

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«Кузбасский государственный технический университет имени Т. Ф. Горбачева» в г.Белово
(филиал КузГТУ в г.Белово)

Инженерно - экономическая кафедра

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ

Методические указания к практическим работам
по дисциплине «Основы безопасности и защиты Родины»
для обучающихся всех специальностей СПО

Составитель С.Ю. Аксененко

Рассмотрены и утверждены на
заседании кафедры
Протокол № 1 от 13.09.2025 г.
Рекомендовано учебно-методической
комиссией специальностей СПО в
качестве электронного издания для
использования в учебном процессе
Протокол № 1 от 16.09.2025 г.

Белово
2025

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Общие методические рекомендации и указания по выполнению практических работ.	4
Практическое занятие № 1 Дружба и войсковое товарищество. Порядок вручения Боевого знамени воинской части и приведения к Военной присяге (принесения обязательства).	6
Практическое занятие № 2 Структура, основные задачи, деятельность МЧС России.	7
Практическое занятие № 3 Способы проведения аварийно-спасательных работ.	8
Практическое занятие № 4 Источники опасности в природной среде связанные с особенностями региона проживания	9
Практическое занятие № 5 Проблемы экологического характера Кемеровской области – Кузбасса	11
Практическое занятие № 6 Технологический терроризм. Кибертерроризм.	12
Практическое занятие № 7 Способы оценивания психического здоровья.	13
Практическое занятие № 8 Формирование индивидуального негативного отношения к наркотикам.	17
Практическое занятие № 9 Первая помощь и правила её оказания. Юридическая ответственность при оказании первой помощи. Правила оказания помощи при переломах.	18
Практическое занятие № 10 Правила оказания помощи при различных видах кровотечений. Первая помощь при отравлениях.	19
Практическое занятие №11 Правила транспортировки пострадавших в зависимости от травм.	20
Список литературы	21

ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации призваны оказывать помощь студентам в изучении основных понятий, идей, теорий и положений дисциплины, изучаемых в ходе конкретного занятия, способствовать развитию их умений и навыков.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

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

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- 1) для ведения здорового образа жизни;
- 2) оказания первой медицинской помощи;
- 3) развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- 4) вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- 1) основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- 2) потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- 3) основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- 4) основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- 5) порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- 6) состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- 7) основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- 8) основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- 9) требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- 10) предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- 11) предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

1. ОБЩИЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ И УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

1.1 Подготовка к практическому занятию

Внимательно ознакомиться с описанием соответствующего практического занятия и установить, в чем состоит основная цель и задача этой работы.

По лекционному курсу и соответствующим литературным источникам изучить теоретическую часть, относящуюся к данному практическому занятию.

Выполнение практических занятий

Успешное выполнение работы может быть достигнуто в том случае, если обучаемый представляет себе цель выполнения практического занятия, поэтому важным условием является тщательная подготовка к практической работе.

Как пользоваться методическими указаниями

1. сначала ознакомьтесь с теоретической частью, чтобы составить себе общее представление о тематике предстоящей работы;

2. затем переходите к выполнению заданий, внимательно прочтите текст задания, который часто представляет собой алгоритм будущих технологических действий; в каждом новом задании для наглядности описана технология выполнения для достижения поставленной в задании цели.

1.2 Оформление отчетов по практическим занятиям

Требования к структуре и оформлению отчета по практическим занятиям:

1. отчет по практическим занятиям состоит из титульного листа, отчетов по практическим работам

2. каждая работа содержит цель, ход работы, ответы на вопросы самоконтроля и вывод о проделанной работе;

3. отчет выполняют, руководствуясь следующими положениями:

- отчет выполнять на листах формата А4;
- записать на первом листе цель и постановку задачи;
- оформлять работу шрифтом Times New Roman.

Форма отчетности – письменный отчет о практическом занятии на электронном носителе с устной защитой преподавателю.

2. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

№ работы	Тема
1	Дружба и войсковое товарищество. Порядок вручения Боевого знамени воинской части и приведения к Военной присяге (принесения обязательства).
2	Структура, основные задачи, деятельность МЧС России.
3	Способы проведения аварийно-спасательных работ.
4	Источники опасности в природной среде связанные с особенностями региона проживания
5	Проблемы экологического характера Кемеровской области – Кузбасса
6	Технологический терроризм. Кибертерроризм.
7	Способы оценивания психического здоровья.
8	Формирование индивидуального негативного отношения к наркотикам.
9	Первая помощь и правила её оказания. Юридическая ответственность при оказании первой помощи. Правила оказания помощи при переломах.
10	Правила оказания помощи при различных видах кровотечений. Первая помощь при отравлениях.
11	Правила транспортировки пострадавших в зависимости от травм.

Практическая работа № 1 «Дружба и войсковое товарищество. Порядок вручения Боевого знамени воинской части и приведения к Военной присяге (принесения обязательства)».

Цель работы: Закрепить теоретические знания о порядке вручения Боевого знамени воинской части и приведения к Военной присяге (принесения обязательства), понятие о дружбе и войсковом товариществе.

Ход работы:

Задание 1. Ответьте на вопросы:

1. Что такое военная присяга?
2. Какой правовой акт регламентирует приведение военнослужащих к Военной присяге?
3. Кем утверждается текст военной присяги?
4. Какие военнослужащие приводятся к Военной присяге, а какие приносят обязательство перед Государственным флагом РФ и Боевым знаменем воинской части?
5. В какой период военнослужащие приводятся к Военной присяге?
6. Закрепляется ли оружие и военная техника за военнослужащим до приведения его к Военной присяге?
7. В чем состоит ритуал принятия военной присяги?
8. Какая отметка делается в военном билете и учетно-послужной карточке военнослужащего после приведения к военной присяге?

Задание 2. Как Вы понимаете следующие слова из Устава воинского, Военной присяги и Морского устава времен Петра I:

- «Обещаюсь и клянусь всемогущим Богом, что от команды и знамя, где принадлежу, хотя в поле, обозе или гарнизоне, никогда не отлучаться, но за оным, пока жив, следовать буду»;
- «Кто знамени присягал единожды, тот у одного до смерти стоять должен»;
- «Когда опасный случай в ретирade учинится, тогда знамя от древка отодрать надлежит и у себя схоронить или около себя обвить, и такого себя со оным спасти»;
- «Кто знамя свое или штандарт до последнего часа своей жизни не оборонит, оный не достоин есть, чтобы имя солдат иметь»;
- «Все воинские корабли российские не должны ни перед кем опускать флаги, вымпелы или марсели, под страхом лишения живота».

В ходе ответов давать пояснения, свое толкование, выражать другое мнение.

Задание 3. Просмотрите презентацию, видеофильм о Военной присяге. Запишите слова присяги в тетрадь. Проанализируйте содержание Военной присяги. Расскажите присягу наизусть.

Форма отчетности - отчет о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 2 «Структура, основные задачи, деятельность МЧС России».

Цель работы: Сформировать знания о структуре, задачах и деятельности МЧС России, а также о Единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Ход работы:

Задание: Изучите темы и раскройте ответы на вопросы

1. Что включает в себя структура МЧС России?
2. Основные задачи МЧС России.
3. Когда и с какой целью было создано МЧС России?
4. Какие основные задачи по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени решает МЧС России?
5. Какие силы МЧС России обеспечивают немедленное реагирование при возникновении чрезвычайной ситуации?
6. Какова роль МЧС России в современных условиях в защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени?
7. Почему одним из важнейших направлений деятельности МЧС России является формирование культуры безопасности жизнедеятельности у всего населения страны?

В ходе ответов давать пояснения, свое толкование, выражать другое мнение.

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 3 «Способы проведения аварийно-спасательных работ».

Цель работы: Закрепить теоретический материал по организации аварийно-спасательных работ (АСР) и выработать навыки их применения в практических расчётах.

Ход работы:

Задание № 1.

- Изучить нормативную базу, касающуюся проведения аварийно-спасательных работ;
- Описать алгоритм действий, средств, используемых при работах, и мер безопасности.

Задание № 2.

Раскрыть вопросы:

- Какие существуют способы доставки к месту тушения пожара оборудования, приборов и средств защиты?
- Как происходит локализация и ликвидация горения?
- Какие есть способы проведения разведки пожара, и в чём заключаются обязанности, ведущих её?
- Каковы способы самостраховки и транспортировки пострадавших, как в группе, так и в одиночку?
- Как происходит укрепление или обрушение конструкций, грозящих обвалом?
- Какие существуют способы спасения людей и имущества, в том числе перемещение их в безопасное место?
- Как происходит оценка обстановки в месте нахождения пострадавшего, и как обеспечиваются безопасные условия для оказания ему первой помощи и психологической поддержки?
- Какие есть технические возможности и правила применения средств связи, правила ведения переговоров и способы поддержания связи со всеми участниками спасательных работ?
- Каковы особенности проведения аварийно-спасательных работ при различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера?

В ходе ответов давать пояснения, свое толкование, выражать другое мнение.

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 4 «Источники опасности в природной среде связанные с особенностями региона проживания».

Цель работы: Сформировать представление о развернутой классификации природных опасностях, причинах их возникновения и способах защиты людей от природных опасностей.

Ход работы:

Задание № 1.

Заполните таблицу классификации чрезвычайных ситуациях природного происхождения:

Вид	Область дислокации	Количество пострадавших	Экономический ущерб МРОТ
Локальные	Зона аварии не выходит за пределы территории объекта производственного или социального назначения	Пострадало до 10 человек	Составляет свыше 40, но не более 1000 мин. заработных плат на день возникновения ЧС
Муниципальные			
Межмуниципальные			
Региональные			
Межрегиональные			
Федеральные			
Трансграничные			

Задание № 2.

Раскройте вопросы:

1. Какие опасные явления характерны для разных регионов России? Например, для горных территорий –оползни, обвалы, лавины. Для Кавказа, гор Южной Сибири и Юга Дальнего Востока. Какие опасные явления характерны для региона, где проживаете Вы?
2. Как связаны между собой некоторые опасные природные явления? (например, землетрясение может вызвать наводнение, оползни).
3. Почему на глинистых грунтах оползни случаются чаще?
4. Почему важно узнавать о климатических условиях региона и возможных природных угрозах?
5. Почему при отдыхе на природе необходимо соблюдать правила безопасности и использовать правильное снаряжение?

6. Почему важно оставаться в группе или рядом с лагерем, особенно новичкам и детям, которые могут легко потеряться?
7. Почему важно запоминать характерные ориентиры: крупные деревья, холмы, ручьи?
8. Почему при купании или сплаве необходимо соблюдать меры предосторожности и использовать спасательные средства?
9. Почему важно информировать близких о планируемом маршруте, предполагаемых сроках возвращения и контрольных точках?

В ходе ответов давать пояснения, свое толкование, выражать другое мнение.

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 5 «Проблемы экологического характера Кемеровской области – Кузбасса».

Цель работы: Изучить экологическое состояние региона, выявить источники загрязнений. Проанализировать негативное влияние промышленности на окружающую среду, которая является основным источником выбросов веществ в атмосферу.

Ход работы:

Задание.

Раскрыть вопросы, относящиеся к экологической ситуации Кемеровской области-Кузбассу:

1. Характеристика загрязнения атмосферы.
2. Характеристика загрязнения водоемов.
3. Состояние рекультивации земель.
4. Охрана недр.
5. Утилизация и обезвреживание отходов.
6. Состояние растительного мира.
7. Проблемы лесопользования.
8. Состояние животного мира.
8. Эколого-гигиенические проблемы.

Выводы.

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 6 «Технологический терроризм. Кибертерроризм».

Цель работы: Изучить терроризм и экстремизм, террористическую и экстремистскую деятельность, роль нравственных позиций и личных качеств человека в формировании антитеррористического поведения.

Ход работы:

Задание.

1. Сформировать понятия: терроризм, технологический терроризм, кибертерроризм, жизненные ориентиры, культура безопасности жизнедеятельности.
2. Рассмотреть главную цель современного терроризма.
3. Выявить ряд факторов, которые могут способствовать вовлечению человека в террористическую деятельность.
4. Изучить качества, которые делают человека более защищенным от влияния идеологии насилия и экстремистского мышления.
5. Рассмотреть, как формируется антитеррористическое поведение.
6. Проанализировать воспитание личности безопасного типа.

В ходе ответов давать пояснения, свое толкование, выражать другое мнение.

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 7 «Способы оценивания психического здоровья».

Цель работы: Уметь оценивать психическое состояние, стрессовые ситуации. Определять типы нервной системы.

Ход работы:

Краткие сведения. Проблема психических состояний сводится к трем направлениям.

В первом направлении психическое состояние рассматривается как совокупность показателей психической сферы человека, характеризующих личность в данный момент времени. Так, Н.Д. Левитов определяет психическое состояние следующим образом: «Это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений деятельности, предшествующего состояния и психических свойств личности». Обосновывая такое толкование психического состояния, им затрагивается вопрос о термине «состояние», выделяется четыре значения этого термина:

- 1) временное положение, в котором кто-нибудь, что-нибудь находится;
- 2) звание;
- 3) наличие чего-либо (например, имущественный ценз);
- 4) готовность к действию.

И как отмечает автор: «Несомненно, только первое значение адекватно психическому состоянию». Таким образом, психическое состояние – временная (на каком-то отрезке времени) характеристика психической деятельности (функционирования психики).

Во втором направлении психическое состояние рассматривается как фон, на котором разворачивается психическая деятельность, уровень и направленность психической активности личности. Явление психического состояния выводится из понятия тонуса – «уровня активности пассивности нервно психической деятельности». Психическим эквивалентом тонуса рассматривается психическое состояние как общий фон всей психической деятельности. Такой подход связан с представлениями о функционировании мозга, интегральным проявлением которого является уровень активации центральной нервной системы. Это объективная составляющая психического состояния. Вторая составляющая – это отношение субъекта (субъективная оценка значимости ситуации или предмета, на который направлено сознание человека), выражающееся в переживаниях человека, связанных с предметами или особенностями деятельности.

В третьем направлении психическое состояние рассматривается как системная реакция психики человека на изменения условий. Наиболее полно и последовательно этот подход представлен Е.П. Ильиным. В основе жизнедеятельности живого организма лежат механизмы приспособления, целенаправленности и самосохранения. Если *психическое состояние* – неотъемлемая составляющая жизнедеятельности человека, то в его определении должны быть отражены закономерности реализации этих механизмов. Состояние как реакция – это при чинно-обусловленное явление, реакция не отдельных систем или органа, а личности в целом. Е.П. Ильиным дается следующее определение психического состояния: «это целостная реакция личности на внешние и внутренние стимулы, направленная на достижение полезного результата». При этом выделяются психологическая сторона состояния – переживания и чувства, и физиологическая – изменение физиологических функций. Таким образом, можно сказать, что *психическое состояние как результат целостной приспособительной реакции личности в ответ на изменения внешних и внутренних условий, направленной на достижение полезного результата, проявляется в переживаниях и степени мобилизации функциональных возможностей. В таком понимании психического состояния раскрывается содержательная сторона этого явления, дающая представление о принципах его детерминации.*

Задание № 1.

1. Изучить психические свойства и процессы, свойства нервной системы, виды психических состояний, общие сведения о психических состояниях человека.
2. Изучить характеристики особых психических состояний.
3. Изучить классификацию психических состояний.

Задание № 2.

1. Изучить инструкция к тесту-опроснику.
2. Ответить на вопросы теста-опросника.
3. Обработать результаты тестирования.
4. Записать результаты обработки тестирования.

Ответьте на следующие вопросы, выбрав тот вариант, который наиболее точно описывает ваше состояние. Будьте откровенны с собой при ответах. Номер ответа является баллом для подсчёта результатов теста.

А. Вы ощущаете постоянное напряжение и тревожность?

1. Всегда 2. Иногда 3. Никогда

Б. Бывают ли у вас проблемы со сном?

1. Регулярно 2. Иногда 3. Редко или никогда

В. Как часто вы чувствуете себя усталым(ой) и изматывающимся?

1. Почти каждый день 2. Иногда 3. Очень редко или никогда

Г. Ваше настроение изменчиво и подвержено частым перепадам?

1. Да, часто 2. Иногда 3. Нет, редко

Д. Бывает ли у вас чувство пустоты и отчуждения?

1. Да, регулярно 2. Иногда 3. Редко или никогда

Е. У вас есть мысли о смерти или желание причинить себе вред?

1. Да, регулярно 2. Иногда 3. Нет, никогда

Ж. Как часто вам приходится сталкиваться с проблемами концентрации и забывчивостью?

1. Почти каждый день 2. Иногда 3. Редко или никогда

З. Бывает ли у вас чувство страха, паники или беспокойства?

1. Да, регулярно 2. Иногда 3. Нет, редко

И. У вас есть проблемы с управлением стрессом?

1. Да, часто 2. Иногда 3. Нет, редко

К. Как часто вы ощущаете себя одиноким(ой) и изолированным(ой)?

1. Почти каждый день 2. Иногда 3. Редко или никогда

Обработка результатов: Складывая результаты ваших ответов, вы можете оценить, насколько вы подвержены психологическим проблемам. Результаты теста будут в диапазоне от 10 до 30 баллов.

30 БАЛЛОВ

Высокий уровень психологического здоровья:

Человек с высоким уровнем психологического здоровья чувствует себя уравновешенным и способным эффективно взаимодействовать с окружающим миром. Он обладает высокой самооценкой и положительным отношением к себе, что помогает ему принимать правильные решения и справляться со стрессовыми ситуациями. Человек находится в гармонии с самим собой и окружающими, что способствует развитию и успеху в различных сферах жизни.

20 - 29 БАЛЛОВ

Средний уровень психологического здоровья:

Люди со средним уровнем психологического здоровья часто испытывают эмоциональные колебания и стресс, однако они способны справляться с ними. В редких случаях прибегают к помощи специалистов. Они обладают адаптивностью и готовностью к развитию, но иногда им не хватает уверенности и позитивного мировоззрения. Это является причиной обращения к психологам. Такие люди, как правило, осознают необходимость заботы о своем психическом состоянии и стремятся к самоусовершенствованию.

10 - 19 БАЛЛОВ

Низкий уровень психологического здоровья:

Люди с низким уровнем психологического здоровья часто страдают от депрессии, тревожности и других психических расстройств. Они могут испытывать трудности в общении, снижение самооценки и негативное отношение к себе. Часто такие люди нуждаются в профессиональной помощи и поддержке, чтобы улучшить свое психическое состояние и вернуться к полноценной жизни.

Вывод: Важно понимать, что психологическое здоровье – это не постоянная статичная характеристика, а скорее динамическое состояние, которое может меняться в течение времени. Формирование и поддержание высокого уровня психологического здоровья требует самоанализа, саморазвития и умения эффективно управлять своими эмоциями и стрессом. Поддерживайте свое психологическое состояние в балансе и стремитесь к оптимальному здоровью, чтобы наслаждаться полной и благополучной жизнью.

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 8 «Формирование индивидуального негативного отношения к наркотикам».

Цель работы: Повысить уровень информированности обучающихся о проблемах, связанных с наркотиками, и сформировать у каждого участника собственную позицию по отношению к наркопотреблению.

Ход работы:

Задание № 1.

Отработать упражнение «Спорные утверждения». Участники выясняют свои взгляды на проблему наркомании. Для этого используют листы бумаги, на которых написаны утверждения с вариантами «согласен» и «не согласен».

Инструкция к работе - руководитель зачитывает спорные утверждения, связанные с проблемой наркомании. Каждый обучающийся записывает своё мнение и обосновывает своё решение («Почему я считаю именно так?»).

Задание № 2.

Раскрыть вопросы:

1. Объяснить понятие «наркотик».
2. Последствия употребления наркотиков.
3. Уголовная ответственность за незаконное приобретение и хранение наркотиков.
4. Как сформировать собственное мнение, чтобы не поддаваться чужому влиянию.

Задание № 3. Создать коллаж на тему: «Я выбираю жизнь!»

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 9 «Первая помощь и правила её оказания. Юридическая ответственность при оказании первой помощи. Правила оказания помощи при переломах».

Цель работы: Повысить уровень знаний правил оказания первой помощи, оказание доврачебной помощи при переломах пострадавшего. Освоить юридическую ответственность при оказании первой помощи.

Ход работы:

Задание.

Раскрыть вопросы:

1. Понятие первой помощи, основная цель первой помощи.
2. Составить схему универсального алгоритма оказания первой помощи.
3. Разъяснить юридические основы оказания первой помощи в Российской Федерации.
4. Первая помощь при переломах. Приемы и способы иммобилизации с применением табельных и подручных средств. Способы и правила переноски и транспортировки пострадавших.

Вывод.

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 10 «Правила оказания помощи при различных видах кровотечений. Первая помощь при отравлениях».

Цель работы: Овладеть основными приемами оказания первой помощи при различных видах кровотечений, первой помощи при отравлениях.

Ход работы:

Задание № 1.

Продолжите фразу:

Кровотечение это...

Временная остановка наружного кровотечения часто является...

Травма это...

Кровотечение является наружным, если...

Кровотечение является внутренним, если...

Самый опасный вид кровотечения...

Смешанное кровотечение это...

Венозное кровотечение характеризуется...

Отравление это...

При отравлении ядовитыми веществами через дыхательные пути необходимо...

При отравлении угарным газом необходимо...

При отравлении через кожный покров необходимо...

Задание № 2.

Опишите правильный порядок действий наложения жгута при артериальном кровотечении.

Задание № 3.

Решите ситуационные задачи.

1. Во время бытовой травмы у пострадавшего из раны на руке вытекает кровь равномерной струей, которая имеет темно-вишневую окраску. Определите вид кровотечения и меры оказания первой помощи.

2. У пострадавшего в результате неудачного падения появилась кровавая пена на губах во время кашля. Определите вид кровотечения и меры оказания первой помощи.

Сделать вывод о проделанной работе.

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

Практическая работа № 11 «Правила транспортировки пострадавших в зависимости от травм».

Цель работы: Ознакомиться с правилами оказания первой помощи при переломах и транспортировкой пострадавших.

Ход работы:

Задание № 1.

Продолжите фразу:

Иммобилизация это...

Основными мероприятиями при транспортировке пострадавших являются следующие...

Основными видами транспортных шин являются...

Оптимальной позой при транспортировке пострадавшего с травмой затылочной части головы является...

Оптимальной позой при транспортировке пострадавшего с травмой глаза, груди, дыхательных путей является...

Оптимальной позой при транспортировке пострадавшего с травмой спины, ягодиц, тыльной поверхности ног является...

Требования к наложению шин на конечности предъявляются следующие...

Задание № 2.

Ситуационная задача: пострадавший находится в бессознательном состоянии, с травмами головы, позвоночника, конечностей. Нужно организовать транспортировку, чтобы не причинить боль и не нанести вторичную травму. При переносе пострадавшего необходимо учесть, что необходим подъем по лестнице перед тем как переместить его в транспортное средство.

Важно! Правила транспортировки пострадавших в зависимости от травм зависят от характера повреждений (кровопотеря, переломы и т.д.). Неправильное перемещение может усугубить травму, поэтому важно учитывать вид травмы и состояние пострадавшего.

Сделать вывод о проделанной работе.

Форма отчётности - отчёт о практической работе в письменном виде.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

3.2.1. Основная литература

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для спо / Н. В. Горькова, А. Г. Фетисов, Е. М. Мессинева, Н. Б. Мануйлова. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2025. — 220 с. — ISBN 978-5-507-50470-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/440114>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 413 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19943-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/557358>.

3.2.2. Дополнительная литература

1. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности / В. С. Долгов. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 188 с. — ISBN 978-5-507-45851-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/288905>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Широков, Ю. А. Защита в чрезвычайных ситуациях и гражданская оборона / Ю. А. Широков. — 2-е изд., испр. и доп. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 556 с. — ISBN 978-5-8114-9508-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/293030>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 638 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16455-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544897>.

4. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17449-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535663>..

3.2.4 Интернет ресурсы

1. Официальный сайт Кузбасского государственного технического университета имени Т.Ф. Горбачева. Режим доступа: <https://kuzstu.ru/>.
2. Официальный сайт филиала КузГТУ в г. Белово. Режим доступа: <http://belovokyzgty.ru>.
3. Электронная обучающая система филиала КузГТУ в г. Белово. Режим доступа: <http://eos.belovokyzgty.ru/>.
4. Электронные библиотечные системы:
 - Образовательная платформа Юрайт [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://urait.ru/>.
 - Электронная библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>
 - Электронная библиотека издательства Академия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://academia-library.ru/>
 - Электронная библиотечная система ZNANIUM.COM [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://znanium.com/>
5. Безопасность в техносфере [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.magbvt.ru>.
6. База данных информационной системы «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru/>.
7. Официальный сайт МЧС РФ [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.mchs.gov.ru>.
8. Университетская информационная система «РОССИЯ» <http://uisrussia.msu.ru/>
9. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. — URL: <http://bzhde.ru>.