профилактики опасных для подростков заболеваний

**Справка:**

**Позитивное развитие**

* Обеспечение учета интересов и потребностей подростков при оказании услуг здравоохранения;
* Осуществление мероприятий по укреплению здоровья на базе школ;
* Мероприятия в области гигиены и питания;
* Защита ребенка в киберпространстве;
* Мероприятия в области электронного и мобильного здравоохранения в интересах санитарного просвещения и обучения подростков самопомощи;
* Обучение родителей;
* Содействие формированию у подростков активной жизненной позиции и развитие у них навыков адаптации, уверенности в себе, социальных навыков, твердости характера, эмпатии.

**Травматизм**

* Принятие законов о запрете продажи алкоголя подросткам, предельно допустимой концентрации алкоголя в крови, использовании ремней безопасности, ношении мотоциклетных шлемов, поэтапном получении полноценных водительских прав;
* Меры по замедлению дорожного движения и другие меры безопасности на дорогах;
* Добольничная и больничная медицинская помощь;
* Массовая информационная кампания и индивидуальные мероприятия по содействию изменению форм поведения, касающихся безопасного вождения, и надлежащее законодательство, способствующее изменению поведения;
* Меры по профилактике утоплений на уровне популяции, местного сообщества или на индивидуальном уровне;
* Оценка состояния и ведение подростков, которые обращаются за помощью с травмами, включая травмы, полученные в состоянии алкогольного опьянения;
* Развитие и совершенствование инфраструктуры;
* Стандарты безопасности транспортных средств.

**Насилие**

Комплекс мер INSPIRE, направленный на предупреждение всех форм насилия в отношении детей и подростков и реагирование на факты насилия:

* Принятие и обеспечение соблюдения законодательства: запрет на телесные наказания, введение уголовной ответственности за сексуальное насилие в отношении детей и сексуальную эксплуатацию детей, профилактика злоупотребления алкоголем, ограничение доступа молодежи к огнестрельному и прочим видам оружия;
* Нормы и ценности: содействие отходу от ограничительных и пагубных гендерных и социальных норм, программы мобилизации местных сообществ, пропаганда участия свидетелей в пресечении насилия;
* Создание безопасной среды: работа в отношении мест повышенного риска, противодействие распространению насилия, улучшение антропогенной среды;
* Оказание поддержки родителям и воспитателям посредством визитов на дом, групповых занятий на уровне местных сообществ и комплексных программ;
* Повышение доходов и улучшение экономического положения: денежные пособия, групповые сбережения и займы, микрофинансирование;
* Ответные меры и оказание поддержки: скрининг в сочетании с необходимыми мероприятиями, консультирование и психотерапия, программы воспитательной работы с малолетними правонарушителями, реабилитация молодых правонарушителей, меры по поощрению родственной опеки;
* Воспитание формирования жизненных навыков: повышение посещаемости школ, создание безопасной и благоприятной среды в школе, обучение жизненным и социальным навыкам.

**Охрана сексуального и репродуктивного здоровья, включая борьбу с ВИЧ**

* Всеобъемлющее половое воспитание
* Информирование, консультирование и оказание комплексных услуг в области охраны сексуального и репродуктивного здоровья, включая услуги по контрацепции;
* Оказание подросткам, в необходимых случаях, помощи до беременности, во время беременности, во время родов, после беременности, при аборте (если разрешено законом) и после аборта;
* Профилактика, выявление и лечение инфекций, передающихся половым путем и инфекций половых путей, включая ВИЧ и сифилис;
* Добровольное медицинское мужское обрезание в странах с масштабной эпидемией ВИЧ-инфекции;
* Комплексные программы помощи детям (в том числе подросткам), живущим с ВИЧ или подверженным риску заражения ВИЧ.

**Неинфекционные заболевания, питание и физическая активность**

* Структурные, экологические, организационные, общественные, межличностные и индивидуальные мероприятия для содействия здоровым формам поведения (например, по вопросам рациона, физической активности, отказа от табака алкоголя или наркотиков);
* Профилактика, выявление и лечение неинфекционных заболеваний;
* Профилактика, выявление и ведение анемии, особенно у девочек подростков; в необходимых случаях – назначения добавок железа;
* Лечение и реабилитация детей с врожденными аномалиями и инвалидностью.

**Раздел 3**

**Раздел 1**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 10 (2 часа)**

**«Способы и меры защиты от опасностей на дорогах»**

**Цель**: освоить способы и узнать необходимые меры для защиты от опасностей на дорогах.

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами защиты от опасных и экстремальных ситуаций;

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о способах и мерах защиты от возможных опасностях на дорогах общего пользования;

-знать порядок действий в опасных и экстремальных ситуациях.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

Сформулируйте определение безопасности дорожного движения..

**Задание 2**

Перечислите источники мер и правил поведения на дорогах общего пользования, необходимых для безопасности.

**Задание3**

Какие виды мер обеспечения безопасности бывают? Перечислите несколько примеров каждого вида.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

С точки зрения законодательства, безопасностью дорожного движения называют уровень защищенности его участников от дорожно-транспортных происшествий и их последствий. Дорожно-транспортное происшествие – это событие, возникшее в процессе движения отдельного транспортного средства или при его участии, результатом которого стало повреждение транспортных средств, получили ранения или погибли люди, какой-либо собственности был причинен очевидный материальный ущерб.

В перечень нормативных документов, содержащих правовые основы обеспечения безопасности дорожного движения в России, входят:

ФЗ от 10.12.1995 № 196-ФЗ (ред. от 26.04.2013) «О безопасности дорожного движения».

Указ Президента РФ от 15.06.1998 № 711 (ред. от 27.10.2011) «О дополнительных мерах по обеспечению безопасности дорожного движения».

Постановление Правительства РФ от 30.04.1997 № 508 (ред. от 02.02.2000) «О порядке государственного учета показателей состояния безопасности дорожного движения».

Постановление Правительства РФ от 19.10.2004 № 567 «О координации деятельности органов исполнительной власти в области обеспечения безопасности дорожного движения».

На сегодняшний день разработано достаточное количество мероприятий, направленных на обеспечение безопасности на дорогах. Они могут носить как активный, так и пассивный характер.

Среди активных мер в первую очередь стоит отметить:

Грамотное проектирование дорог и обеспечение безопасности любых имеющихся объектов дорожной сети.

Анализ конструкций дороги с целью устранения выявленных недостатков, которые могут стать причиной ДТП и обеспечение соответствующего уровня безопасности дорожного покрытия при ремонте дорог.

Регулярное совершенствование организационной основы дорожного движения и внесение необходимых изменений в действующие Правила дорожного движения.

Обеспечение строго контроля за соблюдением правил всеми участниками дорожного движения.

Постоянный контроль технического состояния транспортных средств, своевременные мероприятия по техническому обслуживанию автомобилей.

Обеспечение исправности и работоспособности оборудования, необходимого для организации безопасного дорожного движения (светофоры, камеры видеонаблюдения, дорожные знаки и т. д.)

К пассивным мерам обеспечения безопасности относятся:

Конструктивные изменения транспортных средств и совершенствование оборудования, отвечающего за безопасность участников дорожного движения: повышение жесткости кузова, оснащение автомобилей подушками безопасности, надежными удерживающими устройствами, ремнями безопасности и т. д.

Разработка более совершенных приспособлений и схем движения для обеспечения личной безопасности пешеходов на дорогах.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 11**

**«Действия людей при пожаре в общественном месте»**

**Цель работы:** освоить перечень действий по обеспечению безопасности жизнедеятельности при пожаре в общественном месте.

**Умения:** правильно действовать при пожаре в общественном месте.

**Усваиваемые знания:** Сформировать алгоритмдействий по обеспечению безопасности при пожаре в общественном месте.

**задание 1**

Составить алгоритм действий при пожаре.

Справка:

1. Необходимо немедленно вызвать пожарную охрану по телефону "01", сообщив свой точный адрес, объект пожара и встретить пожарную охрану. Детям - если рядом есть взрослые, сразу позвать их на помощь;
2. Если горение только началось, вы его легко затушите водой, накроете толстым одеялом, покрывалом, забросаете песком, землей;
3. Ни в коем случае не тушить водой горящие электропроводку и электроприборы, находящиеся под напряжением — это опасно для жизни;
4. Если вы видите, что не сможете справиться с огнем, и пожар принимает угрожающие размеры, срочно покиньте помещение;
5. Никогда не прячьтесь в задымленном помещении в укромные места.

**Задание 2**

Составить порядок вызова пожарной охраны.

Справка:

Телефон пожарной охраны – «01» (со стационарного телефона),

с мобильного «101» или «01»

Необходимо помнить, что правильное и полное сообщение о пожаре позволит пожарной охране предвидеть возможную обстановку и принять необходимые решения, дающие возможность в кратчайший срок сосредоточить у места пожара соответствующие силы и средства по его ликвидации. В дополнение к сведениям об объекте пожара и его адресе необходимо указать место возникновения, внешние признаки пожара, наличие угрозы людям, удобный проезд, а также сообщить свою фамилию.

Существует правило: вызывающий пожарных должен организовать их встречу и указать кратчайший путь следования на пожар.

**Задание 3**

Указать признаки начинающегося пожара.

Справка:

В жилых домах и подсобных постройках пожар может быстро охватить большую площадь только в тех случаях, когда в помещении воспламенятся пролитые горючие жидкости (например, падение на пол керогаза). В газифицированных домах это может иметь место при взрывообразной вспышке газа. В жилых домах пожар чаще всего начинается с появления незначительного пламени, которому предшествует более или менее продолжительный период нагревания или тления твердых горючих предметов.

Наличие запаха перегревшегося вещества и появление легкого, сначала едва заметного, а затем все более сгущающегося и действующего на глаза дыма — это первые верные признаки пожара. Электрические провода, постепенно нагреваясь при перегрузке, сначала "сигнализируют" об этом характерным запахом резины, а затем изоляция воспламеняется и горит или тлеет, поджигая расположенные рядом предметы. Одновременно с запахом резины может погаснуть свет или электрические лампы начнут гореть вполнакала, что иногда также является признаком назревающей опасности загорания изоляции электропроводов.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 12**

«Действия людей при захвате заложника в общественном месте»

**Цель работы:** освоить перечень действий по обеспечению безопасности людей при захвате заложника в общественном месте.

**Умения:** Ознакомиться с действиями людей при захвате заложника в общественном месте.

**Усваиваемые знания:** Изучить действия людей по обеспечению безопасности при захвате заложника в общественном месте.

**Задание 1**

Запишите правила поведения при захвате в заложники.

Справка:

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться в качестве заложника у преступников.

Если Вы оказались в заложниках, рекомендуется придерживаться следующих правил поведения:

основное правило – не допускайте действия, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;

переносите лишения, оскорбления и унижения. Не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;

при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной. Старайтесь не допускать истерик и паники;

на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;

если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы сократите потерю крови.

Помните – Ваша цель остаться в живых.

Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д.

**Задание 2**

Какие меры безопасности при угрозе проведения террористических актов вы знаете.

Справка:

Будьте предельно внимательны к окружающим Вас подозрительным предметам. Не прикасайтесь к ним. О данных предметах сообщите компетентным органам.

Если Вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она или кто мог ее оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту).

Если Вы обнаружили подозрительный предмет в подъезде своего дома – опросите соседей, возможно от принадлежит им. Если владелец не установлен- немедленно сообщите о находке в Ваше отделение милиции.

Если Вы обнаружили подозрительный предмет в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации.

Во всех перечисленных случаях:

не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;

зафиксируйте время обнаружения находки;

постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки;

обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы, помните Вы являетесь важным очевидцем.

**Раздел 4**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 13 (2 часа)**

**«Понятие и способы бесконфликтного общения в условиях военной службы»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-ознакомиться со способами бесконфликтного общения и саморегуляции.

**Усваиваемые знания:**

-овладеть навыками бесконфликтного поведения в конфликтных

ситуациях, основными приемами саморегуляции.

-знать порядок действий в преодолении конфликтов.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

Изучите особенности бесконфликтного поведения в повседневной деятельности.

**Задание 2**

Изучите особенности бесконфликтного поведения в условиях ЧС мирного и военного времени

**Задание3**

Опишите основные стадии развития взаимоотношений в ходе конфликта в условиях военной службы.

**Справка:**

*Качества личности, важные для бесконфликтного общения и конструктивного разрешения конфликтов*

I.Эмпатия.

2.Доброжелательность.

3.Аутентичность (умение быть естественным в отношениях, не скрываться за масками и ролями).

4. Конкретность (отказ от многозначных и невнятных замечаний, общих рассуждений, готовность однозначно отвечать на вопросы).

5. Инициативность ( способность устанавливать контакты, склонность к тому, чтобы в отношениях с другими «идти вперед», а не только реагировать на их действия),

6. Непосредственность (умение говорить и действовать напрямую, честная демонстрация своего отношения к ним).

7. Открытость (готовность и умение говорить о своих мыслях и чувствах).

9. Принятие чувств (отсутствие страха при непосредственном соприкосновении со своими

чувствами или чувствами других людей, но при этом отсутствие стремления навязать

окружающим свои чувства).

10. Отсутствие страха перед конфронтацией, если это необходимо в случае несходства мнений. Но

не с целью испугать, а с надеждой на установление искренних и честных отношений.

II. Готовность к самопознанию, в том числе используя информацию, поступающую от других

людей, о себе.

В настоящее время растет значение эффективного взаимодействия человека с социальной средой, в том числе с трудовым, учебным коллективом: с отделением, расчетом, экипажем при прохождении военной службы; с членами семьи, друзьями; с клиентами.

Важное значение приобретают не только самостоятельность, ответственность, способность

быстро и правильно принимать решения в условиях ЧС мирного и военного времени, но и умение

правильно вести себя в коллективе, не допуская конфликтов, а также владение методами

саморегуляции. Умение разрешать конфликты и острые ситуации без насилия, с соблюдением

взаимных интересов исключительно актуально в современных условиях.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Раздел 4**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 14 (2 часа)**

**«Занятие по строевой подготовке. Повороты на месте»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами строевых приёмов и движению без оружия, движению строевым шагом, постановки в строй и выходу из строя, поворотам на месте.

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о положениях строевого Устава ВС РФ.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала опишите общие положения дисциплинарного Устава.

**Задание 2**

На основе предложенного материала опишите строи и управление ими.

**Задание3**

На основе предложенного материала опишите строевые приёмы и движения без оружия.

а. строевая стойка,

б. повороты на месте,

в. повороты в движении.

**Справка:**

Строевая подготовка организуется и проводится на основе Строевого устава Вооруженных Сил РФ.

Строи и управление ими

*Строй* - установленное уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

*Шеренга* - строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах.

*Фланг* - правая (левая) оконечность строя. При поворотах строя названия флангов не изменяются.

*Фронт -* сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом (машины - лобовой частью).

*Тыльная сторона строя* - сторона, противоположная фронту.

*Интервал* - расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

*Дистанция* - расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями.

*Ширина строя -* расстояние между флангами.

*Глубина строя -* расстояние от первой шеренги (впереди стоящего военнослужащего) до последней (позади стоящего военнослужащего), а при действиях на машинах - расстояние от первой линии машин (впередистоящей машины) до последней (позади стоящей машины).

*Двухшереножный строй* - строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок

военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо

впереди стоящего военнослужащего). Шеренги называются первая и вторая. При повороте строя названия

шеренг не изменяются.

*Ряд* - двое военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому. Если за

военнослужащим первой шеренги не стоит в затылок военнослужащий второй шеренги, такой ряд называется неполным.

Одношереножный и двухшереножный строи могут быть сомкнутыми или разомкнутыми.

В *сомкнутом строю* военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах,

равных ширине ладони между локтями.

Повороты на месте

Повороты на месте выполняются по командам: «Напра-ВО», «Нале-ВО», «Кру-ГОМ».

Повороты кругом, налево производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; повороты направо — в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке.

Повороты выполняются в два приёма:

первый прием — повернуться, сохраняя правильное положение корпуса,

перенести тяжесть тела

второй прием — кратчайшим путем приставить другую ногу.

Движение шагом осуществляется с темпом 110—120 шагов в минуту.

Движение бегом осуществляется с темпом 165—180 шагов в минуту.

Шаг бывает строевой и походный.

Строевой шаг применяется при прохождении подразделений торжественным маршем; при выполнении ими воинского приветствия в движении; при подходе военнослужащего к начальнику и при отходе от него; при выходе из строя и возвращении в строй, а также на занятиях по строевой подготовке.

Походный шаг применяется во всех остальных случаях.

Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым

шагом — МАРШ» (в движении «Строевым — МАРШ»), а

движение походным шагом — по команде «Шагом — МАРШ».

По предварительной команде подать корпус несколько вперед,

перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя

устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой

ноги полным шагом.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Раздел 4**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 15 (2 часа)**

**«Порядок неполной сборки и разборки АК-74»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами неполной сборки и разборки АК-74

**Усваиваемые знания:**

-знать порядок действий неполной сборки и разборки АК-74.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала опишите порядок неполной разборки автомата.

**Задание 2**

На основе предложенного материала опишите порядок неполной сборки автомата.

**Задание3**

Опишите основные части и механизмы АК-74.

**Справка:**

**Разборка автомата Калашникова может быть неполной и полной.**

*Неполная разборка автомата Калашникова* проводится для чистки, смазки и осмотра автомата.

*Полная разборка автомата Калашникова* проводится для чистки при сильном загрязнении автомата, после нахождения его под дождём или в снегу, при переходе на новую смазку и при ремонте.

**Излишне частая разборка автомата вредна, так как ускоряет изнашивание частей и механизмов.**

Разборку и сборку автомата производят на столе или чистой подстилке; части и механизмы кладут в порядке разборки, а обращаются с ними осторожно, не складывают одну часть на другую и не применяют излишних усилий и резких ударов.

Рассмотрим порядок **неполной разборки автомата:**

1. *Отделить магазин* . Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевьё, правой рукой обхватить магазин, нажимая большим пальцем на защёлку, подать нижнюю часть магазина вперёд и отделить его. После этого проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого взвода.
2. *Вынуть пенал с принадлежностью.* Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда, раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ёршик, отвёртку, выколотку и шпильку.

У автомата со складывающимся прикладом пенал носится в кармане сумки для магазинов.

1. *Отделить шомпол* . Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основание мушки, и вынуть шомпол вверх. При отделении шомпола разрешается пользоваться выколоткой.
2. *Отделить крышку ствольной коробки*. Левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной коробки и отделить крышку.
3. *Отделить возвратный механизм .*Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперёд направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки, приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.
4. *Отделить затворную раму с затвором*. Продолжая удерживать автомат левой рукой, правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять её вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.
5. *Отделить затвор от затворной рамы*.Взять затворную раму в левую руку затвором кверху, правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперёд.
6. *Отделить газовую трубку со ствольной накладкой*. Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надеть пенал с принадлежностью прямоугольным отверстием на выступ замыкателя газовой трубки, повернуть замыкатель от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубка газовой камеры.

**Порядок сборки автомата после неполной разборки:**

1. *Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой.*Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой камеры и прижать задний конец ствольной накладки к стволу; повернуть с помощью пенала принадлежности замыкатель на себя до входа его фиксатора в выем на колодке прицела.
2. *Присоединить затвор к затворной раме.*Взять затворную раму в левую руку, а затвор в правую руку и вставить затвор цилиндрической частью в канал рамы; повернуть затвор так, чтобы его ведущий выступ вошёл в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперёд.
3. *Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке.*Взять затворную раму в правую руку так, чтобы затвор удерживался большим пальцем в переднем положении. Левой рукой обхватить шейку приклада, правой рукой ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперёд настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы. Небольшим усилием прижать её к ствольной коробке и продвинуть вперёд.
4. *Присоединить возвратный механизм.* Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперёд и, опустив несколько книзу, ввести его пятку в продольный паз ствольной коробки.
5. *Присоединить крышку ствольной коробки.* Вставить крышку ствольной коробки передним концом в полукруглый вырез на колодке прицела; нажать на задний конец крышки ладонью правой руки вперёд и книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошёл в отверстие крышки ствольной коробки.
6. *Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель.* Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик огня вверх до отказа.
7. *Присоединить шомпол.*
8. *Вложить пенал в гнездо приклада* . Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой. У АК пенал убирается в карман сумки для магазинов.
9. *Присоединить магазин к автомату* . Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевьё, правой рукой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина и повернуть магазин на себя так, чтобы защёлка заскочила за опорный выступ магазина.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Раздел 5**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 16 (2 часа)**

**«Первая помощь при неотложных состояниях(остановка сердца, искусственная вентиляция лёгких)»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами оказания первой помощи при неотложных состояниях

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления первой помощи при неотложных состояниях

-знать порядок действий при оказании первой помощи.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

Опишите и продемонстрируйте оказание первой помощи при остановке сердца

**Справка:** Прекращение деятельности сердца и дыхания приводят к состоянию клинической смерти. Оно определяет краткий обратимый период между жизнью и смертью. Оказанная первая помощь при остановке сердца в течение семи минут позволяет вернуть человека к нормальному существованию. Это возможно, поскольку еще не наступили необратимые явления в клетках [головного мозга](https://golovnoj-mozg.ru/voprosy/ishemicheskaya-bolezn-golovnogo-mozga-u-novorozhdennyh?sj_source=link&sj_term=%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D0%BC%D0%BE%D0%B7%D0%B3%D0%B0) в связи с гипоксией. Утраченные функции берут на себя оставшиеся неповрежденные нейроны.
Если пульс на сонной артерии есть, а дыхание отсутствует, немедленно приступают к искусственной вентиляции легким. Для соблюдения мер безопасности можно использовать бинт, салфетку, носовой платок, намотанные на указательный палец. При спазме жевательных мышц открывать рот можно каким-либо плоским тупым предметом, например шпателем или черенком ложки. Для сохранения рта пострадавшего открытым можно между челюстями вставить свернутый бинт.

Отработайте алгоритм группой лиц по оказанию помощи. Например, женщине на остановке стало плохо, она резко повалилась на бок и захрипела, признаков жизни не подает. Диагностируйте состояние и отработайте алгоритм помощи с одногруппниками.

Отработайте алгоритм группой лиц по оказанию помощи. Например, на соревнованиях по биатлону, на финишной прямой лыжник упал, потеряв сознание. Диагностируйте состояние и отработайте алгоритм помощи с одногруппниками.

**Задание 2**

Опишите и продемонстрируйте оказание первой помощи при искусственной вентиляции легких

Кейс-ситуация 1

Отработайте алгоритм группой лиц по оказанию помощи. Например, у студента на экзамене произошло побледнение или покраснение лица,с нарастающим затруднением дыхания и потерей сознания отработайте порядок оказание первой помощи пострадавшему.

Кейс-ситуация 2

Вы увидели человека. Человек размахивает руками, показывает на горло, его лицо начало краснеть и синеть. Как помочь человеку. Объясните свои действия.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Раздел 5**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 17 (2 часа)**

**«Алгоритм оказания первой помощи пострадавшим при ДТП»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, природной среде, в общественных местах);

-знать порядок действий в опасных и экстремальных ситуациях.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала опишите среду «дорожного движении».

**Задание 2**

На основе предложенных ситуаций опишите опасности на дорогах для разных участников дорожного движения (пешеходов и разных видов транспорта).

**Задание3**

Определите и опишите условия, при которых элемент системы «человек участник дорожного движения – среда дорожного движения» становится причиной нанесения вреда человеку.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Раздел 5**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 18 (2 часа)**

**«Оказание помощи при кровотечениях и ранениях»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами оказания первой помощи при кровотечениях и ранениях.

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о видах кровотечений

-знать порядок действий при оказания первой помощи при кровотечениях и ранениях.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

Окажите первую помощь при капиллярном/венозном/артериальном кровотечении

**Справка:** выделяют три вида кровотечения, по возрастанию опасности: *капиллярное* — кровь истекает из раны медленной струей, не угрожает жизни человека. *Венозное* — при таком кровотечении кровь возникает при повреждении стенок вен. Из раны такого типа медленно непрерывно вытекает кровь тёмного цвета, поскольку в сосудах вен давление выше, чем вне организма. *Артериальное* — вид наиболее опасного кровотечения. Угрожает жизни организма человека.

Кейс-ситуация 1

На строительной площадке, строитель упал с высоты 5метров, повредив кисть руки. Открылось венозное кровотечение. Укажите алгоритм действий оказания первой медицинской помощи пострадавшему.

Кейс-ситуация 2

В походе, один из участников, при приготовлении пищи порезал палец. Укажите алгоритм действий оказания первой медицинской помощи пострадавшему.

Кейс-ситуация 3

Произошла автомобильная авария, у вашего попутчика повреждена бедренная артерия. Укажите алгоритм действий оказания первой медицинской помощи пострадавшему.

**Задание 2**

Покажите алгоритм действий при оказании помощи при ранениях.

***Раны***— это поверхностные повреждения, которые связа­ны с нарушением целости кожных покровов или слизистой оболоч­ки. По глубине проникновения раны подразделяют на кожные, мы­шечные, костные (проникающие раны — вскрывающие какую-ни­будь полость или сустав; ссадины — поверхностные кожные).

Все раны характеризуются небольшим кровотечением и болью. Заживление раны происходит или первичным натяжением (при условии непосредственного соприкосновения гладких, ровных и ост­рых краев раны), или путем нагноения с образованием вначале гра­нуляции, а затем уже рубцовой ткани, или же под сухим или влаж­ным струпом, вслед за выпадением которого замечается уже развив­шийся рубец.

При лечении раны необходимо безгнилостное (асептическое) содер­жание в чистоте раны, перевязочного материала, инструментов и пр.

Для нормального заживления раны необходимо всего несколько условий:

— стерильность поверхности самой раны;

— близость здоровых кожных краев раны друг к другу;

— хорошая способность кожи к регенерации.

При отсутствии этих условий процесс заживления затягивается и ухудшается. Небольшие ранки обычно заживают без образования кожного рубца. Большие по размерам раны требуют значительных усилий ор­ганизма по «выращиванию» новой ткани для замещения существую­щего дефекта, поэтому и образуются рубцы. Рубцы, кстати, тем бо­лее выражены, чем более интенсивно идет процесс заживления. Так что, все хорошо в меру.

Воспаление раны, вызванное инфекцией, препятствует синтезу новых клеток кожи, поэтому пока оно не будет удалено; рана будет оставаться открытой. Поэтому так важно изначально обработать лю­бую рану раствором антисептика и если дефект значительный по раз­мерам (более 1 см), то его необходимо в первые дни закрывать сте­рильной повязкой. Долго держать рану под повязкой не стоит, т.к. повышенная влажность не способствует быстрому заживанию.

**Виды ран:**

***Резаные раны***— наносятся острыми предметами (режущими ору­диями, осколками стекла и т. п.).

*Рубленые раны*— наносятся рубящими предметами (топором, тя­желым рубящим орудием — саблей, тесаком и т. п.).

*Колотые раны*— наносятся всевозможными колющими орудия­ми (рапирой, вилами, шилом и т. п.).

***Огнестрельные раны***— наносятся пулей из огнестрельного ору­жия.

По внешнему виду раны бывают:

***Скальпированные*—** происходит отслаивание участков кожи, подкожной клетчатки.

***Рваные***— кожа, подкожная клетчатка и мышца имеют дефекты неправильной формы со множеством углов, рана на своем протяже­нии имеет разную глубину.

**Действия по оказанию первой помощи:**

1.  Освободите раненый участок тела от одежды.

2.  Остановите кровотечение (артериальное или венозное).

3.  Смажьте кожные края раны дезинфицирующим раствором.

4.  Наложите стерильную повязку.

5.  При обширных ранах зафиксируйте конечность.

6.  Дайте пострадавшему обезболивающее — анальгин.

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

1.     Промывать раны водой.

2.  Вливать в рану спиртовые или любые другие растворы.

3.  Извлекать из раны инородные предметы на месте происшествия.

Дальнейшие действия:

При тяжелых ранениях вызовите скорую медицинскую помощь (тел. 03) для госпитализации пострадавшего в хирургический или травматологический стационар.

При мелких ранениях обратитесь в -травматологический пункт или в поликлинику к хирургу.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Раздел 5**

**Мир опасностей современной молодежи**

**Практическое занятие № 19 (2 часа)**

**«Оказание помощи подручными средствами в природных условиях»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами оказания помощи подручными средствами в природных условиях

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о возможных источниках опасностей в природе.

-знать порядок действий в опасных и экстремальных ситуациях.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Справка**

**Первая медицинская помощь** - это помощь, которая оказывается непосредственно на месте получения травмы или возникновения заболевания.

Первая доврачебная помощь включает следующие три группы мероприятий:

•      немедленное прекращение воздействия внешних повреждающих факторов (электрический ток, высокая или низкая температура, сдавливание тяжестями), удаление пострадавшего из неблагоприятных условий;

•      оказание первой медицинской помощи пострадавшему в зависимости от характера и вида травмы, несчастного случая или внезапного заболевания (остановка кровотечения, наложение повязки на рану, искусственное дыхание, массаж сердца и др.

•      организация скорейшей доставки пострадавшего в лечебное учреждение.

Основными условиями успеха при оказании первой помощи пострадавшим являются быстрота действия, находчивость и умение оказывающего помощь. Эти качества могут быть выработаны тренировочными упражнениями и приобретением навыков.

**Первая мед помощь при легких травмах**

Открытым повреждением, или раной, называется нарушение целости покровов (кожи, слизистых оболочек) с возможным разрушением тканей. По характеру повреждения тканей различают раны колотые, резаные, рубленые, ушибленные, рваные, укушенные, отравленные, огнестрельные.

Оказывающий первую помощь должен помнить, что:

     оказывать помощь нужно чисто вымытыми с мылом руками или, если этого сделать нельзя, следует смазать пальцы йодной настойкой. Прикасаться к самой ране, даже вымытыми руками, запрещается;

     нельзя промывать рану водой или лекарственными средствами, заливать йодом или спиртом, засыпать порошком, покрывать мазями, накладывать вату непосредственно на рану. Все перечисленное может препятствовать заживлению раны, занося грязь с поверхности кожи, вызывая тем самым последующее ее нагноение.

     нельзя удалять из раны сгустки крови, инородные тела (т.к. это может вызвать кровотечение);

     ни в коем случае не вдавливать во внутрь раны, выступающие наружу какие-либо ткани или органы - их необходимо прикрыть сверху чистой марлей;

     нельзя заматывать рану изоляционной лентой

Основные правила наложения повязок.

Повязку нужно накладывать только из стерильного материала в положении, наиболее удобном как для раненого, так и для оказывающего помощь (сидя или лежа). Чтобы удобнее было бинтовать, поврежденную часть тела нужно приподнять, подложив под нее скатку. Часть тела, на которую накладывают повязку, должна быть свободной от одежды. Конечности начинать бинтовать с периферии во избежание задержки оттока венозной крови, продвигаясь постепенно» к основанию конечности.

Для оказания первой медицинской помощи при ранении нужно:

•      остановить кровотечение;

•      обработать рану;

•      наложить асептическую повязку.

**Первая мед помощь при переломах**

**Перелом** – это полное или частичное нарушение целостности кости при нагрузке, превышающей прочность травмируемого участка скелета.

        При переломе необходимо обеспечить неподвижность поврежденной части тела, по возможности в среднефизиологическом положении. Обездвиживание обеспечивается наложением шины.

        Шина должна отвечать нескольким простым правилам. Она должна накладываться так, чтобы не сдвинуть костные отломки. Места, в которых шина соприкасается с конечностью, должны быть покрыты чем-то мягким - ватой, тканью, одеждой. Для шины используется подручный материал - ветки, доски и т. п., а также бинты из аптечки (ленты, пояса, веревка). Можно использовать готовые сеточные или лестничные шины из проволоки, придавая им нужные изгибы. Прибинтовывать шину нужно не туго, чтобы не нарушить кровообращение в поврежденной конечности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала опишите. как оказать первую помощь при переломе конечности

**Задание 2**

На основе предложенных ситуаций опишите алгоритм действия при оказании помощи при ножевом ранении.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Прикладной модуль:**

**Раздел 1**

**Практическое занятие № 20 (2 часа)**

**«Классификация опасностей на рабочем месте(экскурсия)»**

**Цель**: освоить умения определять комплекс опасностей на рабочем месте

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций на рабочем месте в мастерской

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о возможных источниках опасности в мастерской.

-знать порядок действий в опасных ситуациях в мастерской.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

 Определите опасности и риски на рабочем месте в учебной мастерской

**Справка:** Приказ Минтруда от 19.08.2016 №438н «Об утверждении Типового положения о системе управления охраной труда» устанавливает перечень опасностей и рисков на рабочем месте. Всего установлено 28 категорий перечня опасностей.

В методике, утвержденной приказом № 33н, Минтруд определяет перечень опасностей и рисков на рабочем месте, которые угрожают жизни и здоровью работника:

| **№ п/п** | **Наименование вредного и (или) опасного фактора производственной среды и трудового процесса** |
| --- | --- |
| 1 | Физические факторы |
| 11 | Микроклимат |
| 11.1 | Температура воздуха |
| 11.2 | Относительная влажность воздуха |
| 11.3 | Скорость движения воздуха |
| 11.4 | Тепловое излучение |
| 12 | Аэрозоли преимущественно фиброгенного действия (АПФД) |
| 13 | Виброакустические факторы |
| 13.1 | Шум |
| 13.2 | Инфразвук |
| 13.3 | Ультразвук воздушный |
| 13.4 | Общая и локальная вибрация |
| 14 | Световая среда |
| 14.1 | Освещенность рабочей поверхности |
| 14.2 | Прямая блескость |
| 14.3 | Отраженная блескость |
| 15 | Неионизирующие излучения |
| 15.1 | Переменное электромагнитное поле (промышленная частота 50 Гц) |
| 15.2 | Переменное электромагнитное поле радиочастотного диапазона |
| 15.3 | Электростатическое поле |
| 15.4 | Постоянное магнитное поле |
| 15.5 | Ультрафиолетовое излучение |
| 15.6 | Лазерное излучение |
| 16 | Ионизирующие излучения |
| 16.1 | Рентгеновское, гамма- и нейтронное излучение |
| 16.2 | Радиоактивное загрязнение производственных помещений, элементов производственного оборудования, средств индивидуальной защиты и кожных покровов работника |
| 2 | Химический фактор |
| 21 | Химические вещества и смеси, измеряемые в воздухе рабочей зоны и на кожных покровах работников, в том числе некоторые вещества биологической природы (антибиотики, витамины, гормоны, ферменты, белковые препараты), которые получают химическим синтезом и (или) для контроля содержания которых используют методы химического анализа |
| 3 | Биологический фактор |
| 31 | Микроорганизмы-продуценты, живые клетки и споры, содержащиеся в бактериальных препаратах |
| 32 | Патогенные микроорганизмы — возбудители особо опасных инфекционных заболеваний |
| 33 | Патогенные микроорганизмы — возбудители высококонтагиозных эпидемических заболеваний человека |
| 34 | Патогенные микроорганизмы — возбудители инфекционных болезней, выделяемые в самостоятельные нозологические группы |
| 35. | Условно-патогенные микроорганизмы (возбудители оппортунистических инфекций) |
| 4 | Тяжесть трудового процесса |
| 41 | Физическая динамическая нагрузка |
| 42 | Масса поднимаемого и перемещаемого груза вручную |
| 43 | Стереотипные рабочие движения |
| 44 | Статическая нагрузка |
| 45 | Рабочая поза |
| 46 | Наклоны корпуса тела работника |
| 47 | Перемещение в пространстве |
| 5 | Напряженность трудового процесса |
| 51 | Длительность сосредоточенного наблюдения |
| 52 | Плотность сигналов (световых, звуковых) и сообщений в единицу времени |
| 53 | Число производственных объектов одновременного наблюдения |
| 54 | Нагрузка на слуховой анализатор |
| 55 | Активное наблюдение за ходом производственного процесса |
| 56 | Работа с оптическими приборами |
| 57 | Нагрузка на голосовой аппарат |

Кейс-ситуация 1

Вы находитесь в мастерской, где проводили сварочные работы. Искра упала на промасленные тряпки. Через некоторое время вы заметили пламя. Каковы будут ваши действия? Объясните ваши действия. Укажите их порядок. Какие средства защиты применяются в автомастерских? Какие средства пожаротушения в обязательном порядке должны находиться в автомастерской?

Кейс-ситуация 2

Вы производили осмотр механизма станка мастерской. При этом подсвечивали себе лампой накаливания, которая работает от электросети, шнур давно был поврежден, и вы его починили, соединив провода, но не заизолировав их. Так как вам было не удобно одновременно держать лампу и работать с гаечным ключом, вы попросили напарника подержать лампу. Он не знал о том, что оборудование не исправно. И когда он держал лампу случайно взялся за оголённый участок провода. Его ударило током. Вы выдернули вилку лампы из розетки. Но от удара током у напарника остановилось сердце. Проведите реанимационные действия.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Прикладной модуль:**

**Раздел 2**

**Практическое занятие № 21 (2 часа)**

**«Возможные последствия опасностей на рабочем месте»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами предупреждения опасных ситуаций, отработать модель поведения при ЧС на производственном участке

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о возможных источниках опасности на производстве

-знать порядок действий в опасных ситуациях.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

Постройте модель и продемонстрируйте поведение при ЧС (техногенного, природного; экологического; террористического характера) на производственном участке

**Справка:** чрезвычайная ситуация любого типа в своем развитии проходят четыре типовые стадии (фазы):

* предварительная — образуются и нарастают предпосылки к возникновению природного или техногенного бедствия, накапливаются отклонения от нормального состояния или процесса;
* первая — инициирование природного или техногенного бедствия и последующее развитие процесса чрезвычайного события, во время которого оказывается воздействие на людей, объекты экономики, инфраструктуры и природную среду;
* вторая — осуществляется ликвидация последствий природного или техногенного бедствия, ликвидация чрезвычайной ситуации (эта стадия может начинаться и до завершения первой стадии);
* третья — осуществляется ликвидация долговременных последствий природного и техногенного бедствия.

Кейс-ситуация 1

Неподалеку от будущей строительной площадки находится завод по производству химпродуктов. В одном из цехов данного завода произошел выброс хлора. Директор строительной организации, услышав крики людей, посмотрел на заводскую трубу и указал рабочим, выполнявшим проектировочные и геодезические работы на производственном участке, направление эвакуации, а сам пытался спасти тех, кто из-за паники потерял ориентировку. В итоге ни один из его сотрудников не получил. Дайте оценку действиям директора строительной организации. Что помогло ему выбрать направление эвакуации?

Кейс-ситуация 2

При выполнении полевых геодезических работ на производственном участке один из геодезистов подвернул ногу и упал. После неудачного падения у пострадавшего появилась боль в правой руке. Движения в руке невозможны. В области средней трети предплечья имеется деформация кости и ненормальная подвижность. О какой травме идет речь? Окажите первую доврачебную помощь (имеются шины, косынка, бандаж).

Кейс-ситуация 3

При проведении полевых геодезических работ на производственном участке вы почувствовали запах дыма, и определили, что попали в зону пожара. Опишите Ваши действия.

Кейс-ситуация 4

. Возле одиноко стоящего дерева во время выполнения полевых геодезических работ на производственном участке находился один из геодезистов. В ходе выполнения трудовых операций в это дерево неожиданно ударяет молния и геодезист получает травму. Окажите помощь пострадавшему.

 На основе предложенного материала опишите среду «дорожного движении».

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Прикладной модуль:**

**Раздел 3**

**Практическое занятие № 22 (2 часа)**

**«Травматизм и профессиональные заболевания на производстве»**

**Цель**:

**Осваиваемые умения:**

-владеть способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, природной среде, в общественных местах);

-знать порядок действий в опасных и экстремальных ситуациях.

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

На основе предложенного материала опишите среду «дорожного движении».

**Задание 2**

На основе предложенных ситуаций опишите опасности на дорогах для разных участников дорожного движения (пешеходов и разных видов транспорта).

**Задание3**

Определите и опишите условия, при которых элемент системы «человек участник дорожного движения – среда дорожного движения» становится причиной нанесения вреда человеку.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Прикладной модуль:**

**Раздел 4**

**Практическое занятие № 23 (2 часа)**

**«Знакомство с войсковой частью»**

**Цель**: ознакомление с размещением и бытом военнослужащих, содержанием внутреннего порядка роты, суточным нарядом и обязанностями дежурного и дневального по роте.

 **Осваиваемые умения:** Научиться правильно планировать свой распорядок дня.

**Усваиваемые знания:**

-сформировать представления о быте военнослужащих, о распорядке дня в войсковой части

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Практические задания**

**Задание 1**

Размещение военнослужащих.

**Задание 2**

Казарма и её помещения.

**Задание3**

Назначениесуточного наряда роты.

**Пояснения к работе**

 Основная информация для выполнения практической работы содержится в медиа-презентации «Уставы вооружённых сил России» и учебнике. Первое, третье и четвёртое задания рассчитаны на ваше умение найти и воспроизвести необходимую информацию. Второе и пятое задания требует от вас выражения собственных мыслей, рассуждения, синтеза и анализа полученной информации.

**Содержание отчета**

Отчет должен содержать:

Название работы.

Цель работы.

Задания.

Их последовательное выполнение.

Если необходимо, то следует составить и заполнить таблицы, составить схемы.

Вывод по работе.

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………

**Прикладной модуль:**

**Раздел 5**

**Практическое занятие №24 (экскурсия)**

**Тема «Ознакомление с работой службы по охране здоровья и безопасности граждан в регионе»**

**Цель практической работы:** познакомиться с работой службы (Противопожарная служба Российской Федерации/милиция Российской Федерации/служба скорой медицинской помощи/государственная санитарно-эпидемиологическая служба Российской Федерации/гидрометеорологическая служба) по охране здоровья и безопасности граждан в регионе

Осваиваемые результаты и общие компетенции: ПРб 02, ЛР 12, ЛР 13, МР 05, МР 07, МР 04, МР 06

ОК 1-7

**Терминологический словарь**: служба, эпидемия, охрана здоровья, безопасность

**Задание 1**

Опишите работу службы по результатам экскурсии. Представьте ее структуру, условия и специфику работы в регионе. Раскройте ее роль для жизни -владеть способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;

**Усваиваемые знания:**

Познакомиться с работой служб (Противопожарная служба Российской Федерации/милиция Российской Федерации/служба скорой медицинской помощи/государственная санитарно-эпидемиологическая служба Российской Федерации/гидрометеорологическая служба)

**Формируемые компетенции**:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой деятельности в различных жизненных ситуациях

ОК04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных, общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК07.Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

**Оборудование:**

-Наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасности жизнедеятельности населения);

-технические средства обучения: мультимедийный проектор, интерактивная доска, выход в локальную сеть

**Литература:**

Печатные и электронные издания

**Методические рекомендации**: выполняя задание, обратите внимание на…….

 Учтите…….

Помните о взаимосвязи ………