

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования



ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ

**(разработка дидактических материалов)
по общеобразовательной дисциплине
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

МОСКВА ИРПО

2022

АВТОРСКИЙ КОЛЛЕКТИВ

Руководитель авторского коллектива:

Тебенькова Елена Александровна, док. пед. наук, профессор

Авторский коллектив:

Борисова Раиса Константиновна

Семенов Иван Николаевич

Полякова Юлия Александровна

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная Записка	4
1. Рекомендации по разработке дидактических материалов	5
2. Рекомендации по подготовке заданий для самостоятельного выполнения ...	38
3. Печатные издания по реализации общеобразовательной дисциплины	50

Пояснительная записка

Методика преподавания представляет собой логически выстроенный способ отбора и упорядочения тех компонентов практики преподавания ОБЖ, которые подлежат методическому обновлению согласно компетентностной идеологии и деятельностному подходу к общеобразовательной подготовке в СПО.

В характеристике назначения ОД ОБЖ, в дополнение к общекультурному значению, определено значение дисциплины для профессиональной деятельности. Цель преподавания ОД сформулирована как достижение компетентностных образовательных результатов. Цель конкретизирована в виде перечня дисциплинарных результатов согласно ФГОС СОО. Задачи сформулированы в терминологии формируемых ОК и дисциплинарных умений. Предложен подход к проектированию содержания подготовки студента по ОД не как последовательность тематических единиц науки о Безопасности жизнедеятельности, а композиция действий, форм мышления (понятий), правил и алгоритмов, принятых в ней. Содержание спроектировано как интегрированные между собой основное содержание (инвариантно, находится в предметной области ОБЖ) и прикладное содержание (вариативно, тематически относится к профессии). Показаны способы интенсификации подготовки через содержание подготовки (путем оснащения студентов инструментами интеллектуальной деятельности, построения межпредметных, практико- и профессионально ориентированных модулей); через формы обучения (активные, интерактивные методы обучения); за счет форм оценки и контроля, способствующих повышению активности и самостоятельности студента. Показаны преимущественные пути интеграции ОБЖ с программами профессиональной подготовки через задачи/ задания, требующие привлечение понятий и способов решения из других дисциплин, межпредметных понятий и способов. Указано, с помощью каких цифровых ресурсов студент выполнит программу подготовки по ОД ОБЖ (сайты, платформы, программы видеоконференцсвязи, сервисы).

1. Рекомендации по разработке дидактических материалов

Тема 1.2 Как выявить опасности развития

Планируемые результаты обучения: ПР2; ПР6; ПР7

ОК 02

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

ОК 04

Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 07

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

Цель: открытие и освоение средств (понятие, правило и алгоритм) выявления опасностей развития общества и человека

Понятие: опасности развития – это способность явлений, процессов, объектов в системе «человек/общество – Жизнь» в определенных условиях препятствовать/нарушать закон сохранения Жизни

Предметное действие: целе- и ценностное полагание в ситуации конфликта в развитии между требованием сохранения Жизни и дефицитами в развитии

Правило действия: чтобы выявить, что является опасным фактором/препятствием на пути к прогрессу общества/самореализации человека (мечте/цели), необходимо соотнести требование закона сохранения Жизни как общественного и человеческого смысла/ нормы развития с внутренними и внешними условиями его нарушения

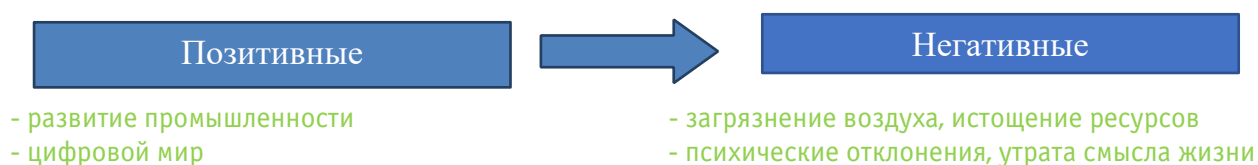
Алгоритм целе-и ценностного полагания в ситуации конфликта в развитии



- ✓ Ухудшение качества жизни людей, снижение среднего уровня жизни
- ✓ Ухудшение демографической ситуации, снижение рождаемости, рост смертности

- ✓ Рост заболеваемости людей
- ✓ Падение нравственности, образованности, культуры общества в целом
- ✓ Сокращение уровня свободы в обществе
- ✓ Упадок в экономике, кризисные явления
- ✓ Решение вопросов силовыми методами и способами
- ✓ Ослабление страны в целом и её международного положения

Последствия прогресса



2. ЧЕЛОВЕК. Объект защиты - смысл жизни Человека



Практическая работа

Время выполнения работы: 60 минут

Цель: овладение умением выявления опасностей развития человека на основе алгоритма целе-и ценностного полагания в ситуации конфликта в развитии

О чем новом узнают?

- об опасностях/препятствиях развития человека
- о негативных социальных факторах развития в подростковом возрасте

Как это узнают?

- в ходе поиска ответов на вопросы пирамиды Дилтса;
- в ходе моделирования причинно-следственных связей социальных факторах и развития в подростковом возрасте.

Какой новый способ действия построят? (схему организации действия – порядок определения факторов/препятствий на пути к цели/мечте)

Чтобы решить, что является опасным фактором/препятствием на пути к мечте/цели, необходимо:

- ✓ Определить для себя ключевые понятия: смысл жизни человека, любовь, мечта
- ✓ Определить зачем они нужны человеку
- ✓ Выявить основные препятствия
- ✓ Определить понятие/сущность препятствий

Задание	Действие обучающегося
Старт-задание:	Демонстрирует применение понятия самореализация в решении учебной задачи
Задание-эксперимент	Создает опорную конструкцию понятий по пирамиде Дилтса
Тест-задание:	Демонстрирует умение работы с тематическим текстом Демонстрирует умение определять причинно-следственные связи

1. Старт-задание:

Дано:

Понятие о самореализации по А. Маслоу, пирамида Дилтса, важнейшие аспекты самореализации: жизненные Цели, Мечта, Творчество, раскрытие способностей, Любовь к Делу.

Требуется: предположить опасности развития человека

Варианты ответов: утрата важнейших аспектов самореализации, смысла жизни, желания развиваться, жить

2 Задание-эксперимент

Дано: пирамида Дилтса и конструкция вопросов к ней, примеры из жизни известных людей, преодолевших массу преград на пути к Мечте и самореализации в своем Деле [ТОП-10 известных людей, которые добились успеха в жизни с нуля сами: интересные краткие истории успеха, фото. Примеры русских знаменитых людей, которые сами добились успеха своим трудом, самообразованием, дисциплиной (heaclub.ru).]

Требуется: 1) создать понятийную платформу для самореализации из ответов на блоки вопросов; 2) выявить и определить понятийно препятствия к мечте.

БЛОК 1 Понимание аспектов самореализации

1. *В чем смысл жизни вообще* (всего живого)?

Опорная конструкция (вариант ответа): смысл жизни вообще – в продолжении (не прекращении) жизни с условием отсутствия регресса (деградации).

2. *В чем смысл жизни каждого человека?*

Опорная конструкция (вариант ответа):

а) максимальная точка создающих достижений

б) смысл жизни – найти смысл жизни.

в) наметить высшую точку реализации (Мечту) – и осознанно пройти весь жизненный путь для достижения Цели-Мечты.

3. *Что такое Любовь?* (к близким, к Делу, к малой и большой родине)?

Опорные конструкции (варианты ответов) – любовь к человеку как принятие его без условностей, в максимальной форме – бескомпромиссное желание ему Счастья, а в идеальной форме – способность умереть за него здесь и сейчас без колебаний.

Любовь к Делу – состояние деятельности в режиме проявления максимальных творческих способностей.

Любовь к родине – видение в местности своего рождения и проживания идеальной комбинации гармоничных красок, форм, эмоций и воспоминаний.

4. *Что такое мечта и зачем она нужна?*

Опорная конструкция (вариант ответа): Мечта – это воображаемый образ желаемой действительности.

5. *Почему она нужна и важна?*

Опорная конструкция (вариант ответа): Мечты – важная составляющая человеческого счастья. Без них мы бы не могли меняться сами и менять мир вокруг. Нельзя бояться создавать мечты и бояться претворять их в жизнь (при постоянном соблюдении осторожности и трезвости ума).

БЛОК 2 Базовые понятия-препятствий на осознанном пути к мечте и реализации

1. *Что такое Зло и почему оноечно?*

Опорная конструкция (вариант ответа): продукт эволюции Живого, выражающийся в намеренном совершение поступков, причиняющих страдания, гибель или ущерб живому одному существу ради выгоды (испытываемых ощущений) другого живого существа. Как такого зла нет, есть взаимодействие вещей

2. Что такое Страх?

Опорная конструкция (вариант ответов): Страх – это сильная отрицательная эмоция, которая возникает в результате воображаемой или реальной опасности и представляет угрозу жизни для индивида. Под страхом в психологии понимают внутреннее состояние человека, которое обусловлено предполагаемым или реальным бедствием.

3. Почему страхи надо побеждать?

Опорная конструкция (вариант ответа): Только преодоление страха, управление эмоциями, а не подчинение им, дает возможность развиваться и двигаться со смыслом к мечте.

4. Что такое Лень? И почему ее надо осознать и побеждать?

Опорная конструкция (вариант ответов): вредная привычка, являющаяся причиной низкой самооценки, дурных черт характера, отсутствия дисциплины, неуверенности в собственных силах, отсутствие интереса к какой-либо деятельности или же убеждений в её неэффективности. Является наряду со страхом серьезнейшим фактором, тормозящим развитие личности.

Задание на самостоятельное выполнение

1. Задание на работу с научным текстом

Дано: Текст из статьи [Фельдштейн Д. И. Изменяющийся ребенок в изменяющемся мире: психолого-педагогические проблемы новой школы // Национальный психологический журнал — 2010. — №2\(4\) — с.6-11. \(npsyj.ru\)](#) с описанием изменений в развитии современных подростков

Требуется:

- 1) Выявить нарушения и сбои в развитии современных подростков и их причины.
- 2) Представить в виде схемы причинно-следственные связи социальных факторов и сбоев в развитии подростков

Тема 1.3 Как выявить и описать опасности на дорогах

Планируемые результаты обучения: ПР3; ПР6; ПР7

ОК 02

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

ОК 04

Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 07

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

Цель: открытие и освоение средств (понятия, правила и алгоритма) описания опасностей на дорогах

Понятие: опасности на дорогах – это способность явлений, процессов, объектов в системе «человек-участник дорожного движения – среда дорожного движения» в определенных условиях причинять вред людям, среде и материальным ресурсам;

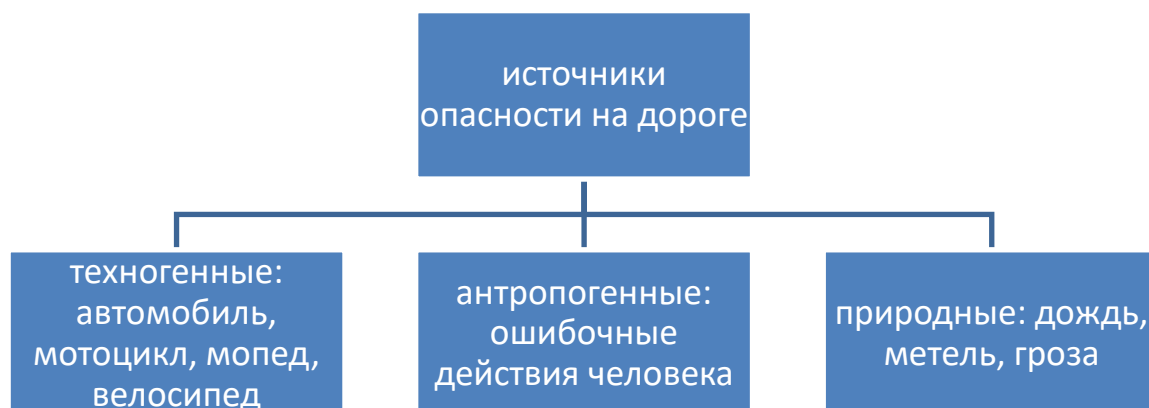
Предметное действие: выявлять и описывать опасности для разных участников дорожного движения (пешеход, электросамокатчик/райдер, велобайкер, мотоциклист);

Правило действия: чтобы выявить и описать опасности на дорогах нужно определить условия, при которых элемент системы «человек-участник дорожного движения – среда дорожного движения» становится причиной нанесения вреда человеку;

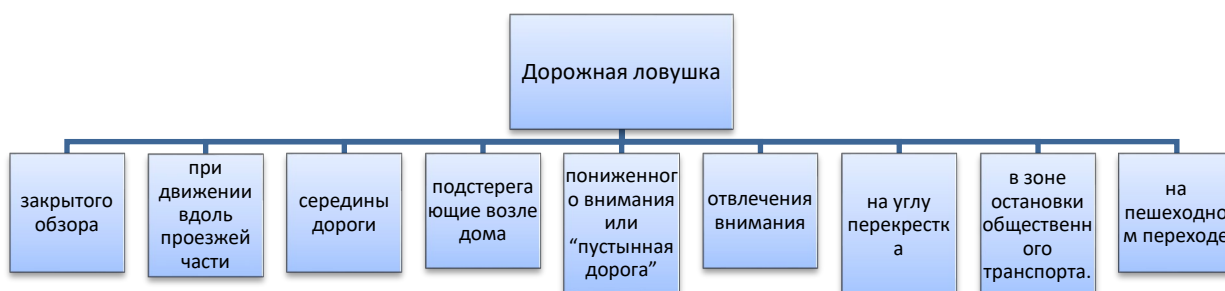
Алгоритм выявления и описания опасностей на дорогах

- ✓ определить объект защиты через позицию участия в дорожном движении (пешеход, велосипедист, самокатер, мотоциклист);
- ✓ выявить источники опасностей для объекта защиты (средства передвижения и участники дорожного движения) и составить их перечень (номенклатура опасностей);
- ✓ провести классификацию источников опасности по происхождению (техногенные, антропогенные, природные);
- ✓ выявить пространственную локализацию каждого источника опасности (места пересечения объекта защиты и источника опасности в пространстве дорожного движения: пешеходные переходы, особенно нерегулируемые, общие дорожки, дворы);
- ✓ выявить условия реализации опасного свойства источников опасностей разных видов (техногенные: отказы в транспортных средствах, сложность/качество участка движения, плохое освещение; антропогенные: превышение скорости, отклонение от нормы в состоянии водителя (опьянение, резкое ухудшение здоровья, отсутствие), незнание правил; природные: погодные);
- ✓ определить воздействие на организм объекта защиты (удар, приводящий к травмирующим, летальным/смерть последствиям);

- ✓ определить ограничения у объекта защита к воздействию опасных факторов (кости не выдерживают удара, кожа не выдерживает соприкосновение с дорожным покрытием).

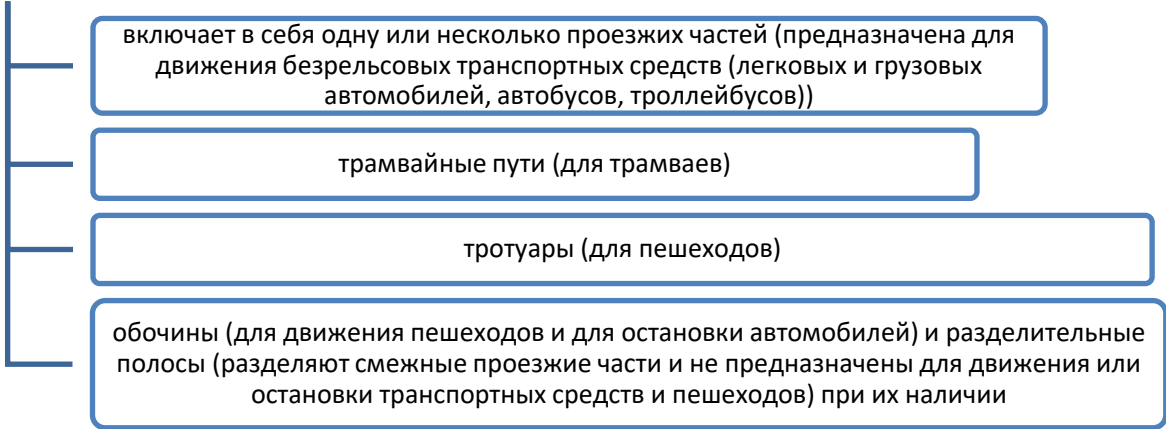


“Дорожная ловушка” – это ситуация на дороге со скрытой опасностью, к тому же не замеченной.



Постановление Правительства РФ от 23.10.1993 N 1090 (ред. от 31.12.2020) "О Правилах дорожного движения" (вместе с "Основными положениями по допуску транспортных средств к эксплуатации и обязанности должностных лиц по обеспечению безопасности дорожного движения")

Дорога – обустроенная или приспособленная и используемая для движения транспортных средств полоса земли либо поверхность искусственного сооружения



Участник дорожного движения – лицо, принимающее непосредственное участие в процессе движения в качестве водителя, пешехода, пассажира транспортного средства

Пассажир – лицо, кроме водителя, находящееся в транспортном средстве (на нем), а также лицо, которое входит в транспортное средство (садится на него) или выходит из транспортного средства (сходит с него)

Пешеход – лицо, находящееся вне транспортного средства на дороге либо на пешеходной или велопешеходной дорожке и не производящее на них работу. К пешеходам приравниваются лица, передвигающиеся в инвалидных колясках, ведущие велосипед, мопед, мотоцикл, везущие санки, тележку, детскую или инвалидную коляску, а также использующие для передвижения роликовые коньки, самокаты и иные аналогичные средства.

Для обеспечения безопасности на улицах и дорогах осуществляется регулирование дорожного движения — управление потоком движения транспорта и пешеходов. Дорожное движение регулируют дорожная разметка, дорожные знаки, светофоры и регулировщики

Тема 1.4 Как выявить и описать опасности в ситуации пожара в общественном месте

Планируемые результаты обучения: ПР2; ПР6; ПР8

ОК 04

Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 07

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

Цель: открытие и освоение средств (понятия, правило и алгоритм) описания опасности в ситуации пожара в общественном месте

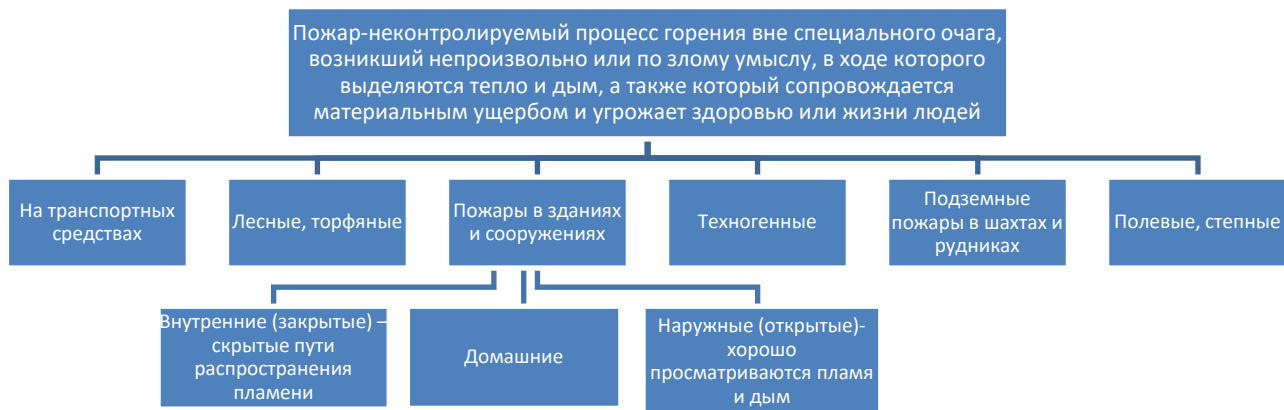
Понятие: опасность пожара в общественном месте – это способность явлений, процессов горения, горючих материалов и объектов причинять вред людям и материальным ресурсам;

Предметное действие: выявлять и описывать опасности в ситуации пожара в общественном месте;

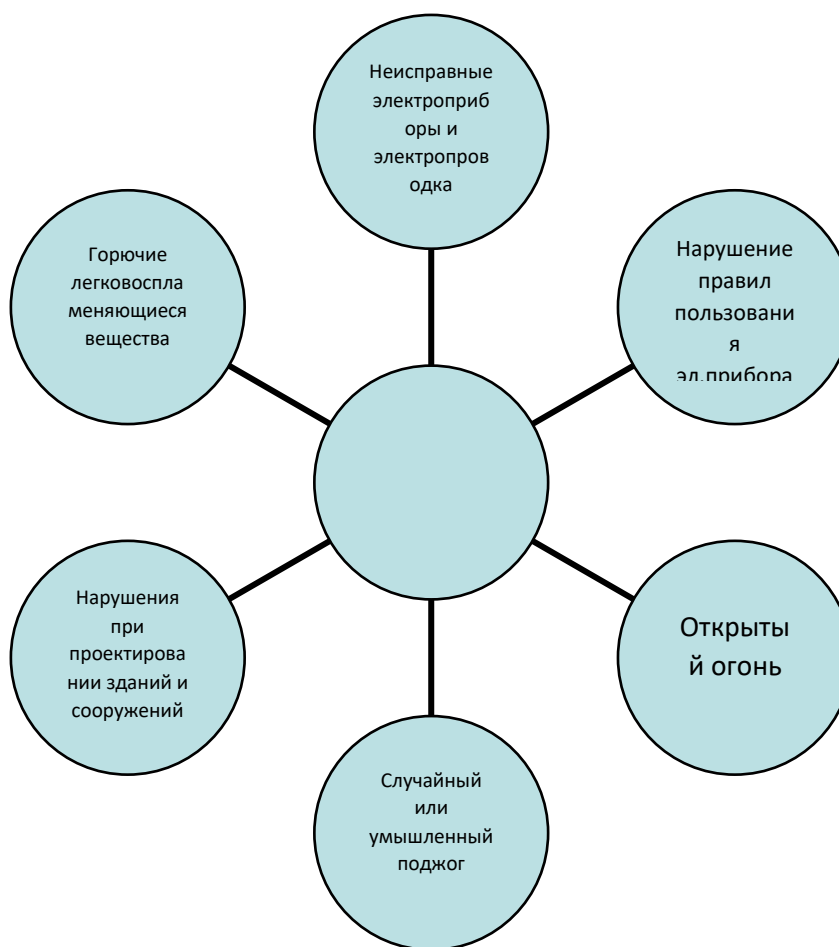
Правило действия: чтобы выявить и описать опасности пожара нужно определить условия пожара, при которых элемент системы «человек – общественное место» становится причиной нанесения вреда человеку.

Алгоритм выявления опасностей в ситуации пожара в общественном месте на примере торгового центра, кинотеатра, клубах)

1. выявить пространственную локализацию ЧС (в местах массового скопления людей (торговые центры, бизнес-центры), в транспорте (учитывать особенности водного, наземного, воздушного, железнодорожного транспорта);
2. определить объект защиты (сотрудник, посетитель);
3. выявить источники опасности (опасные факторы пожара) для объекта защиты и составить их перечень (дым, пары вредных газов, открытое пламя, осколки, части разрушившихся строений, высокая температура окружающей среды);
4. выявить условия активизации опасных факторов пожара (разрушение конструкций строения, расплавление пластика, применение огнетушащих веществ, приток воздуха, вдыхание дыма);
5. провести классификацию источников опасности по поражающему воздействию на объект защиты (воздействие на дыхательную, опорно-двигательный аппарат, кожные покровы);
6. определить варианты поражения организма объекта защиты (ожог, травма, потеря сознания, удушье, летальное/смерть).



Источники пожарной опасности



Тема 2.1 Как измерять опасности

Планируемые результаты обучения: ПР2; ПР4; ПР6; ПР7

ОК 02

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

ОК 04

Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 07

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

Цель: открытие и освоение понятия риска и правила его оценки

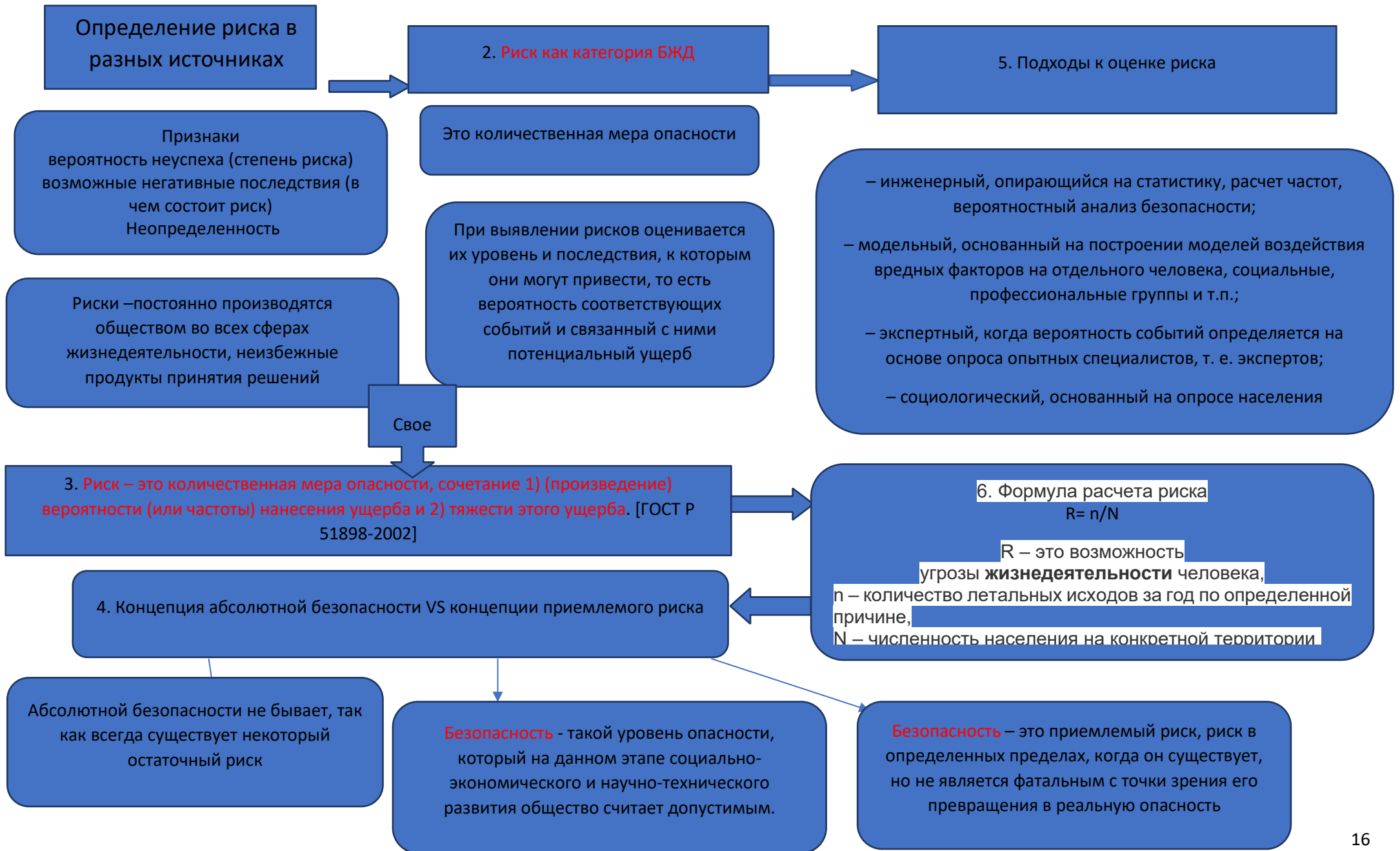
Понятие: риск – это количественная мера опасности, сочетание 1) вероятности (или частоты) нанесения ущерба и 2) тяжести этого ущерба для объекта защиты;

- приемлемый риск - уровень опасности, который на данном этапе социально-экономического и научно-технического развития общество считает допустимым

Предметное действие: определение вероятности осуществления риска и масштаба последствий воздействия вредных и опасных факторов среды для разработки/выбора мер по профилактике и защите

Правило действия: чтобы оценить риск, нужно рассчитать вероятность наступления негативного события и определить тяжесть его последствий

Алгоритм расчета риска по формуле:



Тема 2.2 Как оценить риски на дорогах

Практическая работа

Планируемые результаты обучения: ПР3; ПР6

ОК 04

Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 07

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

Цель: овладение умением оценивать риски на дорогах

Понятие: риски на дорогах - количественная мера опасности для участника дорожного движения, сочетающая риск 1) вероятности (или частоты) негативного события/ДТП и 2) тяжести его ущерба жизни и здоровью;

Предметное действие: определение вероятности осуществления риска (по формуле) и масштаба последствий воздействия опасных факторов дорожного движения в отношении различных его участников для разработки/выбора мер по профилактике и защите;

Правило действия: чтобы оценить риск негативного события/ДТП для участника дорожного движения, нужно рассчитать вероятность наступления негативного события и определить тяжесть его последствий для участника дорожного движения

Задание. Подберите необходимые статистические данные для расчета риска гибели/травмирования для участника дорожного движения: пешехода, райдера, велосбайкера, мотоциклиста (по выбору)

Сделайте вывод об уровне последствий (таблица 2, 3)

Таблица 2 – Классификация последствий опасных событий на дорогах (*U*)

Обозначение уровня	Наименование уровня последствий	Описание вреда, наносимого участникам дорожного движения
<i>U1</i>	Катастрофические	Гибель, невозстанавливаемая полная нетрудоспособность, существенные травмы или ущерб здоровью более 50-ти человек
<i>U2</i>	Существенные	Гибель, невозстанавливаемая полная нетрудоспособность, существенные травмы или ущерб здоровью более 10-ти человек
<i>U3</i>	Умеренные	Существенные травмы или ущерб здоровью, потеря рабочих дней 5-ти и более человек
<i>U4</i>	Малозначительные	Небольшие травмы или ущерб здоровью
<i>U5</i>	Незначительные	Легкий вред здоровью

Таблица 3 – Матрица риска

Уровень частоты (вероятности) опасных событий	Уровень последствий опасных событий				
	<i>U1</i>	<i>U2</i>	<i>U3</i>	<i>U4</i>	<i>U5</i>
<i>P1</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rв</i>
<i>P2</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rв</i>	<i>Rв</i>	<i>Rд</i>
<i>P3</i>	<i>Rкр</i>	<i>Rв</i>	<i>Rв</i>	<i>Rд</i>	<i>Ропт</i>
<i>P4</i>	<i>Rв</i>	<i>Rв</i>	<i>Rд</i>	<i>Ропт</i>	<i>Ропт</i>
<i>P5</i>	<i>Rв</i>	<i>Rд</i>	<i>Ропт</i>	<i>Ропт</i>	<i>Ропт</i>

Ропт – оптимальный риск

Rд – допустимый (приемлемый) риск

Rв – практически возможный риск

Rкр – критический (неприемлемый) риск

Тема 2.5 Как оценить риски для здоровья в подростковом возрасте

Планируемые результаты обучения: ПР2; ПР4; ПР5; ПР6; ПР7

ОК 02

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

ОК 04

Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 07

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;

Цель: овладение комплексом средств (понятие, правило, алгоритм) оценки риска для здоровья подростков.

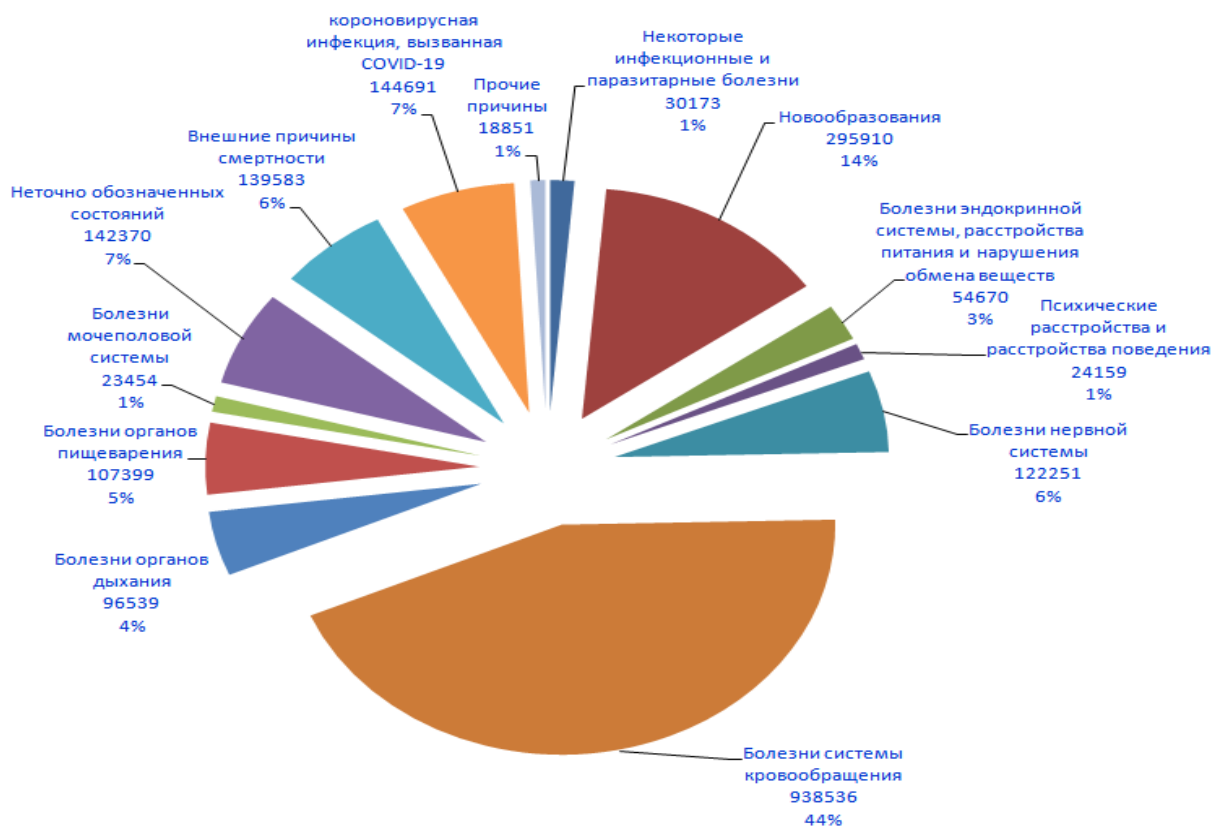
Объект защиты – качество жизни населения

- ✓ Ухудшение демографической ситуации, снижение рождаемости, рост смертности, Причины смертности

Естественные (старость 6,5%, болезни)

Внешние (ДТП, суицид, убийства) 6%

Смертность населения по основным классам за 2020 год



✓ Рост заболеваемости

За последние 10 лет заболеваемость россиян раком выросла на 23,7 %

«Старение» населения

В течение жизни до 75 лет риск развития рака

У женщин составляет 23,4 % у мужчин – 30,3%.

Женщины чаще страдают от рака молочной железы – 20,6 % онкозаболеваний,

Мужчины - от рака трахеи, бронхов и легкого – 16,9 %.



Прогнозы численности россиян к 2035 году

143 млн. человек



134 млн. человек

Практическая работа

Понятие: риски для здоровья – количественная мера опасности заболеваний (в т.ч. смертельно опасных, инфекционных, нервно-психологических) и смерти от других факторов, сочетающая риск 1) вероятности (или частоты) негативного события и 2) тяжести его ущерба жизни и здоровью (заболевания, травмы, гибель)

Правило действия: чтобы оценить риск опасных и вредных факторов для жизни и здоровья в подростковом возрасте, нужно рассчитать вероятность наступления негативного события и определить тяжесть его последствий

Алгоритм выявления и оценки риска инфекционных заболеваний

1. Определить объект защиты (молодой человек);
2. выявить возбудителей заболеваний (например, микроорганизмы и вирусы) и составить их перечень: заболевание (грипп, туберкулёз, дизентерия, ветряная оспа, СПИД) – возбудитель;
3. определить воздействие возбудителей на организм объекта защиты и провести классификацию заболеваний по месту поражения/проявления симптомов: кишечные (дизентерия); дыхательных путей (грипп, туберкулёз); «кровяные» (СПИД); наружных покровов (ветряная оспа);
4. выявить пространственную локализацию возбудителей (почвы, загрязнённая вода и продукты питания, скопление людей, животные-переносчики);
5. определить условия для появления заболевания (антисанитарные условия, ослабленный организм)

Дано: В 2020 году ковид-19 заболело 30 000 несовершеннолетних, всего заболевших зарегистрировано было 600 000 тысяч человек, численность населения России 145 млн.чел)

Требуется:

- 1) Рассчитать по формуле риск заболевания ковид-19 среди несовершеннолетних в 2020 году. 2) сделать прогноз, используя данные в таблице 1.

Таблица 1 – Классификация опасных событий по частоте (вероятности) их возникновения (P)

Обозначение уровня	Описание	Качественная оценка частоты (вероятности)	Количественная оценка частоты (λ), 1/год*
P1	Произойдет в большинстве случаев	Высокая вероятность, возможны повторные события	более 1
P2	Вероятно произойдет в большинстве случаев	Вероятное	от 10^{-2} до 1
P3	Может произойти	Возможное	от 10^{-4} до 10^{-2}
P4	Вероятнее всего не произойдет	Маловероятное	от 10^{-6} до 10^{-4}
P5	Произойдет при исключительных обстоятельствах	Крайне маловероятное	менее 10^{-6}

Тема 4.1 История создания Вооружённых Сил России

Планируемые образовательные результаты: ПР5; ПР9; ПР10; ПР12

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

ОК 08

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

Цель: освоение знаний об основных этапах истории создания Вооружённых Сил России.

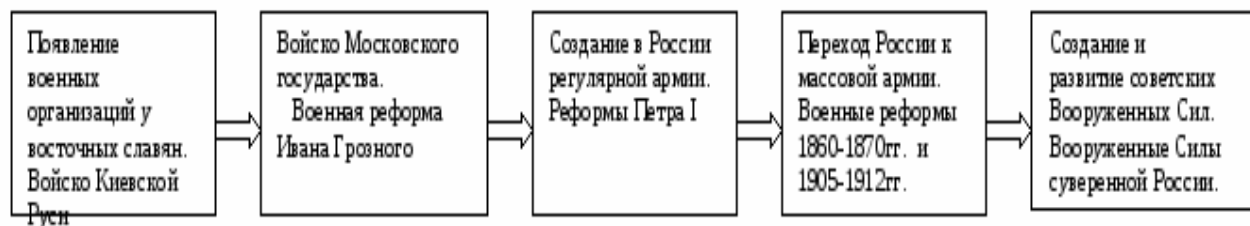
I. Вводная часть

Сообщение учителем темы и цели урока. Данная тема актуальна и важна для вас по ряду причин: - во-первых, в связи с ситуацией в мире, во-вторых, в связи с продолжающейся на современном этапе реформой ВС России; - в-третьих, потому что в будущем многим из вас предстоит служба в армии, либо в правоохранительных органах;

II. Основная часть. Изучаемые вопросы

1. Организация ВС. Российского государства с IX по XVI век Военная реформа Ивана IV в середине XVI века.
2. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, её особенности.
3. Военная реформа в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.
4. ВС РФ на современном этапе.

Опорная схема урока



Этапы развития ВС России.

Период	Способ комплектования армии	Призывной возраст	Срок службы
С IX по XIV века	Княжеские дружины Народное ополчение	Не ограничен	По мере необходимости
XV – XVI вв.	Дворянское ополчение Постоянное стрелецкое войско	С 15 лет	Пожизненно

Начало XVIII - Середина XIX вв.	Постоянная армия на основе Рекрутского набора	С 15 до 32 лет	Солдаты пожизненно, дворяне – 25 лет
Вторая половина XIX - начало XX века	Всеобщая воинская повинность	С 20 лет	Пехота – 6 лет и 9 лет в запасе, флот – 7 лет и 3 года в запасе
Начало XXI века	Могут перечислить реформы современной армии		

III Заключительная часть:

За последние 3400 лет на земле было только 250 лет мирной жизни. За это время произошло 15000 войн. К сожалению, эта ситуация не меняется и на современном этапе. Человечество решает спорные моменты и по-прежнему с помощью силы и не спешит разоружаться. Поэтому армия нужна нашему государству. А вот какой она будет, зависит, в том числе, и от нас с вами. Д.З. стр.217 учебника, конспект

Тема 4.2 Основные понятия о воинской обязанности

Планируемые образовательные результаты ПР1; ПР5; ПР9; ПР10; ПР12.

ОК 03

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

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

ОК 08

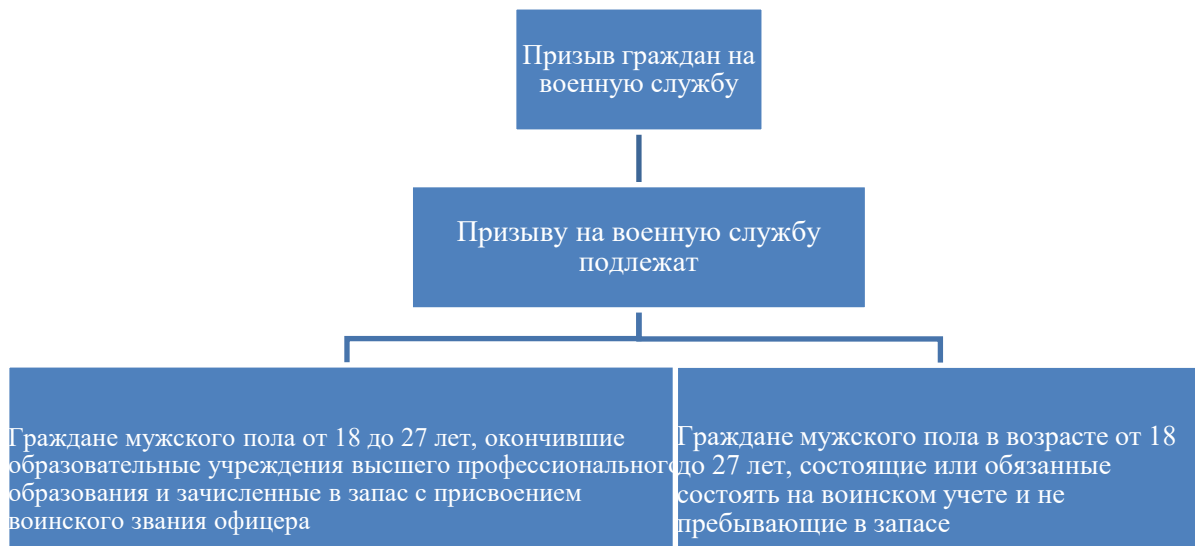
Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

Цель занятия: Освоение основных положений ФЗ «О воинской обязанности и военной службе».

План урока.

- I. Вводная часть.
- II. Основная часть. Изучаемые вопросы.
- III. Заключительная часть.

В ст. 22 п. 1 ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» говорится:

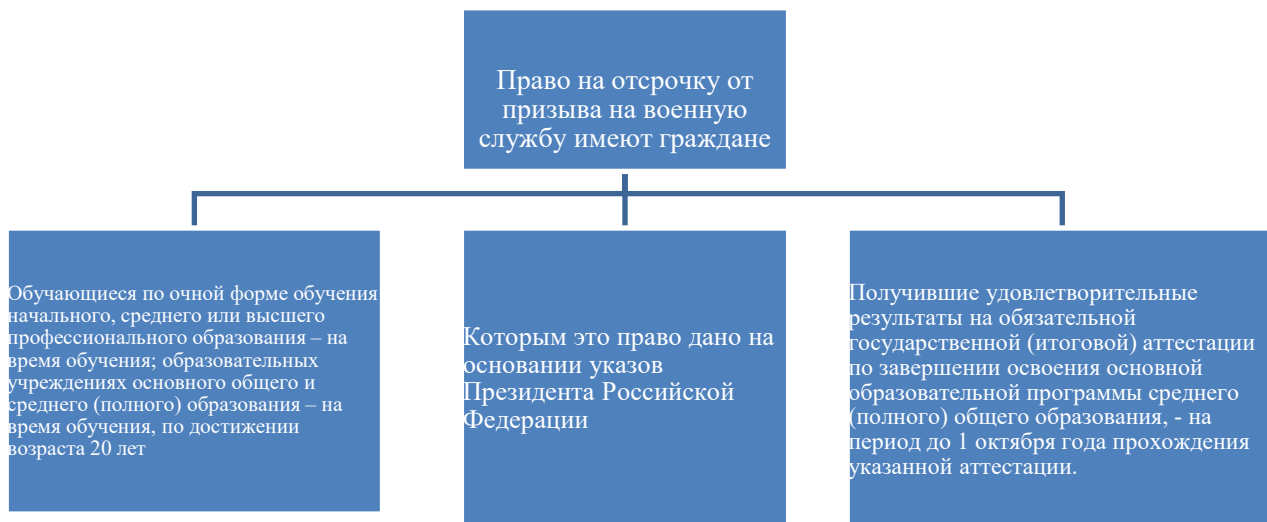


Призыв на военную службу граждан, не пребывающих в запасе, осуществляется два раза в год:

- с 1 апреля по 15 июля; - с 1 октября по 31 декабря



Согласно нормам, определенных в ч.2 ст.5.1 ФЗ №53, установлены категории годности к военной службе.



III. Заключительная часть.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

1.	Тема занятия	Тема 4.5 Строевая подготовка
2.	Содержание темы	Понятия об одиночной строевой подготовке и слаживания подразделений. Правила и алгоритмы предметных действий: Строевой стойки. Выполнение команд «Становись, Равняйся, Смирно, Вольно, Заправиться». Повороты на месте. Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй и обратно. Движение строевым шагом. Повороты в движении. Прохождение в составе подразделения торжественным маршем и в составе подразделения с песней. Приветствие в движении
3.	Вид занятия	Практическое занятие
4.	Формы организации учебной деятельности	групповое

Этапы занятия	Деятельность преподавателя	Деятельность студентов	Планируемые образовательные результаты	Типы оценочных мероприятий
1. Организационный этап занятия				
Создание рабочей обстановки, актуализация мотивов учебной деятельности. Проверка выполнения заданий ВСП / входной контроль	Приветствует обучающихся, отдает команду на построение, проверяет отсутствующих	Внимательной слушают, воспринимают, выполняют построение, приветствуют преподавателя		
Актуализация содержания, необходимого для выполнения лабораторных и практических работ	подводит обучающихся к постановке задач	воспринимают информацию		
2. Основной этап занятия				
Осмысление содержания заданий практических и лабораторных работ, последовательности выполнения действий при выполнении	Преподаватель показывает технику выполнения строевого приема (действия) в целом и по разделением	Наблюдают	ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	

заданий или воспроизведение формируемых знаний и их применение в стандартных условиях (по аналогии, действия в стандартных ситуациях, тренировочные упражнения)				
Перенос приобретенных знаний и их первичное применение в новых или измененных условиях с целью формирования умений (творческие, проблемные задачи, ситуации)	Отдает команды на выполнение, наблюдает за выполнением	по команде преподавателя показанный прием (действие) выполняют обучающиеся по разделением и в целом	ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	
Самостоятельное выполнение заданий практических или лабораторных работ в соответствии с инструкцией, методическими указаниями, технологическими картами	при необходимости корректирует, уточняет, помогает	затем выполняют все действия, обращая внимание на точность и качество выполняемого упражнения	ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	
Обобщение и систематизация результатов выполнения лабораторных работ, практических работ, упражнений, заданий	Краткий разбор строевой подготовки	Слушают, воспринимают	ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	
3. Заключительный этап занятия				
Подведение итогов работы; фиксация достижения целей (оценка деятельности обучающихся); определение перспективы дальнейшей работы	Сообщение оценок с аргументацией, благодарит участников учебного занятия, отмечает лучших в выполнении приемов	подводят итоги, при необходимости задают вопросы		
4. Задания для самостоятельного выполнения	Выдает задание выучить, что такое «Строевая стойка» отработать строевые приемы перед зеркалом	Записывают внеаудиторную сам. работу		

Тема 5.1 Помощь при состояниях, вызванных нарушением сознания (схема содержания лекции)



Тема 5.2 Первая помощь при неотложных состояниях: правило и порядок оказания

Планируемые результаты обучения: ПР2; ПР3; ПР4; ПР6

ОК 04

Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 07

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

Цель: овладение основными способами оказания первой доврачебной помощи при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.

О чем новом узнают? (знания)

- о признаках клинической смерти и реанимационных действиях.
- о способах реанимации человека и искусственной вентиляции легких пострадавшего
- о способах оказания первой доврачебной помощи с использованием «аптечки первой помощи» или используя подручные средства;
- Как это узнают?
- в ходе решения ситуаций возможных в жизни молодого человека;
- на основе изучения учебной литературы;
- на основе просмотре видео материала по теме.

1. Старт-задание:

Дано:

Проходя мимо территории завода КМЗ, вы заметили человека, лежащего на животе, на краю тротуарной линии. Человек не подает признаков жизни, но видимых повреждений на нем нет. Рядом с пострадавшим находится столб линии высоковольтных передач и проезжая часть. Часть тротуара с пострадавшим плохо освещена и довольно безлюдна. Накануне вечером был сильный дождь и штормовой ветер. Пострадавший лежит на влажном асфальте, задевая ладонью лужу.

Требуется:

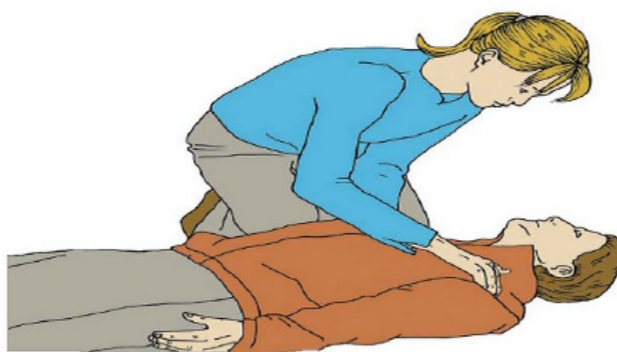
1. Определить источник травмирования.
2. Проанализировать причины поражения и возможные травмы.
3. Определить место и степень поражения пострадавшего
4. Подобрать возможные способы помощи человеку.
5. Определить риски при оказании первой помощи для себя и пострадавшего
6. Предложите алгоритм ваших действий:

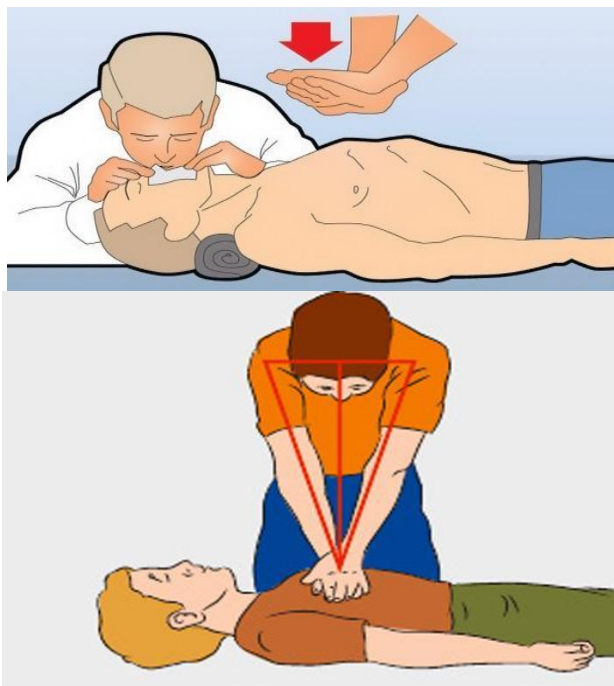
В скобках после каждого из выводов приведите аргументы, почему вы так решили.

2. Понятие о неотложных состояниях

Состояния, при которых оказывается первая помощь

Правило: Чтобы оказать первую помощь, необходимо убедиться, что это неотложное состояние, определить его вид и выбрать соответствующий алгоритм действий/мероприятий с учетом рисков для себя и пострадавшего





3. Задание-эксперимент:

Дано:

Манекен типа «Максим» или «Гоша». Работа в паре со своим однокурсником. Карточки с ситуациями (Определение наличия обструкции, Помощь при обструкции дыхательных путей инородным телом, пострадавший в сознании и без сознания, беременная, дети различного возраста, сердечно-лёгочная реанимация взрослого и ребенка одним или двумя спасателями)

Требуется:

1. Апробируйте способы оказания первой помощи в различных ситуациях “двумя спасателями”
2. Отрефлексируйте действия вашей пары в ходе применения способов оказания первой помощи: выявите правильные и ошибочные действия на основе чек-листа критериев правильности/эффективности, а также затруднения совместного осуществления действий
3. Отработайте и продемонстрируйте эффективный алгоритм действий
4. Сформулируйте с учетом вашего опыта, материала из учебника и законодательства эффективный алгоритм действий

4. Тест-задание:

Дано:

На рисунках представлены различные виды травм человека.



рис. 1



рис.2



рис. 3

Требуется:

1. Определить вид травмы
2. Определить возможные обстоятельства (где и как) получена травма.
3. Выбрать алгоритмы действий оказания первой помощи.
4. Обосновать решение в терминах, представленных в нормативных и учебных источниках информации

Задание	Оцениваемые действия обучающегося
Старт-задание:	1. Анализирует ситуацию кейса по алгоритмам идентификации опасности и оценки риска, выбирает и применяет способы оказания первой помощи для сохранения жизни и здоровья своего и пострадавших 2. Демонстрирует знания основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения, оперирует статьями и законодательными нормами
Задание-эксперимент	1. Распределяет работу в команде на основе действующих правил и алгоритмов оказания первой помощи в неотложных состояниях 2. Демонстрирует умение оказания первой помощи в неотложных состояниях на манекене 3. Анализирует ошибки при оказании первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях
Тест-задание:	Выбирает способ оказания первой доврачебной помощи при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания на основе освоенных ранее алгоритмов идентификации и оценки риска, нормативных правил

Критерии оценивания:

Освоенные умения и навыки	баллы
Студент самостоятельно анализирует ситуацию кейса, используя алгоритмы идентификации опасности и оценки риска	1
Выбирает адекватный ситуации кейса способ оказания первой помощи	1
Распределяет работу в команде на основе нормативных правил и	1

алгоритмов оказания первой помощи в неотложных состояниях	
Демонстрирует успешное применение алгоритмов оказания первой помощи в неотложных состояниях на манекене	1
Демонстрирует знания основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения при обосновании принятого решения о способе оказания первой помощи пострадавшему	1

Оценка 5 (отлично)- ставится студенту, если в ходе выполнения практической работы он овладел знаниями по теме и уверенно применил умения, в т.ч. действуя в команде, и набрал **5 баллов**;

Оценка 4 (хорошо)- ставится студенту, если в ходе выполнения практической работы он овладел знаниями по теме, продемонстрировал незначительные ошибки в ходе применения алгоритма оказания первой помощи, не снижающие эффективность действия команды, и набрал **4 балла**;

Оценка 3 (удовлетворительно)- ставится студенту, если в ходе выполнения практической работы он овладел знаниями, но допустил ошибки в применении алгоритма оказания первой помощи, снижающие эффективность действия в команде, затруднялся в анализе ситуации кейса и принятии решения и набрал **3 балла**;

Оценка 2 (неудовлетворительно)- ставится студенту, если в ходе выполнения практической работы он недостаточно овладел знаниями по теме, допустил ошибки в применении алгоритма оказания первой помощи, не участвовал в командных действиях, не смог проанализировать ситуацию кейса и принять решение по оказанию первой помощи и набрал **2 балла**;

Ответы

Старт-задание:

1. Определить источник травмирования. (Предположение 1. источником травмирования может выступить, линия электропередач, при обрыве проводов, человека могло ударить током, впоследствии произошла остановка сердца, внимательно осматриваем провода, чтоб не попасть под шаговое напряжение), (Предположение 2. Пострадавший лежит рядом с проезжей частью, его могла сбить машина), (Предположение 3. Переулок у завода плохо освещен, на пострадавшего могли напасть и оглушить), (Предположение 4. Пострадавшему могло стать плохо и он потерял сознание)

2. Проанализировать причины поражения и возможные травмы. (так как на пострадавшем нет видимых повреждений, и линия электропередач визуально не повреждена, то Предположение №1,2,3 не обоснованы)

3. Определить место и степень поражения пострадавшего (проводим визуальный осмотр пострадавшего, проверяем пульс, слушаем дыхание, слушаем

сердцебиение)

4. **Подобрать возможные способы помощи человеку** (вызываем скорую помощь, просим помощи у прохожих и проезжающих на транспортном средстве, проводим реанимацию своими силами)

5. **Определить риски при оказании первой помощи для себя и пострадавшего** (перед осмотром пострадавшего, визуально оцениваем опасность для себя: надеть перчатки (если есть), если нет, то использовать подручные средства для очистки полости рта (платок, салфетка, край футболки и т.д., одеть тканевую маску на себя, для защиты от ротавирусных инфекций, если на пострадавшем есть кровь в области лица или ссадина использовать целлофановый пакет, чтоб не было контакта с кровью)

6. **Предложите алгоритм ваших действий:** (если есть сомнения в правильности действий, вызвать скорую, до приезда реанимации попросить по телефону консультацию врача, он пошагово будет консультировать, что делать). проверить пульс на сонной артерии, послушать дыхание, проверить реакцию зрачка (10 секунд), если не подымается, уложить пострадавшего на спину на твердую ровную поверхность, очистить ротовую полость при необходимости, расстегнуть верхнюю одежду, приступить к ИВЛ и массажу сердца, 2 вдоха*15 нажатий на грудную клетку, после 2 повторов на 3 секунды замирать слушать дыхание, если появилось, меняется цвет лица, на грудную клетку воздействия прекращаются, пострадавшему придают устойчивое боковое положение.

Задание-эксперимент:

(Определение наличия обструкции, помощь при обструкции дыхательных путей инородным телом, пострадавший в сознании и без сознания, беременная, дети различного возраста, сердечно-лёгочная реанимация взрослого и ребенка одним или двумя спасателями)

1. **Апробируйте способы оказания первой помощи в различных ситуациях “двумя спасателями”** (Определить наличие обструкции, это попадание инородного тела в гортань человека (вода, косточка, бусинка, деталь от игрушки, жевательная резинка, кусочек пищи, обломок зуба и т.д.) если пострадавший ребенок, его необходимо перевернуть головой вниз и хлопковым движением ладони по направлению сверху вниз нанести удар по спине ребенка, умеренной силы, чтоб застрявший предмет вывалился изо рта, если пострадавший взрослый или крупнее вас, то возможны два варианта: 1. “объятия жизни” когда пострадавший находится в позе полусидя на вашем колене, вы его держите прижав к себе, как бы обнимая сзади под руки, ваши руки находятся на его животе, сомкнуты в замок. Резким нажатием снизу вверх на область живота вы провоцируете выход газов и кислорода из гортани, что должно способствовать выталкиванию застрявшего инородного тела. 2 вариант пострадавший лежит на спине на ровной твердой поверхности, вы наносите умеренной силы удары в

область грудной клетки. Реанимация детям проводится: младенцем (пальцами одной руки), от 1 года до 5-7 лет (одной ладонью), от 7-взрослого возраста (двумя ладонями)

2. Отрефлексируйте действия вашей пары в ходе применения способов оказания первой помощи: выявите правильные и ошибочные действия на основе чек-листа критериев правильности/эффективности, а также затруднения совместного осуществления действий (было комфортно или некомфортно работать с напарником, какие трудности во взаимопонимании были, как пришли к общему мнению, кто принимал решения, кто что выполнял)

3. Отработайте и продемонстрируйте эффективный алгоритм действий (на тренажере показывают алгоритм действий по своему заданию)

4. Сформулируйте с учетом вашего опыта, материала из учебника и законодательства эффективный алгоритм действий (Приказ МИНЗДРАВСОЦРАЗВИТИЯ России от 04.05.2012 №477). Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи. 1. отсутствие сознания, 2. остановка дыхания и кровообращения, 3. кровотечения, 4. инородные тела в верхних дыхательных путях, 5. травмы, 6. ожоги, 7. обморожения, 8. отравления)

Тест-задание:

1. Определить вид травмы (рис.1 ножевое ранение в грудную клетку, рис. 2 вывих ключицы при падении, рис. 3 открытый перелом голени)

2. Определить возможные обстоятельства (где и как) получена травма. (1. разбойное нападение, драка, 2. в учебном заведении или на предприятии при падении с лестницы, 3. При падении или при ДТП)

3. Выбрать алгоритмы действий оказания первой помощи. (1. вызвать скорую, наложить плотную повязку вокруг ножа, не вынимая его из раны, придать полусидячее положение. 2. Вызвать скорую или сопроводить пострадавшего в больницу, при этом поместить поврежденную конечность на повязку-косынку через шею или прибинтовать поврежденную конечность к грудной клетке. 3. Остановить кровотечение, наложив жгут или закрутку, указать время остановки крови, зафиксировать поврежденную конечность в том положении в каком она есть, не меняя ее форму, изготовив из подручных материалов шину, запрещено вправлять в рану выпавшие или отколовшиеся кусочки кости, рану не закрываем, прибывшие на помощь медики, должны сразу видеть поврежденное место)

4. Обосновать решение в терминах, представленных в нормативных и учебных источниках информации (источник пр. 15 учебник А.Т, Смирнова ОБЖ 11 класс)

Тема 5.4 Алгоритм помощи при кровотечениях и ранениях.

Предполагаемые образовательные результаты: ПР2; ПР3; ПР4; ПР6

ОК 04

Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 07

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

Цель: овладение основными способами оказания первой доврачебной помощи при кровотечениях и ранениях.

Практическая работа, 1 ч.

Раны – это нарушения целостности кожных покровов, слизистых оболочек,



тканей, вызванные механическими, термическими, химическими и другими воздействиями, приводящие к расстройствам функций органов или всего организма

Первая помощь при ранениях:

1. остановить кровотечение;
2. защитить рану от загрязнения и проникновения в

нее микробов;

3. ослабить болевые ощущения.
4. Иностранное тело в ране (осколок стекла, кусок металла, щепка), для остановки кровотечения осторожно надавите вокруг него.
5. Сделайте объемную повязку вокруг или с двух сторон от раны восьмеркой из бинта.

Просмотр видеоролика «остановка кровотечения»

Оказание первой помощи при кровотечениях

Виды кровотечений

1 Капиллярное

Помощь:

- 1 Промыть рану
- 2 Обработать
- 3 Наложить повязку

2 Венозное

Помощь:

- 1 Вытащить из воды
- 2 Придать области ранения возвышенное положение
- 3 Наложить давящую повязку немного ниже поврежденного места и на него
- 4 Проверить пульс на запястье (должен чувствоваться)
- 5 Приложить холод

3 Артериальное

Помощь:

- 1 Пережать сосуд выше места повреждения (пальцевое прижатие, жгут, закрутка, МАХ сгибание конечности)
- 2 Указать время наложения жгута МАХ t: летом – 1 час, зимой – 0,5 часа
- 3 Отправить пострадавшего в больницу

4 Внутреннее (паренхиматозное)

Помощь:

Придать пострадавшему полу сидячее положение. На живот положить холод. Ноги согнуть в коленях и притянуть к животу. Доставить в больницу

Задание. Вам предложены ситуации с повреждением кровеносных сосудов. Задача состоит в том, чтобы Вы оценили ситуацию, в которую попал пострадавший и попытались определить вид раны, кровотечения и предложить способы оказания первой помощи пострадавшему.

Ситуация 1. Упавшее стекло нанесло резаную рану на передней поверхности предплечья. Из раны струей вытекает венозная кровь. Специальных приспособлений для остановки кровотечения нет. Нет стерильного перевязочного материала. В распоряжении оказывающего помощь имеются носовой платок, раствор этикридина лактата (риванол), электрический утюг, кипящий чайник на плите. Какова последовательность действий при оказании первой помощи?

Ситуация 2. В результате удара тупым предметом возникло значительное носовое кровотечение. В распоряжении имеются вата и полоска ткани (ширина 5 см, длина 50 см). Какова последовательность оказания первой помощи?

Ситуация 3. В результате ножевого ранения возникло сильное кровотечение из грудной клетки. Нож остался в ране. Никаких инструментов и перевязочного материала нет, кроме собственной одежды. Какова последовательность оказания первой помощи?

Ситуация 4. Молодой человек получил ножевое ранение в грудь. Под ключицей справа резаная рана размером 3х1,5 см, из которой вытекает пенная кровь. В распоряжении оказывающего помощь имеются флакон со спиртовым

раствором йода, нестерильный целлофановый мешочек, нестерильный бинт. Какова первая помощь?

Ситуация 5. Вы увидели молодого человека, который работал ручной пилой. Пила сорвалась и поранила внутреннюю часть левой руки. Кровь густая, вытекает равномерной тонкой струей. Для оказания помощи специальных средств в вашем распоряжении нет. Какова будет последовательность оказания помощи? Какой вид кровотечений произошел?

2. Рекомендации по подготовке заданий для самостоятельного выполнения

Тема 1 Как выявить и описать опасности на рабочем месте

Планируемые результаты обучения:

ОК 07

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

ПК 3.4* (например, для специальности 08.02.01)

– эффективно действует в чрезвычайных ситуациях на основе освоенных правил и алгоритмов идентификации опасностей и оценки риска, выбора методов и средств предупреждения и защиты от вредных и опасных факторов среды при выполнении строительно-монтажных и ремонтных работ и работ по реконструкции строительных объектов.

Цель работы: овладение навыками выявления и описания опасностей на рабочем месте

О чем новом узнают?

- об основных опасностях на рабочем месте согласно получаемой профессии специальности

- о порядке идентификации опасностей

Как это узнают?

- в ходе исследования по **выявлению основных опасностях на рабочем месте**

Какой новый способ действия построят? (схему организации действия) –

Необходимо

1) выявить источники опасностей для объекта защиты и составить их перечень;

2) провести классификацию по природе действия (физические, химические, биологические, психофизиологические);

3) провести классификацию источников опасности по воздействию на организм работника (воздействие на дыхательную, сердечною систему и др.);

4) выявить пространственную локализацию каждого источника опасности, а также пути эвакуации;

5) выявить и классифицировать условия реализации опасного свойства источников опасностей (техногенные: скопление значительного количества горючих веществ и материалов, самовозгорание веществ и материалов, несоответствие вредных факторов нормативным значениям; антропогенные: неосторожное обращение с огнем, несоблюдение правил эксплуатации производственного оборудования и электрических устройств, нарушение трудового распорядка; природные: разряды статического электричества, грозовые разряды, самовозгорание веществ и материалов, поджоги);

6) определить воздействие на организм объекта защиты (ожог, травма, потеря сознания, удушье, летальное/смерть).

1. Старт-задание:

Дано:

Описание рабочего места, перечень имеющегося оборудования, план эвакуации.

Требуется:

1. Изучить виды возможных опасностей.
2. Допишите, какие опасности относятся к:
 - физическим –
 - химическим –
 - биологическим -
 - психофизиологическим -
3. Определить воздействие на организм каждой опасности.

2. Задание-эксперимент:

Дано:

Предприятие/учебный полигон/учебная мастерская, рабочее место, перечень оборудования, инструментов.

Требуется:

1. Понаблюдайте за рабочим местом и внесите данные в схему Приложения 1.
 - пути передвижения до рабочего места
 - применяемое оборудование
 - применяемый инструмент
 - пути эвакуации
2. Определить источники опасностей (инструмент, оборудование, здание, сооружения, территория) и нанести их на схему и в таблицу Приложения 1.
3. Классифицировать факторы риска по каждому источнику по происхождению, воздействию на организм и записать в таблицу
4. Начать строить карту оценки опасностей на рабочем месте

Наименование рабочего места	Источники опасности	Вид опасности по происхождению	Вид опасности по воздействию на организм	Тяжесть воздействия опасности*	Вероятность возникновения опасности*	Способы защиты*
			(приводит к заболеванию/профзаболеванию)	Вредный фактор Опасный фактор	Расчет	

			(к травме чего/смерти)			
--	--	--	---------------------------	--	--	--

* колонки заполняются в рамках выполнения практической работы в следующей теме «Оценка риска», «Выбор способов защиты»

5. Сделать вывод о наличии комплекса опасностей применительно к исследованному рабочему месту (к профессии в разделе 3).

3. Тест-задание:

Признаки опасности:

- а) Многопричинность*
- б) Возможность нанесения вреда здоровью;*
- в) Чувство страха*
- г) Защитный рефлекс*

Ответ: б

Состояние деятельности, при которой с определенной вероятностью исключено проявление опасностей или имеет место отсутствие чрезмерной опасности

- а) безопасность
- б) приемлемый риск
- в) работоспособность
- г) бездеятельность

Ответ: а

3. Что такое «антропогенные опасности»?

- а) негативные воздействия, внезапно возникающие, периодически или постоянно действующие в системе «человек-среда обитания»;
- б) опасности, обусловленные климатическими и природными явлениями;
- в) опасности, созданные элементами техносферы;
- г) опасности, возникающие в результате ошибочных действий людей;
- д) нет правильного ответа.

Ответ. г

5. Какой производственный фактор называют вредным?

- а) фактор, негативное воздействие которого на человека приводит к ухудшению самочувствия;
- б) фактор, негативное воздействие которого на человека приводит к травме;
- в) фактор, негативное воздействие которого на человека приводит к заболеванию;
- г) фактор, негативное воздействие которого на человека приводит к летальному исходу;

д) нет правильного ответа.

Ответ: в

6. Перечислите травмоопасные производственные факторы:

а) падающие предметы;

б) высота;

в) пониженная температура воздуха;

г) движущиеся машины и механизмы;

д) электрический ток.

Ответ: а, г, д

8. Что такое «потенциальная опасность»?

а) опасность, которая всегда связана с конкретной угрозой воздействия на объект защиты, с пространством и временем;

б) опасность, представляющая угрозу общего характера, не связанная с пространством и временем;

в) факт воздействия реальной опасности на человека и среду обитания;

г) опасность, созданная элементами техносферы;

д) нет правильного ответа.

Ответ: б

Чек-лист

осмотра рабочего места (зоны) нахождения работников
при выполнении работ

Рабочее место: _____

Источники опасности и факторы риска:

Здания и сооружения (цех, вышки, трубы, трубопроводы)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Оборудование (электрическое, подъемное, краны, стационарное, станки,
переносное, конвейеры, баллоны)

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

Территория (проходы, проезды, рельсы, покрытие)

11. _____

12. _____

13. _____

14. _____

15. _____

Коммуникации (трубы с паром, жидкостью, газом, электропровода, сырьепроводы)

16. _____

17. _____

18. _____

19. _____

20. _____

Нанесите на схему:



Тема 2 Оценка рисков на рабочем месте

Планируемые результаты обучения:

ОК 01

Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 07

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

Цель: организовать работу обучающихся по овладению определению вероятности возникновения опасностей на рабочем месте. (по формуле)

О чем новом узнают?

- о понятии риск, приемлемый риск
- о понятии тяжести опасностей
- о порядке оценки опасностей
- об основных опасностях на рабочем месте согласно специальности

Как это узнают?

- в ходе **оценки основных опасностей на рабочем месте**

Какой новый способ действия построят? (схему организации действия –

Необходимо:

1. определить частоту негативного воздействия в мире, России, регионе, отрасли

2. определить возможные последствия по степени тяжести/ущерб негативного воздействия опасности
3. определить частоту наступления разных видов последствий
4. сравнить показатели с нормами приемлемости риска
5. предположить причины различий показателей

Старт-задание:

Дано:

Описание рабочего места, перечень имеющегося оборудования, план эвакуации.

Требуется:

1. Указать статистические данные по травматизму и профессиональным заболеваниям в различных отраслях, в России, в других странах.
2. Определить величину приемлемого риска

2. Задание-эксперимент:

Дано:

Предприятие, рабочее место, перечень оборудования, инструментов.

Требуется:

1. Определить возможные последствия идентифицированных опасностей по степени тяжести
 - гибель
 - травма
 - профессиональное заболевание
2. Определить масштабы последствия идентифицированных опасностей:
 - человек
 - подразделение
 - предприятие
 - район, город
 - область
3. Определить частоту наступления разных видов последствий
4. Сравнить показатели с нормами приемлемости риска
5. Предположить Причины различий показателей вероятности по регионам, отраслям.
6. Построить карту оценки опасностей на рабочем месте

Наименование рабочего места	Источники опасности	Вид опасности по происхождению	Вид опасности по воздействию на организм	Тяжесть воздействия опасности	Вероятность возникновения опасности	Способы защиты *
			(приводит к заболеванию/профзаболеванию) (к травме чего/смерти)	Вредный фактор Опасный фактор	Расчет	

* колонка заполняется в рамках выполнения практической работы в следующем разделе «Выбор способов защиты»

7. Сделать вывод о величине риска в отрасли, на рабочем месте.

3. Тест-задание

Как называется состояние человека, к которому приводит однообразие выполняемых операций?

- а) гипокинезия;*
- б) стресс;*
- в) монотомия;*
- г) функциональное напряжение организма;*
- д) нет правильного ответа.*

От каких факторов зависит исход поражения человека электрическим током?

- а) пути тока в теле человека;
- б) вида тока;
- в) силы тока;
- г) условий окружающей среды;
- д) физического состояния человека

Тема 3 Определение методов защиты от опасностей на рабочем месте

Планируемые результаты обучения:

ОК 01

Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 07

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

Цель работы: организация работы обучающихся по овладению навыков выбор мер (средств индивидуальной защиты, правил, моделей поведения) для защиты жизни и здоровья на рабочем месте.

О чем новом узнают?

- о причинах, приводящих к травматизму, профессиональным заболеваниям

- о средствах индивидуальной защиты.

Как это узнают?

- в ходе определения способов снижения основных опасностей на рабочем месте.

Какой новый способ действия построят? (схему организации действия)

Необходимо:

1. определить объект защиты
2. определить комплекс факторов риска и причины реализации опасностей на рабочем месте
3. выявить степень последствий реализации риска
4. определить виды средств защиты от максимально опасных факторов
5. подобрать нормативные документы/акты, регламентирующие использование применение выбранных средств защиты
6. Выявить оптимальные варианты доступных средств по сочетанию цена-качество

1. Старт-задание

Дано:

Описание рабочего места, перечень имеющегося оборудования, план эвакуации.

Требуется:

Рассмотреть основные причины травматизма и профессиональных заболеваний

- организационные
- технические
- психофизиологические
- санитарно-гигиенические

2. Задание-эксперимент

Дано:

Предприятие, рабочее место, перечень оборудования, инструментов.

Требуется:

1. Предположить причины возникновения идентифицированных опасностей
2. Указать воздействие на объект защиты
3. Определить способы снижения вероятности возникновения и тяжести идентифицированных опасностей.
4. Определить возможность и пути снижения последствий идентифицированных опасностей.
5. Построить карту оценки опасностей на рабочем месте

Наименование рабочего места	Источник опасности	Вид опасности по происхождению	Вид опасности по воздействию на организм	Тяжесть воздействия опасности	Вероятность возникновения опасности	Способы защиты
			(приводит к заболеванию/профзаболеванию) (к травме чего/смерти)	Вредный фактор Опасный фактор	Расчет	

3. Тест-задание

Для чего используют рукавицы из упругодемпфирующих материалов?

- а) защиты рук от теплового излучения;
- б) защиты рук от воздействия химических веществ;
- в) защиты рук от вибраций;
- г) защиты рук от механических повреждений;
- д) нет правильного ответа.

Ответ: в

Тема 4 Знакомство с повседневным бытом военнослужащих

Планируемые результаты освоения:

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 грамотности в различных жизненных ситуациях

Цель: овладение основами прохождения военной службы, исходя из вклада в подготовку к военным сборам (БЖД) и профессии

Содержание

1. Тематическая экскурсия с показом учебных классов, казармы, специальной военной техники, посещение музея части.
2. Примерные темы проектов/исследований:
 - Составление статьи-отчета об экскурсии в ВЧ (по плану);
 - Статья-отчёт об экскурсии в музей воинской славы (по плану);
 - «Разработка моего распорядка дня на военных сборах в ВЧ»;
 - «Сравнительный анализ должностных инструкций/компетенций для специалиста гражданского-строительства и военного строительства»*.

План отчет по экскурсии в воинскую часть (карточка-задание)

№ п/п	Вопрос	Ответ студента	Примечания
1	Наименование мероприятия		
2	Дата мероприятия		
3	Какую цель ставили при посещении мероприятия?		
4	Помогло ли посещение данного мероприятия ответить на интересующие вас вопросы?		
5	Из чего складывается быт и как отдыхают военнослужащие?		
6	С какими видами вооружения и военной техники познакомились в ходе экскурсии		
7	Могут ли подобные мероприятия стать определяющим фактором при выборе профессии? (указать несколько причин)		
8	О каких особенностях службы вы узнали при посещении воинской части?		
9	Какие отличия вы можете назвать при проведении занятий по строевой подготовке на плацу воинской части и в вашем образовательном учреждении?		
10	Что вызвало наибольший интерес при посещении воинской части?		
11	Кратко расскажите, как складывался боевой путь воинской части?		
12	Возникли ли затруднения при выполнении неполной разборки си сборки боевого оружия? (перечислить)		
13	Рассматриваете ли возможность прохождения службы в данной воинской части?		
14	Опишите в нескольких предложениях свои впечатления от посещения воинской части		
15	На ваш взгляд, какие знания, полученные в ходе экскурсии, будут для вас наиболее полезными?		

Ф.И.О., группа _____

Тема 5 Методы оказания первой помощи гражданам при ЧС и автомобильных катастрофах для специальности 43.02.06 Сервис на транспорте

Планируемые результаты освоения

ОК 07

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

ПК 3.1. Оказывать первую помощь пострадавшим и принимать необходимые меры при несчастных случаях.

- с помощью системы средств: понятия неотложное состояние; правил оказания первой помощи выбирает и эффективно применяет способы оказания первой помощи пострадавшим в ДТП и несчастных случаях на транспорте

ПК 3.2. Выполнять мероприятия по обеспечению безопасности на транспорте.

- результативно выполняет разработку мер по предупреждению и защите от вредных и опасных факторов среды, в том числе в чрезвычайных ситуациях, избранным способом, демонстрирует умения, приводящие к минимизации рисков травмирования и гибели людей на транспорте

Цель: овладение средствами (понятие, правило и алгоритмы) принятия решений при ДТП и несчастных случаях на транспорте

Алгоритм оценки ситуации транспортной аварии

Участник аварии:

1. Оценить свое состояние здоровья, произвести само осмотр
2. При наличии кровотечения и травм, оказать помощь себе
3. Сообщить о ДТП (место аварии, количество пострадавших, степень травм)
4. Если есть пострадавшие оказать им помощь

Водитель:

1. Остановиться/не передвигать ТС
2. Осмотреть себя, участников аварии, транспортное средство
3. Выставить знак «аварийной остановки», сообщить в скорую и ГАИ
4. Если есть пострадавшие оказать им помощь

Последовательность оказания помощи определяем сами (В первую очередь оказывают помощь беременным и детям):
 Артериальное кровотечение (кровь фонтанирует из раны, время помощи 3-5 минут)
 Открытый перелом с повреждением вен, артерий и сухожилий (кость видна на поверхности кожного покрова, кровь обильно вытекает)
 Клиническая смерть, отсутствие рефлексов организма (при сером глазном яблоке, реанимация не проводится, это свидетельствует о смерти мозга)
 Переломы, вывихи, ушибы, ссадины
 Шок, паническая атака, психологическая помощь



Статья 124 УК РФ. Неоказание помощи больному. наказывается штрафом в размере до 40 тыс. руб., либо арестом на срок до четырех месяцев, либо лишением права заниматься деятельностью до 3х лет или лишения свободы на тот же срок.
Статья 125 УК РФ. Оставление в опасности. Лица находящегося в опасном для жизни или здоровья состоянии без помощи наказываются: штрафом до 80 тыс. руб. либо обязательными работами на 360 часов, либо арест на 3 месяца, либо лишение свободы до 1 года

3. Печатные издания по реализации общеобразовательной дисциплины

3.1. Основные печатные издания

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2021. – 368 с.
2. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник 10-11 класс. – М.: Издательство «Просвещение», 2021. – 253 с.

3.2. Электронные издания

1. <http://www.mvd.ru> сайт МВД РФ
2. <http://www.mil.ru> сайт Министерство обороны Российской Федерации
3. <http://www.fsb.ru> сайт ФСБ РФ
4. <http://www.mchs.gov.ru> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)
5. <http://www.minzdrav.gov.ru> Министерство здравоохранения Российской Федерации
6. <http://www.rostrud.gov.ru> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)
7. <http://www.rospotrebnadzor.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)
8. <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
9. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
10. <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
11. <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
12. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
13. <http://www.school-obz.org/> Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности
14. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях
15. <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям
16. <http://www.consultant.ru> Справочная правовая система «Консультант Плюс»
17. <http://www.garant.ru> Справочная правовая система «Гарант»
18. <http://www.safety.ru> ОАО НТЦ «Промышленная безопасность».
19. <http://www.mspbsng.org> Межгосударственный совет по промышленной безопасности
20. <http://www.ilo.org> Международная организация труда (МОТ)

21. <http://www.edu.ru> Федеральный портал «Российское образование»
22. <http://ru.wikipedia.org> Энциклопедия Википедия

3.3. Дополнительные источники

1. Алексеев С.В., Данченко С.П., Костецкая Г.А., Ладнов С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: базовый уровень. – М.: Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ, 2021. – 414 с.
2. Ким С.В., Горский В. А. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: базовый уровень. – М.: Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ, 2022. – 400 с.
3. Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Базовый уровень. – М.: ДРОФА, 2020. – 256 с.
4. Фролов М.П., Шолох В.П., Юрьева М.В., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень). 10 класс / Под ред. Воробьёва Ю.Л. – М.: АСТ. 2019. – 268 с.
5. Алексеев С.В., Данченко С.П., Костецкая Г.А., Ладнов С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: базовый уровень. – М.: Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ, 2021. – 416 с.
6. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (базовый уровень). 10-11 классы. / Под ред. Смирнова А.Т. – М.: Издательство «Просвещение», 2019 – 272 с.
7. Безопасность жизнедеятельности. Практикум [Электронный ресурс]: учебное пособие / [В. А. Бондаренко [и др.]. – Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2019. – 150 с. <https://new.znanium.com/catalog/product/995045>
8. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях [Электронный ресурс]: учебник для использования в учебном процессе образовательных учреждений, реализующих программы СПО / [В. А. Бондаренко [и др.]. – 2-е изд. – Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2019. – 224 с. <https://new.znanium.com/catalog/product/972438>
9. Мурашова К., Кривец Н. Игра-тренажер «Экзамен для подростков». – М.: Дискурс, 2020. – 160 с.
10. Кагермазова Л.Ц. Возрастная психология [Электронный ресурс]: учебное пособие
11. Барышков В.П., Гунибский М.Ш., Рыбаков О.Ю. Конфликтология: учебное пособие для специалистов. – М.: Проспект, 2021. – 336 с.
12. Бочарова, Н. И. Педагогика дополнительного образования. Обучение выживанию: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 174 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-08521-1. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454510>
13. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / В. С. Долгов. – Санкт-Петербург: Лань, 2020. – 188 с. – ISBN 978-5-8114-3928-7. –

Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/133903>

14. Охрана труда: учебно-методическое пособие / Т. С. Иванова, Е. Ю. Гузенко, Ю. Л. Курганский [и др.]. - Волгоград: ФГБОУ ВО Волгоградский ГАУ, 2019. - 88 с. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1087921> (дата обращения: 11.07.2021). – Режим доступа: по подписке.

15. Экстренная допсихологическая помощь: практическое пособие
Оказание первой помощи пострадавшим: памятка ГУМЧС России

3.4. Программное обеспечение

1. Операционная система Microsoft Windows 10
2. Пакет программ Microsoft Office Professional Plus
3. 7-zip GNU Lesser General Public License (свободное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
4. Интернет браузер Google Chrome (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
5. K-Lite Codec Pack – универсальный набор кодеков (кодировщиков-декодировщиков) и утилит для просмотра и обработки аудио- и видеофайлов (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
6. WinDjView – программа для просмотра файлов в формате DJV и DjVu (свободное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно);
Foxit Reader – прикладное программное обеспечение для просмотра электронных документов в стандарте PDF (бесплатное программное обеспечение, не ограничено, бессрочно).