

**ГАОУ ВО «Дагестанский государственный университет
народного хозяйства»**

Профессиональный колледж

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И
ПРОВЕДЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**Профессии 29.01.33 Мастер по изготовлению швейных
изделий**

**Квалификация – мастер по изготовлению швейных
изделий**

Махачкала – 2024

Составитель – Абдулсаламов Шамиль Асхабалиевич, старший преподаватель профессионального колледжа ДГУНХ.

Внутренний рецензент – Омаров Руслан Алиевич, директора по Профессионального колледжа ДГУНХ.

Внешний рецензент – Халимбекова Аида Муртазалиевна, кандидат биологических наук, доцент кафедры естественнонаучных дисциплин ДГУНХ.

Методические указания по организации и выполнению практических работ по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» разработаны в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 29.01.33 Мастер по изготовлению швейных изделий, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 26 сентября 2023 г., № 720, в соответствии с приказом Минпросвещения России 24.08.2022 г., № 762 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования» и, в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».

Методические указания по организации и выполнению практических работ по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» размещены на официальном сайте www.dgunh.ru.

Абдулсаламов Ш.А. Методические указания по выполнению по выполнению заданий на практических занятиях по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессии СПО 29.01.33 Мастер по изготовлению швейных изделий. Махачкала: ДГУНХ, 2024. – 50 с.

Рекомендованы к утверждению Учебно-методическим советом ДГУНХ 15 января 2024 г.

Рекомендованы к утверждению руководителем образовательной программы СПО – программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих по профессии 29.01.33 Мастер по изготовлению швейных изделий, Салаховой И.Н.

Одобрены на заседании Педагогического совета Профессионального колледжа ДГУНХ, 10 января 2024 г. протокол № 4

ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации являются частью учебно-методического комплекта дисциплины.

К основным видам занятий наряду с другими отнесены практические занятия, направленные на экспериментальное подтверждение теоретических положений и формирование учебных и профессиональных практических умений. Они составляют важную часть теоретической и профессиональной практической подготовки.

Методические указания содержат задания, тему, цели, теоретический обзор, указания по выполнению работы, что позволяет повторить тему, по которой выполняется работа, эффективно организовать работу обучающихся. В разработке имеются необходимые схемы, рисунки, справочные сведения. В конце приведены контрольные вопросы, позволяющие обучающимся провести самоконтроль и сделать выводы.

ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Для более эффективного выполнения практических заданий обучающиеся должны изучить теоретический материал по теме, выполнить домашние задания.

Перед выполнением практической работы обучающийся обязан ответить на вопросы преподавателя по теме, тем самым показать свою готовность к выполнению работ.

Перед выполнением практической работы обучающийся обязан изучить методические рекомендации по выполнению практической работы.

В конце занятия преподаватель ставит оценку, которая складывается из результатов наблюдения за выполнением практической части работы, проверки отчета, беседы в ходе работы или после нее.

По окончании работы оформляется отчет, в котором указывается: название и цель работы, применяемое оборудование, материалы и образцы, оформляются полученные измерения и результаты испытаний, в конце делаются выводы.

Оценки за выполнение практических занятий могут выставляться по пятибалльной системе или в форме зачета и учитываться как показатели текущей успеваемости обучающихся.

Критерии оценки:

-оценка «отлично» выставляется, усвоил материал, выполнил практически и может объяснить материал

- оценка «хорошо» Оценка «5» ставится тогда, когда:

- Обучающийся свободно применяет знания на практике;
- Не допускает ошибок в воспроизведении изученного материала;

- Обучающийся выделяет главные положения в изученном материале и не затрудняется в ответах на видоизмененные вопросы;

- Обучающийся усваивает весь объем программного материала;
- Материал оформлен аккуратно в соответствии с требованиями.

Оценка «4» ставится тогда когда:

- Обучающийся знает весь изученный материал;
- Отвечает без особых затруднений на вопросы преподавателя;
- Обучающийся умеет применять полученные знания на практике;
- В условных ответах не допускает серьезных ошибок, легко устраняет определенные неточности с помощью дополнительных вопросов преподавателя;

- Материал оформлен недостаточно аккуратно и в соответствии с требованиями.

Оценка «3» ставится тогда когда:

- Обучающийся обнаруживает освоение основного материала, но испытывает затруднения при его самостоятельном воспроизведении и требует дополнительных дополняющих вопросов преподавателя;

- Предпочитает отвечать на вопросы воспроизводящего характера и испытывает затруднения при ответах на воспроизводящие вопросы;

- Материал оформлен не аккуратно или не в соответствии с требованиями.

Оценка «2» ставится тогда когда:

- У обучающийся имеются отдельные представления об изучаемом материале, но все, же большая часть не усвоена;

- Материал оформлен не в соответствии с требованиями.

Практическая работа № 1 Размещение и быт военнослужащих.

Суточный наряд

Цель: Ознакомить обучающихся с жизнью и бытом воинской части, размещением военнослужащих, мерами безопасности во время проведения учебных сборов, назначением и составом суточного наряда

Оборудование: карты, плакаты, Устав внутренней службы, помещение и оборудование воинской части

Теоретический обзор.

Основы подготовки гражданина к военной службе. Начальная военная подготовка в войсках

Вводное занятие, проводимое перед началом учебных сборов на базе воинской части. Ознакомление с историей части, ее боевым путем, подвигами воинов части, задачами части, решаемыми в мирное время по подготовке к защите Отечества. Ознакомление обучающихся с расписанием занятий и распорядком дня на время учебных сборов, с требованиями правил безопасности во время занятий с оружием и на военной технике.

2. Размещение и быт военнослужащих

1. Правила размещения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.

2. Основные элементы распорядка дня.

Военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, кроме матросов и старшин, находящихся на кораблях, размещаются в казармах.

Для размещения каждой роты в казарме должны быть предусмотрены следующие помещения:

- спальное помещение;
- комната досуга;
- канцелярия роты;
- комната для хранения оружия;
- комната (место) для чистки оружия;
- комната (место) для спортивных занятий;
- комната бытового обслуживания;
- кладовая для хранения имущества роты и личных вещей военнослужащих;
- место для курения и чистки обуви;
- комната для умывания;
- душевая;
- туалет.

Для проведения занятий в полку оборудуются необходимые классы. В каждой части оборудуется *комната боевой славы* (истории) части и ведется *Книга почета* воинской части.

Комната (место) *для спортивных занятий* оборудуется спортивными тренажерами, гимнастическими снарядами, гирями, гантелями и другим спортивным инвентарем.

Комната бытового обслуживания оборудуется столами для утюжки обмундирования, плакатами с правилами ношения военной формы – одежды военнослужащих, необходимым количеством утюгов, а также инвентарем для стрижки волос и необходимым инструментом для ремонта обмундирования и обуви.

Ежедневная уборка помещений производится очередными уборщиками под руководством дежурного по роте. Кроме ежедневной уборки, один раз в неделю производится *общая уборка* всех помещений под руководством старшины роты.

Проветривание помещений в казармах производится дневальными: в спальнях – перед сном и после сна, в классах – перед занятиями и в перерывах между ними.

Для обеспечения пожарной безопасности все военнослужащие обязаны знать и выполнять требования пожарной безопасности и уметь обращаться со средствами пожаротушения

Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда

Учебные вопросы:

1. Суточный наряд роты
2. Обязанности дневального по роте
3. Оборудование поста

Суточный наряд назначается для поддержания внутреннего порядка, охраны личного состава, вооружения, военной техники и боеприпасов, помещений и другого военного имущества воинской части (подразделения), контроля за состоянием дел в подразделениях и своевременного принятия мер по предупреждению правонарушений.

Предусматривается следующий состав суточного полкового наряда:

- дежурный по полку;
- помощник дежурного по полку;
- дежурное подразделение;
- караул;
- дежурный и дневальные по парку, а также механики-водители (водители) дежурных тягачей;
- дежурный фельдшер или санитарный инструктор и дневальные по медицинскому пункту;
- дежурный и помощники дежурного по контрольно-пропускному пункту;
- дежурный по столовой и рабочие в столовую;
- дежурный по штабу полка;
- дежурный сигналист-барабанщик;
- посыльные;
- пожарный наряд.

В суточный наряд роты назначаются: дежурный по роте; дневальные по роте. Количество смен дневальных в ротах определяется командиром полка.

Все лица суточного наряда должны знать, точно и добросовестно исполнять свои обязанности, настойчиво добиваясь соблюдения распорядка дня и других правил внутреннего порядка.

Без разрешения дежурного по полку лица суточного наряда не имеют права прекращать или передавать кому-либо исполнение своих обязанностей.

Все дежурные и их помощники должны иметь на левой стороне груди (левом рукаве) нагрудный знак (нарукавную повязку из красной ткани) с соответствующей надписью. Нагрудный знак (нарукавную повязку) сменяемый дежурный передает заступающему дежурному после доклада дежурных о сдаче и приеме дежурства.

Дежурные и дневальные по подразделениям вооружаются штыками-ножами в ножнах. Штык-нож должен находиться на поясном ремне с левой стороны на ширину ладони от пряжки.

Дневальный по роте назначается из солдат. Разрешается назначать дневальным по роте сержантов и старшин, проходящих военную службу на воинских должностях солдат. Дневальный по роте **отвечает** за сохранность

находящихся под его охраной оружия, шкафов (ящиков) с пистолетами, ящиков с боеприпасами, имущества роты и личных вещей солдат и сержантов. Дневальный по роте подчиняется дежурному по роте.

Очередной дневальный по роте несет службу внутри казарменного помещения у входной двери, вблизи комнаты для хранения оружия. Он **обязан:**

1. никуда не отлучаться из помещения роты без разрешения дежурного по роте; постоянно наблюдать за комнатой для хранения оружия;

2. не пропускать в помещение посторонних лиц, а также не допускать выноса из казармы оружия, боеприпасов, имущества и вещей без разрешения дежурного по роте;

3. немедленно докладывать дежурному по роте обо всех происшествиях в роте, о нарушении уставных правил взаимоотношений между военнослужащими роты, замеченных неисправностях и нарушениях требований пожарной безопасности, принимать меры к их устранению;

4. будить личный состав при общем подъеме, а также ночью в случае тревоги или пожара; своевременно подавать команды согласно распорядку дня;

5. следить за чистотой и порядком в помещениях и требовать их соблюдения от военнослужащих;

6. не позволять военнослужащим в холодное время, особенно ночью, выходить из помещения не одетыми;

7. следить за тем, чтобы военнослужащие курили, чистили обувь и одежду только в отведенных для этого помещениях или местах;

8. по прибытии в роту прямых начальников от командира роты и выше и дежурного по полку подавать команду «**Смирно**»; по прибытии в роту других офицеров роты, а также старшины роты и военнослужащих не своей роты вызывать дежурного.

Например: «**Дежурный по роте, на выход**».

Очередному дневальному запрещается садиться, снимать снаряжение и расстегивать одежду.

Все лица суточного наряда должны твердо знать, точно и добросовестно исполнять свои обязанности, настойчиво добиваясь выполнения распорядка дня и соблюдения других правил внутреннего порядка.

Дежурный по роте назначается из сержантов и, как исключение, из числа наиболее подготовленных солдат. Он отвечает за точное выполнение распорядка дня и соблюдение других правил по поддержанию внутреннего порядка в роте, за сохранность оружия, ящиков с боеприпасами, имущества, личных вещей солдат и сержантов и за правильное несение службы дневальными. Дежурный по роте подчиняется дежурному по полку и его помощнику, а в порядке внутренней службы в роте – командиру и старшине роты.

Дневальный по роте назначается из солдат. Он отвечает за сохранность находящихся под его охраной оружия, шкафов (ящиков) с

пистолетами, ящиков с боеприпасами, имущества роты и личных вещей солдат и сержантов. Дневальный по роте подчиняется дежурному по роте. Очередной дневальный по роте несет службу внутри казарменного помещения у входной двери, вблизи комнаты для хранения оружия.

В полном объеме обязанности дежурного и дневального по роте изложены в Уставе внутренней службы Вооруженных Сил РФ.

Задание.

1. Изучить меры безопасности при прохождении учебных сборов
2. Изучить обязанности дежурного по роте.
3. Изучить обязанности дневального по роте.
4. Выполните действия дневального по роте при прибытии в роту командира (в случае пожара, при прибытии в роту военнослужащего не своей роты)

Порядок выполнения работы:

1. Вводное занятие проводит командир воинской части 20925 со всеми участниками военным сборов, знакомятся с размещением и бытом военнослужащих и распорядком дня мерами безопасности при прохождении учебных сборов.

2. Написать краткое сообщение:

1. Основные элементы распорядка дня.
2. Досуг военнослужащих

Контрольные вопросы:

1. Кто из числа военнослужащих назначается дневальным по роте?
2. Кто из числа военнослужащих назначается дежурным по роте?

Практическая работа № 2

Организация караульной службы

ЦЕЛЬ: закрепить знания по несению службы в качестве дневального по роте, изучить обязанности часового.

Оборудование: Устав гарнизонной, комендантской и караульной служб, наставление по стрелковому делу, автомат Калашникова

Учебные вопросы:

1. Организация караульной службы.
2. Неприкосновенность часового.
3. Обязанности часового.

Теоретический обзор

Несение караульной службы является выполнением боевой задачи и требует от личного состава точного соблюдения всех положений Устава гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил, РФ, высокой бдительности.

Виновные в нарушении требований караульной службы несут дисциплинарную или уголовную ответственность.

Для несения караульной службы назначаются караулы.

Караулом называется вооруженное подразделение, назначенное для выполнения боевой задачи по охране и обороне боевых знамен, военных и государственных объектов, а также для охраны лиц, содержащихся на гауптвахте и в дисциплинарном батальоне.

Караулы бывают гарнизонные и внутренние (корабельные), они могут быть постоянными или временными.

Гарнизонный караул назначается для охраны и обороны объектов армейского, окружного или центрального подчинения, не имеющих своих подразделений охраны, объектов общегарнизонного значения, объектов соединений или нескольких воинских частей, расположенных в непосредственной близости один от другого, а также для охраны лиц, содержащихся на гарнизонной гауптвахте.

Внутренний (корабельный) караул назначается для охраны и обороны объектов одной воинской части (корабля). Самолеты (вертолеты) и другие объекты авиационной части на аэродроме охраняются и обороняются внутренним караулом, назначаемым от авиационно-технической части.

В состав караула назначаются: начальник караула, караульные по числу постов и смен, разводящие, а при необходимости помощник начальника караула, помощник начальника караула (оператор) по техническим средствам охраны или смена операторов (два-три человека, один из которых может быть назначен помощником начальника караула по техническим средствам охраны), помощник начальника караула по службе караульных собак и водители транспортных средств.

Для непосредственной охраны и обороны объектов из состава караула выставляются часовые.

Часовым называется вооруженный караульный, выполняющий боевую задачу по охране и обороне порученного ему поста.

Постом называется все порученное для охраны и обороны часовому, а также место или участок местности, на котором он выполняет свои обязанности.

Охрану постов часовые осуществляют способом патрулирования между внешним и внутренним ограждениями вокруг объекта или вдоль ограждения с внутренней стороны, если объект имеет одно ограждение, а также наблюдением с вышек. Отдельные объекты могут охраняться неподвижными часовыми. Часовой есть лицо неприкосновенное.

Неприкосновенность часового заключается:

- в особой охране законом его прав и личного достоинства;
- в подчинении его строго определенным лицам – начальнику караула, помощнику начальника караула и своему разводящему;
- в обязанности всех лиц беспрекословно выполнять требования часового, определяемые его службой;
- в предоставлении ему права применять оружие в случаях, указанных в Уставе гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил РФ.

Часового имеют право сменить или снять с поста только начальник караула, помощник начальника караула и разводящий, которому подчинен часовой.

В условиях плохой видимости, когда с расстояния, указанного в таблице постам, нельзя рассмотреть приближающихся к посту или к запретной границе, часовой останавливает их окриком: «Стой, кто идет?» Если ответа не последовало, часовой предупреждает: «Стой, стрелять буду» – и задерживает нарушителя. О задержанном нарушителе часовой сообщает в караульное помещение, следит за его поведением и, не ослабляя внимания, продолжает охранять порученный ему пост.

Часовой *на посту у Боевого Знамени* выполняет свои обязанности, находясь в положении «вольно». При приветствии военнослужащими Боевого Знамени часовой принимает строевую стойку.

Во время приема Боевого Знамени под охрану караульный обязан проверить исправность чехла (шкафа) и печати на нем. Выдачу Боевого Знамени часовой производит только по личному приказу начальника караула и в его присутствии.

Если посту у Боевого Знамени угрожает опасность (пожар или стихийное бедствие), часовой выносит Боевое Знамя в безопасное место и вызывает начальника караула.

Задание.

1. Изучить обязанности часового.
2. Отработать следующие действия часового:
 - положение оружия у часового на посту;
 - порядок заряжания автомата перед выходом на пост и разряжения при сдаче поста;
 - действия часового на посту

Оформление результатов работы:

Написать краткое сообщение:

1. Обязанности часового.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 3

Строевая подготовка

ЦЕЛЬ: ОЗНАКОМИТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ СТРОЯ. РАЗВИВАТЬ НАВЫКИ В ВЫПОЛНЕНИИ СТРОЕВЫХ ПРИЕМОМ НА МЕСТЕ.

ЛИТЕРАТУРА: СТРОЕВОЙ УСТАВ ВС РФ

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР

1. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ:

Строй - установленное Строевым уставом размещение военнослужащих и подразделений для их совместных действий в пешем порядке и на машинах

Элементы строя:

Дистанция-расстояние в глубину между военнослужащими (машинами) и подразделениями;

Глубина строя-расстояние от первой шеренги (впереди стоящего военнослужащего) до последней шеренги (позади стоящего военнослужащего).

Развёрнутый и походный строй. В зависимости от назначения строи бывают развёрнутые и походные.

Развёрнутый строй - это такой строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю (в линию машин) на интервалах, установленных уставом или командиром

Шеренга (или одношереножный развёрнутый строй)-это строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии

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 первой и второй

Походный строй - строй, в котором подразделение построено в колонну на дистанциях, установленных уставом или командиром. Он применяется для движения подразделений.

Колонна-строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу на дистанциях, установленных уставом или командиром. Колонны могут быть по одному, по два, по три, по четыре и более.

2. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА

Строевая подготовка, являясь составной частью боевой подготовки, оказывает существенное влияние на все стороны жизни и деятельности подразделений. Она вырабатывает у военнослужащих образцовый внешний вид, строевую выправку, умение быстро и четко выполнять строевые приемы в одиночном порядке и в составе подразделений. Строевое обучение способствует боевой выучке личного состава, организованности и сплочению подразделений, соблюдению воинского порядка и укреплению дисциплины.

Строевая подготовка включает одиночное строевое обучение без оружия и с оружием, строевое слаживание подразделений в пешем порядке и на машинах, строевые смотры, а также способы передвижения военнослужащих на поле боя.

Большое значение в строевой подготовке имеет умение командира четко и громко подавать команды. Нечетко поданная команда затрудняет ее выполнение, а неправильно поданная—приводит военнослужащих в замешательство или к невыполнению приема.

Предварительная команда должна подаваться отчетливо и протяжно, чтобы обучаемые поняли, каких действий от них требует командир. Исполнительная команда должна подаваться после паузы отрывисто и энергично. Исполнительную команду никогда не следует затягивать, так как

это приводит к ненужному перенапряжению обучаемых и нечеткости в действиях.

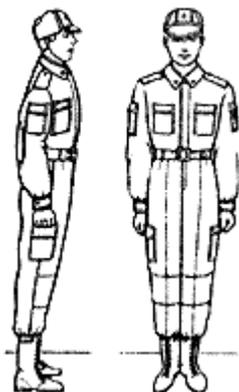


Рис. 1. Строевая стойка

Строевая стойка

Строевая стойка (рис. 1) принимается по команде **«СТАНОВИСЬ»** или **«СМИРНО»**. По этой команде стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию. Строевая стойка на месте принимается и без команды: при отдавании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

По команде **«ВОЛЬНО»** стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать. По команде **«ЗАПРАВИТЬСЯ»**, не оставляя своего места в строю, поправить оружие, обмундирование и снаряжение; при необходимости выйти из строя за разрешением обратиться к непосредственному начальнику. Перед командой **«ЗАПРАВИТЬСЯ»** подается команда **«ВОЛЬНО»**.

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 приема: первый прием — повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела да впереди стоящую ногу; второй прием — кратчайшим путем приставить другую ногу.

Движение

Движение совершается шагом или бегом. Движение шагом осуществляется с темпом 110—120 шагов в минуту. Размер шага — 70—80 см. Движение бегом осуществляется с темпом 165—180 шагов в минуту. Размер шага — 85—90 см. 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. При движении строевым шагом (рис. 3) ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15—20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню.

Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: вперед — сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела, а локоть находился на уровне кисти руки; назад — до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты, голову держать прямо, смотреть перед собой. При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения около тела. При движении походным шагом по команде «**СМИРНО**» перейти на строевой шаг. При движении строевым шагом по команде «**ВОЛЬНО**» идти походным шагом.



Рис. 3. Движение строевым шагом

Повороты в движении

Повороты в движении выполняются по командам: "**Напра-ВО**", "**Нале-ВО**", "**Кругом-МАРШ**". Для поворота направо (налево) исполнительная

команда подается одновременно с постановкой на землю правой (левой) ноги. По этой команде с левой (правой) ноги сделать шаг, повернуться на носке левой (правой) ноги, одновременно с поворотом вынести правую (левую) ногу вперед и продолжать движение в новом направлении. Для поворота кругом исполнительная команда подается одновременно с постановкой на землю правой ноги. По этой команде сделать еще один шаг левой ногой (по счету раз), вынести правую ногу на полшага вперед и несколько влево и, резко повернувшись в сторону левой руки на носках обеих ног (по счету два), продолжать движение с левой ноги в новом направлении (по счету три). При поворотах движение руками производится в такт шага.

Задания

1 Отработка строевых приемов и движений без оружия. Выполнить команды «становись», «равняйся», «смирно», «вольно».

2. Отработка следующих строевых приемов:

- отдания чести на месте и в движении вне строя;
- порядок выхода из строя из первой и второй шеренги и возвращения в строй;
- порядок подхода к начальнику из строя и вне строя. 32. Выполнить команду «направо», «налево»

3. Выполнить команду «делай –раз, делай- два»

4. Выполнить команду «поворот кругом»

5. Отработать движение строевым шагом

Оформление результатов работы

Выполнить тест:

При выполнении заданий с выбором ответа обведите кружком номер одного правильного ответа. Оценка за выполнение заданий выставляется следующим образом: за 5 правильных ответов – оценка «отлично», за 4 – «хорошо», за 3 – «удовлетворительно». За 2 и менее правильных ответов выставляется оценка «неудовлетворительно».

В бланке для выполнения заданий должен быть отмечен только один ответ. Если отмечено два ответа, в том числе правильный, то ответ не засчитывается.

1. Что такое строй?

1) Установленное уставом размещение военнослужащих для их совместных действий в пешем порядке.

2) Установленное уставом размещение подразделений и воинских частей для их совместных действий в пешем порядке и на боевой технике.

3) Установленное уставом размещение военнослужащих, подразделений и воинских частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.

4) Установленное приказом размещение военнослужащих для их совместных действий на машинах.

2. Как называется строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии?

1) Ряд. 2) Шеренга. 3) Колонна. 4) Фронт.

3. Как называется сторона строя, в которую военнослужащие обращены лицом?

1) Фронт. 2) Фланг. 3) Линия. 4) Передовая.

4. Какие виды строевых команд вы можете назвать?

1) Предварительная и обязательная. 2) Исполнительная и громкая. 3) Прямая и исполнительная. 4) Предварительная и исполнительная.

5. Какие действия производят военнослужащие по предварительной команде?

1) Находящиеся в строю принимают строевую стойку, в движении переходят на строевой шаг.

2) Прекращают все остальные действия и проявляют внимание.

3) Устраняют замечания по форме одежды.

4) Занимают своё место в строю на установленные интервал и дистанцию

Практическая работа № 4

Огневая подготовка

Цель:

Изучить устройство автомата Калашникова, порядок неполной разборки и сборки автомата. Уметь пользоваться автоматом Калашникова.

Теоретический обзор.

Учебные вопросы:

1. Огневая подготовка и ее предназначение.

2. Устройство автомата Калашникова.

3. Порядок неполной разборки и сборки автомата.

4. Правила стрельбы из автомата.

Огневая подготовка – это обучение военнослужащих применению штатного оружия для поражения целей в бою. Она включает в себя изучение материальной части оружия, правил и приемов стрельбы, способов разведки целей и определение дальности до них, управление огнем, отработку совместных действий экипажа (расчета) при стрельбе.

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова

Автомат Калашникова модернизированный (рис.10) является индивидуальным оружием и предназначен для уничтожения живой силы противника. Для поражения противника в рукопашном бою к автомату присоединяется штык-нож.



Рис. 10. Устройство автомата: 1 – приклад; 2 – выступ направляющего стержня возвратного механизма; 3 – переводчик; 4 – крышка ствольной коробки; 5 – курок; 6 – затворная рама; 7 – ударник; 8 – затвор; 9 – прицельная планка; 10 – колодка прицела; 11 – ствольная накладка; 12 – газовый поршень; 13 – газовая трубка; 14 – муфта ствола; 15 – основание мушки; 16 – цевье; 17 – шомпол; 18 – ствол; 19 – магазин; 20 – защелка магазина; 21 – боевая пружина; 22 – рычаг автопуска; 23 – спусковой крючок; 24 – пистолетная рукоятка; 25 – соединительный винт; 26 – принадлежность

Из автомата ведется автоматический огонь или одиночный огонь. Автоматический огонь ведется короткими (до 5 выстрелов) и длинными (до 10 выстрелов) очередями и непрерывно. Подача патронов при стрельбе производится из коробчатого магазина емкостью на 30 патронов.

Наиболее действительный огонь из автомата – на расстоянии до 400 м. Прицельная дальность стрельбы – 1000м. Дальность прямого выстрела по грудной фигуре – 350м, по бегущей фигуре – 525м. Сосредоточенный огонь из автоматов по наземным целям ведется на дальность до 800 м, а по самолетам и парашютистам – до 500 м. *Темп стрельбы* около 600 выстрелов в минуту. Боевая скорострельность: при стрельбе очередями – до 100 выстрелов в минуту, при стрельбе одиночными выстрелами – до 40 выстрелов в минуту. Вес автомата без штыка-ножа со снаряженным магазином из легкого сплава 3,6 кг. Вес штыка-ножа с ножнами – 450 г.

Автомат состоит из следующих основных частей и механизмов:

- ствола со ствольной коробкой, с прицельным приспособлением и прикладом;
- крышки ствольной коробки;
- затворной рамы с газовым поршнем;
- затвора;
- возвратного механизма;
- газовой трубки со ствольной накладкой;
- ударно-спускового механизма;
- цевья;
- магазина;
- штыка-ножа.

В комплект автомата входят принадлежность, ремень в сумке и сумка для магазинов.

Разборку и сборку автомата производят на столе или чистой подстилке; части и механизмы кладут в порядке разборки, обращаются с ними осторожно, не складывают одну часть на другую и не применяют излишних усилий и резких ударов. При сборке автомата сличить номера на его частях: у каждого автомата номеру на ствольной коробке должны соответствовать номера на газовой трубке, затворной раме, затворе, крышке ствольной коробки и других частях автомата.

Разборка автомата может быть неполная и полная: неполная – для чистки, смазки и осмотра автомата; полная – для чистки при сильном загрязнении автомата, после нахождения его под дождем или в снегу, при переходе на новую смазку и при ремонте.

Порядок неполной разборки автомата

1) *Отделить магазин.* Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин (рис. 11), нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед 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.

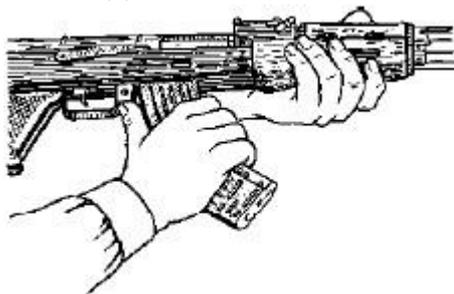


Рис. 11. Отделение магазина

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, ершик, отвертку, выколотку и шпильку.

3) *Отделить шомпол.* Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки (рис. 12), и вынуть шомпол вверх.

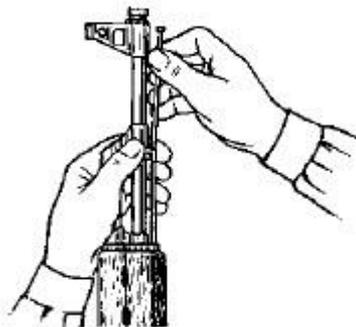


Рис. 12. Отделение шомпола

4) *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 (рис. 13) и отделить крышку.



Рис. 13. Отделение крышки ствольной коробки

5) *Отделить возвратный механизм.* Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня (рис. 14) и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.

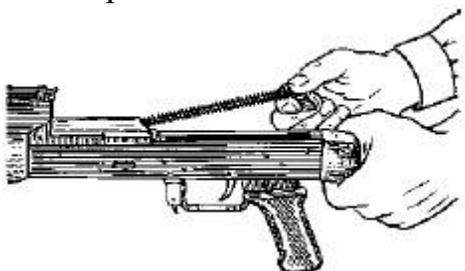


Рис. 14. Отделение возвратного механизма

6) *Отделить затворную раму с затвором.* Продолжая удерживать автомат левой рукой, правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее вместе с затвором (рис. 15) и отделить от ствольной коробки.

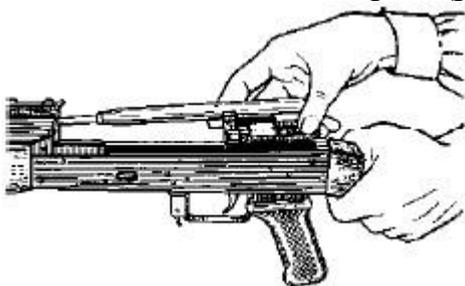


Рис. 15. Отделение затворной рамы с затвором

7) *Отделить затвор от затворной рамы.* Взять затворную раму в левую руку затвором кверху (рис. 16), правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперед.

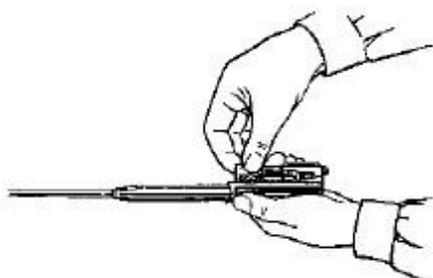


Рис. 16. Отделение затвора от затворной рамы

8) *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 (рис. 17) и снять газовую трубку с патрубком газовой камеры.

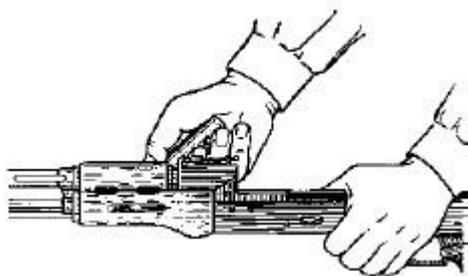


Рис. 17. Поворот замыкателя

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 вошел в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперед.

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 вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы. Небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.

4) *Присоединить возвратный механизм.* Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперед 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 вперед и книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошел в отверстие крышки ствольной коробки.

6) *Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель.* Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик 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 (рис. 18) и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой.

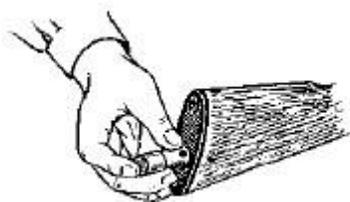


Рис. 18. Вкладывание пенала в гнездо приклада магазина

9) *Присоединить магазин к автомату.* Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина (рис. 19) и повернуть магазин на себя так, чтобы защелка заскочила за опорный выступ магазина.



Рис. 19. Присоединение газовой трубки

Задание.

1. Провести сборку- разборку АК

Оружие на подстилке, инструмент наготове. Обучающийся находится у оружия. Норматив выполняется одним обучаемым. **Время отсчитывается от команды «К неполной разборке оружия приступить» до доклада обучающегося «Готов».**

Сборка оружия после неполной разборки

Оружие разобрано. Части и механизмы аккуратно разложены на подстилке, инструмент наготове. Обучаемый находится у оружия. Норматив выполняется одним обучаемым. **Время отсчитывается от команды «К сборке приступить» до доклада обучаемого «Готово».**

При оценке отработки норматива руководитель занятия должен, помимо требований, изложенных в условии **выполнения норматива**, дополнительно руководствуется следующими требованиями:

1. Если норматив отрабатывается в процессе тренировки несколько раз, то оценка за его выполнение определяется по последнему показанному результату или по результату контрольной попытки.

2. Норматив считается выполненным, если при его выполнении соблюдены условия его выполнения и не было допущено нарушений требований уставов, наставлений, инструкций, руководств и мер безопасности. Если при отработке норматива обучаемым допущена хотя бы одна ошибка, которая может привести к травме (поражению) личного состава и поломке вооружения, выполнение норматива прекращается и оценивается «неудовлетворительно».

3. За нарушение последовательности выполнения норматива, которое не приводит к поломке вооружения, а также за каждую ошибку, указанную в условиях выполнения норматива (в руководстве, наставлении), оценка снижается на один балл.

4. При выполнении нормативов в противогазе время увеличивается на 10%.

5. При выполнении нормативов, когда температура воздуха -20°C и ниже, $+30^{\circ}\text{C}$ и выше, при сильном дожде, снегопаде, время на выполнение нормативов увеличивается до 20%, а при действиях ночью, если действия для ночных условий не определены, оно увеличивается до 30%.

7. Время выполнения норматива отсчитывается по секундомеру с момента подачи команды «К выполнению норматива приступить» (или другой установленной команды, сигнала) до момента выполнения норматива или доклада обучаемого о его выполнении.

Индивидуальная оценка за выполнение нескольких нормативов определяется по оценкам, полученным за выполнение каждого норматива, и считается: «отлично» если не менее половины проверяемых нормативов выполнены с оценкой «отлично», а остальные «хорошо»; «хорошо» если не менее половины проверяемых нормативов выполнены с оценкой не ниже «хорошо», а остальные «удовлетворительно»; «удовлетворительно», если не менее 70% нормативов оценены положительно.

Оформление результатов работы:

Написать краткое сообщение: 1. Основные достоинства автомата Калашникова.

Практическая работа № 5

ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цель занятия – ознакомить обучающихся с основными положениями общей тактики и порядком действий солдата в бою.

Учебные вопросы

1. Основные виды боя.
2. Действия солдата в бою.

3. Обязанности солдата в бою.
4. Передвижение солдата в бою

Теоретические вопросы

Сущность тактики как предмета заключается в изучении способов организации и ведения боевых действий. В зависимости от цели боя и способов ее достижения боевые действия подразделяются на наступление, встречный бой и оборону.

Наступление – основной вид боя – имеет решающее значение для достижения победы над противником. Сущность наступления в том, что наступающие войска поражают противника огневыми средствами, а затем стремительно сближаются с ним, чтобы решительным ударом уничтожить или пленить его живую силу и огневые средства, овладеть занимаемой им местностью.

Встречный бой – вид боя, в котором обе стороны стремятся решить свои задачи наступлением. Цель встречного боя – в короткие сроки разгромить наступающего противника, захватить инициативу и создать выгодные условия для дальнейших действий своих войск.

Оборона – вид боя, применяемый для того, чтобы отразить наступление превосходящих сил противника, нанести ему значительный ущерб, удержать занимаемые позиции и создать условия для перехода в решительное наступление.

Передвижение в бою

Для отработки следующего вопроса следует произвести расчет учебной группы на отделения и назначить командиров отделений, способных помогать руководителю в проведении тренировок.

Для передвижения в бою используются ускоренный шаг, бег, перебежки и переползание. Темп передвижения ускоренным шагом – 130–150 шагов в минуту, а передвижения бегом – 165–180 шагов в минуту. При движении ускоренным шагом и бегом автомат ставится на предохранитель и находится в руках или в положении «на ремень».

Задание 1

Отработка способов передвижения

После команды руководителя: «Отделение на рубеж оврага перебежкой справа (слева) по одному, призывник Иванов – ВПЕРЕД». Обучающийся должен четко и правильно применять способы передвижения.

Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения

Для управления с помощью сигналов установлен определенный порядок: чтобы подать (или передать) сигнал, надо повернуться в сторону того, кому он предназначается, для привлечения к себе внимания командир подает сигнал «Внимание», принимающий обязательно повторяет этот сигнал (дает отзыв), чтобы командир убедился, что его видят и понимают.

Кроме того, он является сигналом «Внимание – делай, как я», а также сигналом «Отзыв», то есть подтверждением, что сигнал понят и принимающий готов к приему следующей команды

Цель занятия – ознакомить обучаемых с основных положений общей тактики и порядком действий солдата в бою.

Материальное обеспечение: сигнальные флажки, таблицы.

Задание 2.

У каждого обучаемого в руках – сигнальные флажки: красный и желтый (белый). Необходимо отработать передачу сигналов флажками и руками, обратив особое внимание на положение рук и корпуса. Для этого всю группу нужно рассчитать на пары (подающий и принимающий сигналы). Каждая пара поочередно тренируется в передаче и приеме сигналов до команды руководителя об окончании тренировки.

Выбор места для стрельбы, самоокапывание и маскировка

Цель занятия – ознакомить обучаемых с порядком выбора места для стрельбы, способами его оборудования и маскировки. Материальное обеспечение – малая пехотная лопата.

Теоретический обзор

В ходе боя обстановка может измениться и воины будут вынуждены приостановить движение, чтобы огнем подавить сопротивление противника или отбить его контратаку. Командир в таких случаях укажет рубеж или позицию, на которой нужно будет остановиться, закрепиться и приготовиться к ведению огня. При этом каждый солдат должен уметь самостоятельно выбрать себе место для стрельбы и подготовить его для ведения огня. Это место выбирается с таким расчетом, чтобы можно было наблюдать за противником и вести огонь, а самому оставаться незамеченным.

На открытой ровной местности важно быстро выбрать или занять указанное командиром место, отрыть окоп и сразу же замаскировать его. В лесу и кустарнике, чтобы полнее использовать хорошие условия для маскировки, **нельзя располагаться на опушке**, так как она может служить противнику ориентиром. Позицию нужно выбирать в глубине, недалеко от опушки. В этом случае для улучшения обзора и наблюдения понадобится вырубить часть кустов. При этом важно не нарушать естественную маскировку.

На пересеченной местности и в горах нельзя занимать место для стрельбы на вершине или на топографическом гребне высоты. Лучше всего располагаться на скате, обращенном к противнику, между вершиной и подошвой высоты, а противоположный скат (обратный) целесообразно использовать как укрытие для расположения на нем огневых средств для ведения флангового и кинжального огня.

Выдвигаться на выбранную огневую позицию нужно скрытно, применяясь к местности и не прерывая наблюдения за противником.

Подготовка к ведению огня заключается в расчистке сектора обстрела, определении расстояний до видимых местных предметов в пределах

назначенного стрелку сектора обстрела, а также в маскировке позиции подручными средствами. Если перед огневой позицией имеется кустарник или высокий бурьян, необходимо расчистить его. Расчистку нужно производить так, чтобы она не была заметна противнику и не демаскировала самого стрелка. Рекомендуется частично вырубать мелкий кустарник, подчищать (подрубать) на крупных деревьях и кустах ветки, низко свисающие и закрывающие обзор. Срубленный кустарник и ветки нужно равномерно разбросать на местности – они будут мешать бесшумному продвижению противника в ночное время.

Защита от поражения огнём противника. Для этого производится **самоокапывание**. Прежде чем приступить к самоокапыванию, солдат должен примениться к местности, то есть расположиться так, чтобы иметь хороший обзор и обстрел в заданном секторе, а самому быть как можно менее заметным противнику и укрытым от его огня. Оружие кладется обычно **справа**, так, чтобы в любой момент его можно было использовать для ведения огня.

Самоокапывание производят лежа пехотной лопатой. Вначале отрывают окоп для стрельбы лежа. Работу выполняют в таком порядке: повернувшись на бок, вынимают лопату из чехла; взяв ее черенок обеими руками, ударами под себя подрезают дерн, обозначая спереди и с боков границы окопа. Необходимо во время работы держать голову возможно ниже, но так, чтобы не прерывать наблюдения за противником. Когда в передней части выемки окопа будет достигнута нужная глубина, солдат, подавшись назад, продолжает отрывку окопа до требуемой длины, чтобы полностью укрыть туловище и ноги.

Задание 3.

- 1.Тренироваться в выдвигении на огневую позицию
- 2.Тренироваться в самоокапывании.

Контрольные вопросы.

- 1.Назовите виды боя.
- 2.Почему солдат должен охранять и защищать командира?

Практическая работа № 6

Радиационная, химическая и биологическая защита

Цель занятия:

Дать представление о средствах индивидуальной защиты.

Рассмотреть способы и формы применения средств индивидуальной защиты,

Провести анализ СИЗ, рекомендуемых к использованию.

Теоретический обзор

Среди мероприятий по защите населения в чрезвычайных ситуациях (ЧС) техногенного характера или при воздействии оружия массового поражения (ОМП) возможного противника использование средств индивидуальной защиты (СИЗ) занимает одно из ведущих мест. СИЗ необходимы для защиты органов дыхания при пребывании людей в атмосфере зараженного воздуха отравляющими, радиоактивными аварийно

химически опасными веществами, биологическими средствами, а также для защиты открытых участков кожи и одежды (обмундирования) от попадания на них капель и аэрозолей отравляющих и аварийно химически опасных веществ, радиоактивной пыли и биологических средств.

1.1 Классификация средств индивидуальной защиты.

Средства индивидуальной защиты подразделяют на средства индивидуальной защиты органов дыхания (СИЗОД), средства индивидуальной защиты кожи (СИЗК). По принципу защитного действия СИЗОД и СИЗК подразделяются на фильтрующие и изолирующие. К СИЗОД относятся противогазы, респираторы, портативные дыхательные аппараты (ПДА), комплект дополнительного патрона. К СИЗК относят защитную одежду фильтрующего и изолирующего типа, изготовленную из фильтрующих и изолирующих материалов соответственно.

Средства индивидуальной защиты предназначены для защиты от попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду радиоактивных, отравляющих веществ и бактериальных средств. К первым относятся фильтрующие и изолирующие противогазы, респираторы, а также противопыльные тканевые маски (ПТМ – 1) и ватно-марлевые повязки; ко вторым – одежда специальная изолирующая защитная, защитная фильтрующая (ЗФО) и приспособленная одежда населения. По принципу защиты средства индивидуальной защиты делятся на фильтрующие и изолирующие. Принцип фильтрации заключается в том, что воздух, необходимый для поддержания жизнедеятельности человека, очищается от вредных примесей при прохождении через средства защиты. Средства индивидуальной защиты изолирующего типа полностью изолируют организм человека от окружающей среды с помощью материалов, непроницаемых для воздуха и вредных примесей. По способу изготовления средства индивидуальной защиты делятся на средства: изготовленные промышленностью и простейшие изготовленные из подручных материалов

1.2. Фильтрующие противогазы.



Фильтрующие противогазы являются основным средством индивидуальной защиты органов дыхания. Принцип их защитного действия

основан на предварительном очищении (фильтрации) вдыхаемого человеком воздуха от различных вредных примесей.

В настоящее время в системе гражданской обороны для взрослого населения используются фильтрующие противогазы ГП-5, ГП-7. (Рис. 1).

Составляющие: фильтрующие – поглощающая коробка, лицевая часть (у противогаза ГП-5 – шлем-маска, ГП-7- маска), сумка для противогаза, соединительная трубка, коробка с не запотевающими плёнками.

Противогаз ГП-5 состоит из двух частей:

- ◆ лицевой части;
- ◆ фильтрующе-поглощающей коробки (ФПК) малого габарита.

В комплект противогаза входит сумка.

Лицевая часть служит для изоляции органов дыхания, глаз и лица от контакта с окружающей средой и подведения к дыхательным путям очищенного воздуха и выведения выдыхаемого (демонстрируется слайд «Лицевая часть ГП-5»).

Она состоит из:

1) резиновой шлема-маски типа ШМ-62у;

2) очкового узла, состоящего из смотрового стекла, внутренней и внешней обойм, которыми стекло крепится в корпусе шлем-маски, и прижимного кольца для крепления незапотевающей пленки. Незапотевающие пленки или специальный карандаш против запотевания стекол даются дополнительно и переносятся в кармашке сумки;

3) обтекателей, предназначенных для подвода вдыхаемого воздуха непосредственно к стеклам очкового узла, благодаря чему снижается их запотеваемость;

4) клапанной коробки, которая служит для распределения потоков вдыхаемого и выдыхаемого воздуха. Внутри нее имеются клапан вдоха и два клапана - основной и дополнительный - выдоха.

Фильтрующе-поглощающая коробка (ФПК) предназначена для очистки вдыхаемого воздуха от радиоактивных, отравляющих веществ и бактериальных средств. В металлическом корпусе коробки помещены специальные поглотители и противодымный фильтр. При вдохе воздух, поступающий в коробку, проходит сначала через фильтр, на котором остаются частицы пыли, дыма, тумана, а затем через поглотители, где задерживаются пары ОВ (демонстрируется слайд «ФПК ГП-5»).

ФПК состоит из следующих частей:

1) противоаэрозольный фильтр задерживает биологические аэрозоли, радиоактивную пыль и вредные аэрозоли (пыль, дым, туманы);

2) шихта - активный уголь - поглощает ОВ, АХОВ и другие вредные вещества;

3) бумага тампонная задерживает угольную пыль шихты;

4) сетки верхняя и нижняя удерживают шихту;

5) экран распределяет воздушный поток. Сумка предназначена для размещения в ней противогаза и для его переноски (преподаватель показывает способ размещения противогаза в сумке). Сумка может

использоваться также как дополнительный фильтр, если ее завязать на ФПК тесьмой, повысить защитные свойства при этом можно смачиванием сумки водой (демонстрируется слайд «Сумка противогаса»).

Для дыхания в противогазе ГП-5 используется зараженный воздух, который очищается, проходя через фильтрующе-поглощающую коробку. При вдохе открывается клапан для вдоха и воздух, прошедший через ФПК, поступает в шлем-маску противогаза. При выдохе входной клапан закрывается, открывается клапан для выдоха, через который выдыхаемый воздух выводится из шлема-маски наружу.

Подгонка противогаза

Подгонка противогаза начинается с определения требуемого размера лицевой части. Если размер лицевой части подобран неправильно, она не будет обеспечивать герметичность и наружный зараженный воздух проникнет внутрь через щели между поверхностью головы и шлемом-маской (демонстрируется слайд «Подбор лицевой части противогаза»).

В настоящее время все гражданские противогазы комплектуются тремя типами лицевых частей:

- ◆ шлемом-маской ШМ-62у (ШМП) пяти ростов (ГП-5);
- ◆ маской МГП трех ростов (ГП-7);
- ◆ панорамной маской ППМ-88 двух ростов. Для того чтобы определить рост шлема-маски противогаза ГП-5, надо измерить так называемый вертикальный обхват головы по замкнутой линии, проходящей через макушку, щеки и самую нижнюю точку подбородка. Измерения округляют до 0,5 см.

Рост шлема-маски определяют по таблице.

Соответствие обхвата головы и роста шлема-маски

Результат измерения, см	До 63	63,5-65,5	66-68	68,5-70,5	71 и более
Требуемый рост ШМ-62у	0	1	2	3	4

Получив противогаз, следует убедиться, что размер шлема-маски соответствует необходимому росту, лицевая часть не имеет повреждений, клапаны в наличии, на фильтрующе-поглощающей коробке нет вмятин и проколов. При обнаружении неисправностей их устраняют или заменяют противогаз на другой. Сборка противогаза производится ввинчиванием до отказа фильтрующе-поглощающей коробки в патрубков клапанной коробки.

Подобранный и подогнанный противогаз надлежит проверить. Для этого необходимо надеть его, закрыть отверстие в дне фильтрующе-поглощающей коробки резиновой пробкой или ладонью и сделать глубокий вдох. Если дыхание при этом невозможно, значит, противогаз в целом герметичен. Если воздух при вдохе проходит, то таким противогазом пользоваться нельзя, так как он велик по размеру, неисправен или неправильно собран.

Контакт поверхностей резины и кожи лица может нарушиться, если в полосу обтюрации (полоса контакта лицевой части СИЗОД и лица человека, по которой осуществляется герметизация) попадут волосы со лба и висков, от бороды. Поэтому перед надеванием противогаза волосы должны быть гладко зачесаны назад.

Проверка подгонки лицевых частей противогазов для защиты от высокотоксичных отравляющих веществ и АХОВ, а также в армейских условиях осуществляется специальными методами в помещении с раздражающими веществами: парами хлорпикрина или специального аэрозоля. Проверка по хлорпикрину увеличивает чувствительность проверки герметичности подгонки лицевой части в десять раз.

При правильной подгонке лицевых частей обеспечивается достаточная степень их герметичности, и при этом не возникает болевых ощущений во время пользования противогазом.

Собранный и проверенный противогаз укладывают в сумку фильтрующе-поглощающей коробкой вниз, подвернув для защиты очков головную и боковую части шлема-маски.

Правила пользования. При надевании противогаза необходимо убрать волосы со лба и висков. Их попадание под обтюратор приведет к нарушению герметичности. Поэтому девочкам следует гладко зачесать волосы назад, снять заколки, гребешки, шпильки и украшения.

При переводе противогаза в боевое положение, по команде "Газы!", необходимо: задержать дыхание и закрыть глаза снять головной убор и зажать его между коленями или положить рядом; вынуть шлем-маску из сумки, взять ее обеими руками за утолщенные края у нижней части так, чтобы большие пальцы рук были с наружной стороны, а остальные внутри;

подвести шлем-маску к подбородку и резким движением рук вверх и назад надеть ее на голову так, чтобы не было вверху складок (у ГП-7 подтянуть до упора щечные лямки); сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание; надеть головной убор, застегнуть сумку и закрепить ее на туловище. Противогаз считается надетым правильно, если стекла очков лицевой части находятся против глаз, шлем-маска плотно прилегает к лицу. Необходимость сделать сильный выдох перед открытием глаз и возобновлением дыхания после надевания противогаза объясняется тем, что надо удалить из-под маски зараженный воздух, если он туда попал в момент надевания. Противогаз снимается по команде "Противогаз снять!" Для этого надо приподнять головной убор, взять другой рукой за клапанную коробку, слегка оттянуть шлем-маску вниз и движением вперед и вверх снять ее, надеть головной убор, вывернуть шлем-маску, тщательно протереть ее и уложить в сумку.

Респираторы, противопыльные тканевые маски и ватно-марлевые повязки



В системе гражданской обороны наибольшее применение имеет респиратор Р-2. Респираторы применяются для защиты органов дыхания от радиоактивной и грунтовой пыли и при действиях во вторичном облаке бактериальных средств.

Респиратор Р-2 представляет собой фильтрующую полумаску, снабжённую двумя клапанами входа и одним клапаном выхода (с предохранительным экраном), оголовьем, состоящим из эластичных тесёмок и носовым зажимом.

Если во время пользования респиратором появится много влаги, то рекомендуется его на 1 – 2 минуты снять, удалить влагу, протереть внутреннюю поверхность и снова надеть.

Противопыльные тканевые маски ПТМ-1 и ватно-марлевые повязки могут применяться для защиты органов дыхания человека от пыли, аэрозолей некоторых АХОВ, радиоактивных веществ, а также при действиях во вторичном облаке бактериальных средств. При необходимости простейшие средства защиты органов дыхания могут изготавливаться самостоятельно и широко использоваться населением в зоне возможного поражения.

В кабинете ОБЖ должны иметься образцы простейших средств защиты органов дыхания.

Противопыльная тканевая маска ПТМ-1 и ватно-марлевая повязка предназначаются для защиты органов дыхания человека от радиоактивной пыли и при действиях во вторичном облаке бактериальных средств. От отравляющих веществ они не защищают. Маска состоит из двух основных частей – корпуса и крепления. Корпус сделан из 2 – 4 слоёв ткани. В нём вырезаны смотровые отверстия со вставленными в них стёклами. На голове маска крепится полосой ткани, пришитой к боковым краям корпуса. Плотное прилегание маски к голове обеспечивается при помощи резинки в верхнем шве и завязок в нижнем шве крепления, а также при помощи поперечной резинки, пришитой к верхним углам корпуса маски. Воздух очищается всей поверхностью маски в процессе его прохождения через ткань при входе.

Маску может изготовить каждый.

Маску надевают при угрозе заражения радиоактивной пылью. При выходе из заражённого района при первой возможности её дезактивируют: чистят (выколачивают радиоактивную пыль), стирают в горячей воде с мылом и тщательно прополаскивают, меняя воду.

Ватно-марлевая повязка (ВМП). Для этого требуется кусок марли размером 100 на 50 см. На марлю накладывают слой ваты толщиной 1 – 2 см,

длиной 30 см, шириной 20 см. Марлю с обеих сторон загибают и накладывают на вату. Концы подрезают вдоль на расстоянии 30 – 35 см так, чтобы образовалось две пары завязок. При необходимости повязкой закрывают рот и нос; верхние концы завязывают на затылке, а нижние – на темени. В узкие полоски по обе стороны носа закладывают комочки ваты. Для защиты глаз используются противопыльные защитные очки.

Все средства защиты органов дыхания надо постоянно содержать исправными и готовыми к использованию.

2. Средства защиты кожи.

2.1. Изолирующие и фильтрующие средства защиты кожи.

По принципу защитного действия средства защиты кожи подразделяются на изолирующие и фильтрующие.

Изолирующие средства защиты кожи изготавливают из воздухонепроницаемых материалов, обычно из специальной эластичной и морозостойкой прорезиненной ткани. Они могут быть герметичными и негерметичными. Герметичные средства закрывают все тело и защищают от паров и капель ОВ, негерметичные средства защищают только от капель ОВ.

К изолирующим средствам защиты кожи относятся общевойсковой защитный комплект и специальная защитная одежда.

Фильтрующие средства защиты кожи изготавливают в виде хлопчатобумажного обмундирования и белья, пропитанных специальными химическими веществами. Пропитка тонким слоем обволакивает нити ткани, а промежутки между нитями остаются свободными; вследствие этого воздухопроницаемость материала в основном сохраняется, а пары ОВ при прохождении зараженного воздуха через ткань поглощаются.

Фильтрующими средствами защиты кожи может быть обычная одежда и белье, если их пропитать, например, мыльно-масляной эмульсией.

2.2. Изолирующие средства защиты кожи общевойсковой защитный

комплект, легкий защитный костюм

Изолирующие средства защиты кожи - общевойсковой защитный комплект и специальная защитная одежда - предназначены в основном для защиты личного состава формирований ГО при работах на зараженной местности.

Общевойсковой защитный комплект состоит из защитного плаща, защитных чулок и защитных перчаток.

Защитный плащ комплекта имеет две полы, борта, рукава, капюшон, а также хлястики, тесемки и закрепки, позволяющие использовать плащ в различных вариантах. Ткань плаща обеспечивает защиту от отравляющих, радиоактивных веществ и бактериальных средств, а также от светового излучения. Вес защитного плаща около 1,6 кг.

Защитные плащи изготавливают пяти размеров: первый для людей ростом до 165 см, второй - от 165 до 170 см, третий от 170 до 175 см, четвертый - от 175 до 180 см и пятый - свыше 180 см.

Защитные перчатки - резиновые, с обтюраторами из импрегнированной ткани (ткань, пропитанная специальными составами, повышающими ее защитную способность от паров ОВ) бывают двух видов: летние и зимние. Летние перчатки пятипалые, зимние - двухпалые, имеют утепленный вкладыш, пристегиваемый на пуговицы. Вес защитных перчаток около 350 г.

Защитные чулки делают из прорезиненной ткани. Подошвы их усилены брезентовой или резиновой о союзку. Чулки с брезентовой о союзку имеют две или три тесемки для крепления к ноге и одну тесемку для крепления к поясному ремню; чулки с резиновой о союзку крепятся на ногах при помощи хлястиков, а к поясному ремню - тесемкой. Вес защитных чулок 0,8-1,2 кг. При действиях на зараженной местности защитный плащ используется в виде комбинезона.

К специальной защитной одежде относятся: легкий защитный костюм Л-1.



Легкий защитный костюм изготовлен из прорезиненной ткани и состоит из рубахи с капюшоном 1, брюк 2, сшитых заодно с чулками, двухпалых перчаток 3 и подшлемника 4. Кроме того, в комплект костюма входят сумка 5 и запасная пара перчаток. Вес защитного костюма около 3 кг.

Костюмы изготавливают трех размеров: первый для людей ростом до 165 см, второй от 165 до 172 см, третий выше 172 см.

3. Медицинские средства индивидуальной защиты.

3.1. Классификация медицинских средств индивидуальной защиты.

Медицинские средства индивидуальной защиты - это медицинские препараты, материалы и специальные средства, предназначенные для использования в ЧС с целью предупреждения поражения или снижения эффекта воздействия поражающих факторов и профилактики осложнений.

К табельным медицинским средствам индивидуальной защиты относятся:

1. аптечка индивидуальная АИ-2;
2. универсальная аптечка

3. индивидуальные противохимические пакеты - ИПП-8, ИПП-10.
4. пакет перевязочный медицинский – ППМ

3.2. Аптечка индивидуальная АИ-2.

Аптечка индивидуальная АИ-2 предназначена для профилактики и первой медицинской помощи при радиационном, химическом и бактериальном поражениях, а также при их комбинациях с травмами. Носят аптечку в кармане. В ней имеются:

Гнездо N 1: шприц-тюбик с противоболевым средством (с бесцветным колпачком). В аптечку не вложен. Применяется при резких болях, вызванных переломами костей, обширными ожогами и ранами, в целях предупреждения шока путем введения в бедро или ягодицу (можно через одежду).

Гнездо N 2: в АИ-2 находится профилактическое средство при отравлении ФОВ – торен. Начало действия торена через 20 минут после приема. Принимать по одной таблетке по сигналу "Химическая тревога". Детям до 8 лет на один прием четверть таблетки, 8-15 лет - половину таблетки. Разовая доза торена в 10 раз уменьшает поражающую дозу ФОВ. При нарастании признаков отравления принять еще одну разовую дозу, в последующем принимать препарат через 4-6 часов. Вместо торена или в дополнение к нему может быть использован препарат П-6. Разовая доза - 2 таблетки, обеспечивает защиту от 3-4 смертельных доз в течение 12 часов. Личный состав Вооруженных Сил и невоенизированных формирований ГО обеспечивается аптечками АИ-1, в которых находится лечебный препарат афин в шприц-тюбике с красным колпачком, используемый при отравлениях ФОВ.

Гнездо N 3: противобактериальное средство N 2 (сульфадиметоксин) предназначается для профилактики инфекционных заболеваний после радиоактивного облучения. Принимают после облучения при возникновении желудочно-кишечных расстройств по 7 таблеток в один прием, по 4 таблетки в последующие 2 суток. Детям до 8 лет в первые сутки 2 таблетки, в последующие 2 суток по 1 таблетке; 8-15 лет в первые сутки по 3,5 таблетки, в последующие двое - 2 таблетки.

Гнездо N 4: радиозащитное средство N 1 (РС-1, таблетки цистамина) – обладает профилактическим эффектом при поражениях ионизирующим излучением. Фактор уменьшения дозы (ФУД) - показатель, характеризующий степень снижения биологического действия радиации - при приеме РС-1 составляет 1, 6. При угрозе облучения, по сигналу "Радиационная опасность" или перед входом на территорию с повышенным уровнем радиации за 35-40 минут выпить 6 таблеток, запив водой. Защитный эффект сохраняется 5-6 часов. При необходимости (продолжающееся облучение или новая угроза) через 4-5 часов после первого приема выпить еще 6 таблеток. Детям до 8 лет на один прием дают 1, 5 таблетки, 8-15 лет - 3 таблетки.

Гнездо N 5: противобактериальное средство N 1 (таблетки хлортетрациклина с нестатейном) предназначено для общей экстренной профилактики инфекционных заболеваний (чума, холера, туляремия, сибирская язва, бруцеллез и др.), возбудители которых могут быть

применены в качестве биологического оружия. Принимать при угрозе бактериологического заражения или самом заражении (еще до установления вида возбудителя). Разовая доза - 5 таблеток одновременно, запивая водой. Повторный прием такой же дозы через 6 часов. Детям до 8 лет на один прием 1 таблетка, 8-15 лет - 2, 5 таблетки. ПБС-1 может быть также применено для профилактики инфекционных осложнений лучевой болезни, обширных ран и ожогов.

Гнездо N 6: радиозащитное средство N 2 (РС-2, таблетки йодистого калия по 0, 25) предназначено для лиц, находящихся в зоне выпадения радиоактивных осадков: блокирует щитовидную железу для радиоактивного йода, поступающего с дыханием, продуктами питания и водой. Принимать по 1 таблетке натошак в течение 10 суток (в мирное время в случае аварии на АЭС принимать все время и еще 8 дней после последнего выброса). Детям 2-5 лет дают по полтаблетки, менее 2-х лет - четверть таблетки, грудным - четверть таблетки только в первый день. Если начать прием в первые 2-3 часа после выпадения радиоактивного йода - защита на 90-95 %, через 6 часов - на 50 %, через 12 часов - на 30 %, через 24 часа - эффекта нет.

Гнездо N 7: противорвотное средство применяется после облучения, а также при явлениях тошноты в результате ушиба головы. Можно принимать не более 6 таблеток в сутки.

3.3. Индивидуальный противохимический пакет.

ИПП-11 содержит полидегазирующую рецептуру, находящуюся во флаконе, и набор салфеток. Предназначен для обеззараживания участков кожи, прилегающей к ним одежды и СИЗ, населения старше 7-летнего возраста от боевых ОВ и БС. Необходимо избегать попадания жидкости в глаза. Последовательность обработки: смоченным тампоном протереть открытые участки кожи (шея, кисти рук), а также наружную поверхность маски противогаза, который был надет. Другим тампоном протереть воротничок и края манжет одежды, прилегающие к открытым участкам кожи. Дегазирующую жидкость можно использовать при дезактивации кожных покровов, загрязненных РВ, когда не удастся водой и мылом снизить наличие РВ до допустимых пределов.

3.4. Пакет перевязочный медицинский.

Применяется пакет перевязочный ППМ для перевязки ран, ожогов и остановки некоторых видов кровотечения. Представляет собой стерильный бинт с двумя ватно-марлевыми подушечками, заключенными в непроницаемую герметическую упаковку. Порядок пользования ППМ: разорвать по надрезу наружную оболочку и снять ее; развернуть внутреннюю оболочку; одной рукой взять конец, а другой – скатку бинта и развернуть повязку; на раневую поверхность накладывать так, чтобы их поверхности, прошитые цветной ниткой, оказались наверху.

Задание 1. Измерьте свой вертикальный обхват головы. Результат измерения занесите в конспект.

Задание 2. Подставьте недостающие результаты измерения в таблице, используя следующие опорные позиции:

- 1) нулевой размер шлема-маски, равный или менее 63 см;
- 2) верхний и нижний пределы одного размера -2 см;
- 3) интервал между размерами - 0,5 см.

Задание 3. Определите требуемый для вас рост шлема-маски, занесите его в конспект.

Способы ношения и порядок надевания противогаза

Особое внимание обращает на очередность и рациональность действий. Например, перемещать сумку с противогазом из походного положения в положение «наготове» удобнее левой рукой.

Вытаскивать противогаз из сумки правой рукой будет легче, если дно сумки оттягивать вниз левой рукой.

При надевании шлема-маски преподаватель обращает внимание на строгую последовательность действий, особенно на резкий выдох, а затем открытие глаз и возобновление дыхания. Дышать в надетом противогазе надо не судорожно, а глубоко и равномерно и не делать резких движений.

Способы ношения и порядок надевания противогаза

Таблица 2

Способ ношения	Когда применяется	Подаваемая команда	Действия по команде
Походный	В случае отсутствия заражения или при возможной угрозе заражения	Самостоятельно или произвольная команда старшего группы	Противогаз в закрытой сумке носится на левом боку. Верхний край сумки на уровне пояса. Сумка перекинута через правое плечо. Клапан сумки закрыт и расположен снаружи
Наготове	При угрозе заражения, перед входом в очаг заражения	«Противогазы готовы!»	Сумка с противогазом передвигается вперед на левое бедро и закрепляется поясной тесьмой (шнуром). Клапан сумки

			открывается
Боевой	По сигналу ГОЧС о химическом заражении или при первых признаках поражения (слезятся глаза, першит в горле)	«Газы!»	Противогаз надевается в следующем порядке: - задержать дыхание и закрыть глаза; - снять головной убор; - из сумки вынуть шлем-маску и надеть ее; - сделать резкий выдох; - открыть глаза; - возобновить дыхание; - надеть головной убор

Снимают противогаз по команде «Противогазы снять!» или самостоятельно, если стало известно, что опасность поражения миновала. Снятую шлем-маску протирают сухой чистой тканью (носовым платком) и укладывают в сумку.

Для закрепления материала, связанного непосредственно с надеванием противогаза, ученикам предлагается выполнить задание.

Задание 4. Запишите в конспект этапы надевания противогаза, которые расположены в произвольном порядке:

- 1) снять головной убор;
- 2) открыть глаза;
- 3) сделать полный выдох;
- 4) из сумки вынуть шлем-маску и надеть ее;
- 5) надеть головной убор;
- 6) закрыть глаза и задержать дыхание;
- 7) возобновить дыхание.

На доске записан правильный ответ: 6, 1, 4, 3, 2, 7, 5 (возможен вариант, когда в течение минуты ребята должны разместить эти этапы, используя цифры). Преподаватель просит учащихся самостоятельно определить количество сделанных ошибок и выставить самим себе оценку, исходя из критерия: 0 ошибок - «отлично», 1 ошибка - «хорошо», 2 ошибки - «удовлетворительно», 3 и более ошибок - «неудовлетворительно».

Задание 5. Тренировка в надевании противогаза

Преподаватель выясняет, есть ли в классе учащиеся, которым по медицинским показаниям не рекомендуется использовать противогаз. Их он просит помочь в раздаче противогазов из расчета один противогаз на двоих и проконтролировать правильность выполнения упражнений.

Преподаватель объясняет технику надевания шлема-маски и ее снятия, сопровождая показом. Вынув шлем-маску из сумки, ее надо взять обеими руками за утолщенные края у нижней части так, чтобы большие пальцы рук были с наружной стороны, а остальные - внутри. Подвести шлем-маску к подбородку и резким движением рук вверх и назад натянуть ее на голову так, чтобы не было складок, а очки находились на уровне глаз; сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание.

Последовательность снятия противогаза такова: приподнять одной рукой головной убор, а другой взяться за клапанную коробку, оттянуть шлем-маску вниз и движением вперед и вверх снять ее.

Далее обучающимся предлагается приступить к надеванию противогаза. Соседи по парте попеременно выполняют упражнение.

Оформление результатов

Проводится фронтальный опрос обучающихся по вопросам:

1. Для чего предназначены СИЗ?
2. На какие группы подразделяются СИЗ
3. Как изготовить ватно-марлевую повязку? (преподаватель выдает ВМП и просит показать, как ее надеть).
4. Как повысить защитные свойства ватно-марлевой повязки?
5. Какое из СИЗЫ органов дыхания является наиболее надежным?
6. Когда появился противогаз, кто его изобрел
7. Какие различают противогазы по принципу действия?
8. На чем основан принцип действия изолирующих противогазов?
9. На чем основан принцип действия фильтрующих противогазов?
10. Для чего используется защитный костюм Л-1?

Практическая работа № 7

Оказание первой помощи при ранениях, травмах. Вынос раненых с поля боя.

ЦЕЛЬ: Систематизация знаний умений и навыков по теме «Оказание первой медицинской помощи»

Теоретический обзор

Раны бывают следующих видов:

- Колотые
- Резанные
- Укушенные
- Рубленые
- Рваные
- Огнестрельные
- Ушибленные

Примеры ран

1. Раны, возникающие при воздействии тупых предметов, падениях или сдавливаниях, их края не ровные, кровотечение слабое.

2. Раны, нанесенные острыми предметами (ножом, стеклом, льдом), имеют ровные края.

3. Раны, более глубокие, чем резанные, так как наносятся топором, лопатой, другими тяжелыми острыми предметами, имеют ровные края.

4. Раны, являющиеся последствиями укусов животных, по внешнему виду напоминают рваные раны.

5. Раны, возникающие от разрыва кожи при натяжении, при открытых переломах.

6. Раны, имеющие небольшое входное отверстие, иногда имеется выходное отверстие, сопровождаются обильным кровотечением. Особенно опасны для внутренних органов, головы, кровеносных сосудов.

7. Внешне небольшие раны, (нанесенные гвоздем, отверткой), характеризуются глубокими внутренними повреждениями.

3. При ранениях, как правило, возникают **кровотечения**. Существуют различные виды кровотечений

- Венозное
- Артериальное
- Внутреннее
- Капиллярное

Определите вид кровотечения:

1. Кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей.

2. Кровь имеет темно-красный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно.

3. Слабое кровотечение из небольшой раны, кровь сочится из раны медленно, не пульсирует.

4. Кожа синего цвета, боль, гематома, может быть потеря сознания, бледность

В различных чрезвычайных ситуациях и в повседневной жизни часто встречаются травмированные люди. Поэтому большое значение имеет оказание первой медицинской помощи.

Первая помощь - это комплекс мероприятий, направленных на восстановление или сохранение жизни пострадавшего, осуществляемых не медицинскими работниками (взаимопомощь) или самим пострадавшим (самопомощь)

Основным условием успеха при оказании первой помощи является срочность ее оказания, знание и умение оказывающего первую помощь.

Оказание первой медицинской помощи в возможно более ранние сроки имеет решающее значение для дальнейшего лечения, а иногда и спасения жизни пострадавшего. Знания и навыки по оказанию первой медицинской помощи необходимы всем, так как несчастный случай может произойти в любое время и в любой обстановке.

Правила оказания первой медицинской помощи при ранениях.

При ранениях возникают боль, кровотечение, нарушение функции поврежденной части тела. А чем же ещё могут быть опасны раны?

Виды раневых инфекций.

СЕПСИС - тяжелое инфекционное заболевание, развивающееся вследствие заражения крови микробами, проникшими в организм человека при ранении. Выражается тяжелым общим состоянием, лихорадкой, помрачением сознания, образованием гнойников в органах.

ГАЗОВАЯ ГАНГРЕНА - раневая инфекция. Характеризуется общим тяжелым состоянием, отеком пораженных тканей, появлением в них пузырьков газа, омертвением тканей.

СТОЛБНЯК - опасная раневая инфекция. Возбудитель - столбнячная палочка, которая в виде спор находится в земле в большом количестве, ей не нужен воздух. Вот почему так опасна ранка, даже небольшая, если наступаешь, к примеру, на гвоздь. Дырочка - маленькая, воздух внутрь не проникает, это и нужно столбнячной палочки. Размножаясь, она выделяет токсин - яд, который поражает нервную систему, вызывая судороги. Судороги бывают настолько сильными, что приводят к переломам костей, позвоночника. Смерть наступает от паралича сердца, удушья.

Прежде чем приступить к оказанию первой медицинской помощи, необходимо устранить воздействие на организм повреждающих факторов и оценить состояние пострадавшего. Далее необходимо определить характер и тяжесть полученной травмы, выполнить мероприятия по спасению пострадавшего.

Первая медицинская помощь при ранениях заключается в:

- остановке кровотечения;
- защите раны от загрязнений и проникновения в нее микробов;
- ослаблении болевых ощущений.

Средства оказания ПМП

К средствам оказания ПМП относятся лекарства и дезинфицирующие средства, перевязочный материал, сыворотки, вакцины, препараты крови, сильнодействующие наркотические средства, спирты. К таким средствам относятся средства для обработки раневой поверхности, для остановки кровотечения, для переноски пострадавших, средств иммобилизации.

При использовании перевязочного материала должны соблюдаться правила асептики.

- Обрабатывать раны нужно чистыми руками.
- Остановить кровотечение (жгутом, давящей повязкой, пальцевым нажатием).
- Не удалять из раны инородные тела.
- Промывать рану можно только перекисью водорода (нельзя - водой, "зеленкой", йодом, спиртом и т. д.)
- Обработать края раны спиртом, "зеленкой", йодом, двигаясь в направлении от раны.
- Наложить стерильную салфетку.

- Наложить повязку.
- Отправить пострадавшего в медпункт.

Задание 1.

Наложить жгут манекену при артериальном кровотечении, обработать рану, наложить повязку

Вынос раненого с поля боя

Вынос (вывоз) раненых – это начальное, наиболее трудное и ответственное звено эвакуации пострадавших от места поражения до поста санитарного транспорта (района сосредоточения), а нередко и до ближайшего этапа медицинской эвакуации. Вынос должен осуществляться непрерывно, в любую погоду, независимо от времени суток. В первую очередь выносятся раненые с артериальным кровотечением, выраженным удушьем, проникающим ранением живота, с выпадением внутренностей, открытым переломом бедра, обширным разможением конечности, выраженной картиной шока, общим тяжелым состоянием, находящиеся без сознания. Быстрому выносу подлежат также раненые и больные с зараженной радиоактивными и отравляющими веществами местности, особенно если на них не надеты средства защиты или область ранения (ожога) не закрыта повязкой. Способы выноса в основном зависят от условий боевой обстановки, характера и локализации повреждения. В каждом конкретном случае санитарный инструктор (санитар) должен решить, какой из них является наименее травматичным для раненого и удобным для выноса.

Способы выноса раненого одним санитаром (санитаром-носильщиком) без вспомогательных средств

Санитар может выносить раненого на руках, на плече и на спине. Наиболее бережным является вынос на руках. Этот способ применим при большинстве ранений (кроме ранения в живот), но он очень трудоемкий и пригоден лишь при небольших расстояниях. На спине переносят в случаях, когда не повреждены верхние конечности и пострадавший не потерял сознания.

Вынос на плече противопоказан при ранениях головы и живота.

Все три способа непригодны при переломе бедра, костей таза и позвоночника.



(рис. 13, 14)

Рис. 13. Переноска раненого одним санитаром-носильщиком на спине



Рис. 14. Переноска раненого одним санитаром-носильщиком на руках

Для того чтобы удобнее взять раненого на спину, желательно предварительно посадить его на какое-нибудь возвышение (бугорок, пень, камень и т.д.). После этого надо стать к пострадавшему спиной, опуститься на одно колено, завести свои руки назад, взять раненого под бедра и вместе с ним встать. В это же время выносимый обхватывает санитаря за плечи или удерживается за его пояс. Вынос на плече начинается аналогичным способом, только санитар становится к пострадавшему не спиной, а лицом. Опускаясь на одно колено, он подсовывает свою голову под руку раненого и наваливает его животом на свое плечо с таким расчетом, чтобы голова пострадавшего находилась за спиной санитаря, а ноги – на его груди. Для более надежной фиксации санитар одной рукой обхватывает ноги раненого и берет его за запястье одноименной руки, а другой рукой поддерживает пострадавшего за локоть.

При выносе на руках санитар становится сбоку лежащего раненого на одно колено, подсовывает свои руки под его спину и ягодицы и встает вместе с пострадавшим.

Способы выноса раненого двумя санитарями (санитарами-носильщиками) без вспомогательных средств.

Вынос раненого двумя санитарями (санитарами-носильщиками) без вспомогательных средств может осуществляться тремя способами: на «замке» (рис. 15), между собой и на руках.

При выносе первым способом используется «замок» из четырех или трех рук. На «замок» раненого размещают следующим образом. Два санитаря становятся на разноименные колени (лицом друг к другу) у ног пострадавшего, усаживают его на плотно сомкнутые колени, подводят «замок» под ягодицы, встают и начинают движение. «Замок» из четырех рук применяется, если раненый может держаться своими руками за шею носильщиков, в противном случае надо использовать «замок» из трех рук. Если пострадавший, кроме того, и без сознания, его лучше располагать на двух руках, а двумя другими поддерживать за плечи.

При втором способе (между собой) один из санитаров становится у изголовья раненого, другой – между его ног и спиной к нему. По команде «Берись» первый подсовывает обе руки под мышки пострадавшего, второй – под коленные суставы. По команде «Поднимай» оба санитаря встают и начинают движение. В ходе переноски нельзя допускать сдавливания грудной клетки руками. Способ непригоден при переломах конечностей, ранениях верхней части грудной клетки.

Третий способ (на руках) как наиболее трудоемкий используется при выносе на короткие расстояния. Санитары становятся сбоку от раненого (с его здоровой стороны), опускаются на одно колено, подводят руки (один под

спину и поясницу, второй – ягодицы и колени) под пострадавшего, встают и несут перед собой. Способы выноса раненого одним санитаром (санитаром-носильщиком) с использованием лямки.

В зависимости от характера работы лямку можно складывать восьмеркой, кольцом или петлей. Для того чтобы сложить лямку восьмеркой, ее надо развернуть и, пропустив свободный конец под брезентовую накладку, закрепить его в металлической пряжке. Образующаяся фигура двух соединенных между собой колец (петель) напоминает цифру 8. Перед использованием ляжкой ее надо подогнать по своему росту (рис. 16)



Рис. 16. Правильно подогнанная лямка, сложенная восьмеркой

Размер петель правильно подогнанной лямки должен равняться размаху вытянутых на уровне плеч рук. Подогнанная таким образом лямка предназначена для работы в летнем обмундировании (рис. 17).



Рис. 17. Надевание лямки, сложенной восьмеркой, первым способом

Зимой длину сложенной лямки надо несколько увеличить. Лямку, сложенную восьмеркой, можно надевать на себя двумя способами. Первый способ. Сначала надевают поясной ремень и поправляют все носимые на нем предметы, а затем носилочную лямку. Для этого ее берут, в руки, вытянутые над головой, и опускают на плечи так, чтобы перекрест лямки лег между лопатками в верхней части спины (рис. 18).



Рис. 18. Положение лямки, сложенной восьмеркой, при надетом снаряжении

После того как лямка надета и расправлена, надевают сумку санитара (санитарного инструктора); длина ее ремня заранее подгоняется по своему росту.

Неправильно подогнанная или неправильно надетая лямка значительно затрудняет пользование ею. Так, если перекрест лямки расположен слишком высоко, лямка будет сдавливать шею, а при низком его расположении будет соскальзывать с плеч. Снимают снаряжение в обратном порядке. При необходимости лямку можно снять, не снимая остального снаряжения. Для этого одну руку нужно просунуть в петлю так, чтобы петля оказалась снаружи, после чего другой рукой выдернуть лямку из-под снаряжения. Второй способ. Лямку надевают, находясь в полном снаряжении. Ее складывают восьмеркой и продевают под ремни снаряжения, после чего устанавливают перекрест лямки между лопатками, а петли расправляют по сторонам туловища. На все это требуется 50–70 секунд. Для переноски раненого одним санитаром-носильщиком лямку складывают кольцом. Перед использованием лямкой, сложенной кольцом, ее необходимо подогнать по своему росту, так чтобы длина кольца равнялась размаху одной вытянутой руки и другой, согнутой в локте под прямым углом (рис. 19). Сложить лямку кольцом можно за 20–25 секунд.

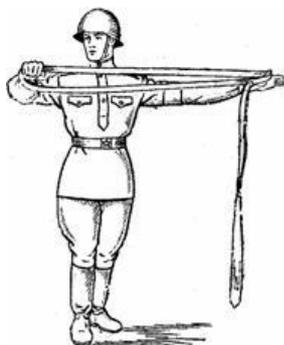


Рис. 19. Правильно подогнанная лямка, сложенная кольцом

Складывание лямки петель производится при оттаскивании раненого на плащ-палатке, в лодке-волокуше, на лыжно-носилочной установке и в других случаях, когда за лямку приходится тянуть. Чтобы сложить лямку петель, надо пропустить конец ее через пряжку-пятистенку и образовать небольшую петлю (соразмерно своему росту). При оттаскивании раненого санитар-носильщик надевает петлю себе через плечо, а оставшийся длинный свободный конец привязывает к лодке-волокуше или лыжно-носилочной установке. К плащ-палатке лямку для прочности привязывают корабельным узлом.

Для переноски раненого санитар может использовать лямку санитарную, сложенную в виде «кольца» или «восьмерки». Лямка, сложенная «кольцом», применяется в случае, если пострадавший не может держаться за носильщика руками или когда санитару надо иметь свободными руки (например, в горах). «Кольцо» подсовывается под лежащего на здоровом

боку раненого с таким расчетом, чтобы им были охвачены: сверху надлопаточная область, внизу – ягодицы. Оставшиеся части «кольца» выводят через подмышки на грудь и переднюю поверхность бедер (рис. 20, 21).

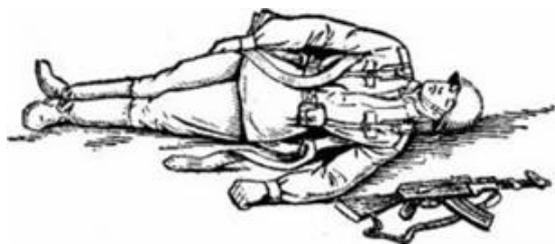


Рис. 20. Раненый, подготовленный к переноске с помощью лямки, сложенной кольцом



Рис. 21. Переноска раненого с помощью лямки, сложенной кольцом

После этого санитар ложится спиной к раненому, надевает на свои надплечья оба полукольца, связывает их концом лямки, поворачивается вместе с раненым на живот, становится на четвереньки и поднимается во весь рост.

В случае использования лямки в виде «восьмерки» ноги раненого просовывают в ее петли. Последние должны быть расположены так, чтобы полотнища колец подхватывали ягодицы, а перекрест лямки находился под тазом пострадавшего или на уровне его подбородка. Санитар ложится спиной к раненому, просовывает свои руки в свободные части петель лямки и надевает их на плечи так, как надевают вещевой мешок или рюкзак. Во втором варианте перекрест лямки должен быть зафиксирован на груди санитара (рис. 22).



Рис. 22. Переноска раненого на ляжке, сложенной, восьмеркой

Способы выноса раненого двумя санитарями (санитарами-носильщиками) с помощью табельных или подручных средств

Два санитаря (санитара-носильщика) могут переносить раненого на лямке, носилках (табельных или импровизированных) и других подручных средствах

Вынос на лямке осуществляется двумя способами.

При первом способе лямку, сложенную «восьмеркой», надевают таким образом, чтобы ее петли были наложены на разноименные плечи санитаров, а перекрест оказался на уровне их тазобедренных суставов. После этого они становятся у изголовья раненого (лицом друг к другу), опускаются на одно колено, приподнимают пострадавшего, усаживают его на перекресте лямки, встают и начинают движение. При втором способе раненый сидит на перекресте верхом и опирается спиной на грудь заднего санитаря (рис.23, 24).



Рис. 23. Переноска раненого на лямке, сложенной восьмеркой (первый способ)



Рис. 24. Переноска раненого на лямке, сложенной восьмеркой (второй способ)

На носилках раненого выносит звено из двух или более человек. В каждом из них назначается старший. После его команды «Носилки взять» оба номера берут носилки и в свернутом состоянии доносят их до раненого. Затем по команде «Развернись» носильщики становятся друг к Другу лицом, раскрывают носилки и, упираясь коленом в каждую из распорок, выпрямляют их до отказа. По команде «Носилки ставь» последние кладут вдоль раненого, головным концом к голове. Сняв с пострадавшего вещевой мешок, скатку и снаряжение, санитары размещают их на носилках так, чтобы они не мешали при переноске.

Поднять раненого с земли и уложить на носилки можно тремя способами.

Первый способ получил название «укладывание на руках». Для выполнения этого приема санитары становятся с противоположной стороны от носилок, опускаются на колени, подсовывают свои руки под раненого (один под спину и поясницу, второй под ягодицы и голени) и по командам «Поднимай», «Опускай» осторожно укладывают его на носилки.

Второй способ – «поднятие за одежду». Один из санитаров (обычно старший) одну руку подсовывает под шею раненого, а другой берется за его поясной ремень. Второй санитар захватывает складки брюк на обеих конечностях и края голенищ сапог. Способ непригоден при наличии у раненого переломов нижних конечностей (рис. 25).



Рис. 25. Поднятие раненого за одежду и укладывание его

Третий способ – «укладывание методом наката» применяется в случаях интенсивного огневого воздействия противника. Санитары подползают к раненому, кладут развернутые носилки вдоль его неповрежденной стороны, переползают на противоположную сторону, подсовывают свои руки под пострадавшего так же, как и при первом способе, и, наклоня носилки, одновременно накатывают на них раненого.

Правила переноски раненых на носилках в различных условиях. Прежде чем приступить к выносу пострадавшего, ему надо придать наиболее удобное положение. При этом необходимо учитывать характер и тяжесть ранения.

Раненных в челюсть и находящихся без сознания размещают лицом вниз. Под лоб им подкладывается согнутая рука, скатка или вещевого мешок. Делается это для того, чтобы пострадавший не погиб от попадания в дыхательные пути крови или рвотных масс. Раненных в грудь переносят в полусидячем положении. В этих целях также используются скатка шинели или вещевого мешок. Раненного в живот кладут на спину с согнутыми в коленях ногами. Под них подкладывают валик из одежды.

Раненного в нижнюю конечность укладывают на здоровый бок. При повреждениях позвоночника поверх полотнища носилок надо предварительно положить какую-нибудь жесткую основу (фанеру, доски и др.).

В случае перелома костей таза под поврежденную область также размещается твердая прокладка, а под колени – валик. Раненных в грудную клетку с повреждениями позвоночника и таза, а также с комбинированными поражениями и обширными ожогами лучше выносить на иммобилизующих

вакуумных носилках. В окопах, ходах сообщения следует пользоваться специальными траншейными носилками.

После того как раненый уложен на носилки, подается команда «По местам». В связи с тем, что пострадавших в большинстве случаев переносят ногами вперед, один из санитаров становится к головному концу носилок, лицом к раненому, а другой – к ножному, спиной к нему. По команде «На лямки» они сгибаются и надевают на ручки носилок петли сложенной «восьмеркой» и надетой на плечи лямки. По сигналам «Поднимай», «Марш» носильщики выпрямляются и начинают движение, стараясь идти не в ногу.

Переноса раненого, следует всегда помнить, что его состояние может значительно ухудшиться от резких толчков в ходе выноса, чрезмерных наклонов носилок в стороны и по вертикали, сползания с них пострадавшего, воздействия на него неблагоприятных факторов климата и т. д. Нести раненого надо бережно, плавно, стараясь сохранить горизонтальное положение носилок в любых условиях. При этом санитар, идущий сзади, должен наблюдать за состоянием выносимого и, если надо, подавать сигнал о необходимости оказания ему помощи. Особенно внимательным следует быть при действиях на труднопроходимых участках местности, при подъемах и спусках, выносе по горным тропам и узким ходам сообщения. Во время движения впереди идущий санитар должен предупреждать заднего о неровностях пути, сложных поворотах и др. Если на маршруте выноса встречаются какие-либо препятствия, их надо обойти или преодолеть с соблюдением мер предосторожности. Для переноса носилок через невысокий забор или ограду санитары опускают их на землю, встают по обе стороны, берутся за среднюю часть брусьев и, осторожно подняв, опускают ручки переднего конца носилок на препятствие. Затем один из санитаров удерживает противоположный конец носилок, а другой, перебравшись через препятствие, принимает их. Подняв носилки, они оба проносят их над забором (оградой) и опускают ручки ножного конца на препятствие с другой стороны. После этого перелезает второй санитар. Он берет свой конец носилок и вместе с первым санитаром продолжает движение вперед.

Так же происходит перенос раненых через рвы, окопы, каналы и т. п. препятствия, с той лишь разницей, что носилки предварительно ставят на край преграды. При подъеме в гору пострадавшего несут головой вперед (за исключением тех случаев, когда повреждены нижние конечности или выносу предшествовала большая кровопотеря). Для того чтобы раненому придать нужное положение, санитары ставят носилки на землю и поворачиваются на 180°. Затем они снова берут их и по команде «Налево» (направо) кругом» носильщик, оказавшийся спиной к голове раненого, заходит влево (вправо) кругом, а второй поворачивается на месте в ту же сторону. Выйдя на нужное направление, они начинают движение. Подъем в гору удобнее проводить усиленным звеном (3–4 человека). При этом идущий впереди санитар пользуется ляжкой носилочной и держит носилки за их ручки; задние санитары несут носилки на плечах, обеспечивая раненому горизонтальное положение (рис. 26).



Рис. 26. Переноска раненого в горах усиленным звеном санитаров-носильщиков (подъем).

При спуске поступают наоборот. Двое идущих впереди укладывают ручки носилок на плечи, а третий сзади поддерживает их руками и лямкой. Санитары-носильщики должны уметь повернуться кругом - не ставя носилки на землю (например, на зараженной местности). Санитар-носильщик, идущий впереди, выставляет несколько вперед полусогнутую в колене ногу, развертывая ее коленом наружу. Положив затем носилки себе на бедро согнутой ноги, опускает руку с одной ручки носилок и перехватывает другую ручку носилок (рис. 27).

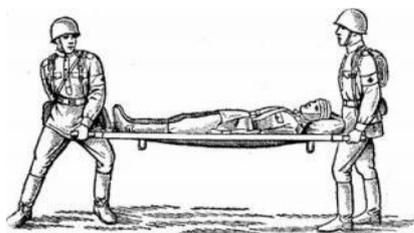


Рис. 27. Санитар-носильщик (первый номер) выполняет команду «Кругом»

После этого он меняет положение другой руки и заканчивает поворот, становясь лицом к другому санитару-носильщику. Затем таким же образом производит поворот второй санитар-носильщик.

В ходах сообщения полного профиля носилки переносят на плечах, в неглубоких окопах и ходах сообщения – на руках.

Всех раненых выносят обязательно с их личным оружием, которое затем передают командиру подразделения или сдают вместе с пострадавшим на медицинском пункте. При переноске зимой раненого нужно хорошо укутать и снабдить по возможности грелкой. Летом уберечь пострадавшего от интенсивного облучения солнечными лучами можно путем укрытия его накидкой медицинской или плащ-палаткой. Большие расстояния (свыше 600–800 м) преодолеваются эстафетным способом. При этом весь маршрут разбивается на участки по 200–300 м.

В начале каждого из них располагается звено санитаров-носильщиков, которое переносит раненого только до соседней «подставы». Получив взамен грузеных свободные носилки, оно возвращается в исходное положение. Для переноски раненого на близкие расстояния можно использовать плащ-палатку, одеяло или простыню (рис.28).

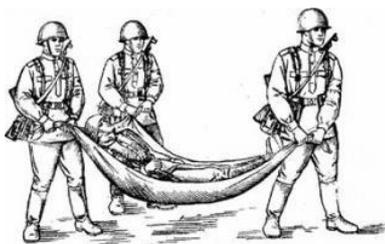


Рис. 28. Переноска раненого на плащ-палатке (одеяле)

Задание 2.

1. Вынос раненого на «замке» из рук
2. Переноска раненного на лямке, сложенной, восьмеркой
3. Поднятие раненого за одежду и укладывание его
4. Переноска раненого одним санитаром-носильщиком на руках
5. Переноска раненого одним санитаром-носильщиком на спине
6. Переноска раненого на носилках

Оформление результатов работы:

Написать краткое сообщение:

1. Средства оказания первой медицинской помощи.
2. Способы выноса раненого

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

<i>№ п/п</i>	<i>Автор</i>	<i>Название основной учебной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины</i>	<i>Выходные данные</i>	<i>Количество экземпляров в библиотеке ДГУНХ/адрес доступа</i>
<i>I. Основная учебная литература</i>				
1.	Белов С.В.	Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1: учебник для среднего профессионального образования.	Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 350 с.	URL: https://urait.ru/bc/ode/472009
<i>II. Дополнительная учебная литература</i>				
<i>A) Дополнительная учебная литература</i>				
1.	Мисюк М.Н.	Основы медицинских знаний: учебник и практикум для среднего профессионального	Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 499 с.	URL: https://urait.ru/bc/ode/489780

	образования.		
Б) Официальные издания: сборники законодательных актов, нормативно-правовых документов и кодексов			
1.	Федеральный закон от 12 февраля 1998 г. № 28-ФЗ «О гражданской обороне». - http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_17861/		
2.	Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». - http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_5295/		
3.	Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения». http://www.consultant.ru		
4.	Федеральный закон от 27.05.1998 N 76-ФЗ (ред. от 01.07.2021) "О статусе военнослужащих" - http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_18853/3c456a16e97c42f73e0057224ccf1dcc7e19b6c3/		
5.	Федеральный закон "О воинской обязанности и военной службе" от 28.03.1998 N 53-ФЗ (последняя редакция) - http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_18260/ .		
6.	Федеральный закон "О внесении изменений в Федеральный закон "О воинской обязанности и военной службе" от 06.02.2019 N 8-ФЗ (последняя редакция) - http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_317578/ .		
7.	"Военная доктрина Российской Федерации" (утв. Президентом РФ 25.12.2014 N Пр-2976) - http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_172989/		
В) Периодические издания			
1.	Журнал «Основы безопасности и жизнедеятельности» http://obj.mchsmedia.ru/ .		
Г) Справочно-библиографическая литература			
2.	Справочник по БЖ. - https://spravochnick.ru/bezopasnost_zhiznedeyatelnosti/		
3.	Словарь по ОБЖ - http://www.hi-edu.ru/e-books/xbook908/01/part-016.htm		

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к одной или нескольким электронно-библиотечным системам и к электронной информационно-образовательной среде университета (<http://e-dgunh.ru>). Электронно-библиотечная система и электронная информационно-образовательная среда обеспечивает возможность доступа, обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории образовательной организации, так и вне ее.

Для освоения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» могут быть использованы материалы следующих интернет-сайтов:

1. <https://xn--b1aew.xn--p1ai/> – (сайт МВД РФ).
2. <https://www.mil.ru/> – (сайт Минобороны).

3. <https://xn----7sbbfb7a7aej.xn--p1ai/obzh/obzh.html> - Персональный сайт Иванова А.М.
4. <http://www.obzh.ru>– Федеральный образовательный портал по Основам безопасности жизнедеятельности.
5. <http://fizkultura-obg.ru>– Сайт о спорте, физической культуре и здоровом образе жизни.
6. <http://www.school-obz.org> – ОБЖ в школе.
7. <http://www.fireman.ru> – Пожарная безопасность: Сайт пожарных спасателей МЧС.
8. <http://eun.chat.ru> - Каталог по безопасности жизнедеятельности.
9. <http://kopilkaurokov.ru/obzh>– ОБЖ - уроки, тесты, презентации, конспекты.
10. <http://www.meduhod.ru> – руководство для ухаживающих для больных.