

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский государственный технический  
университет имени Гагарина Ю.А.»

Энгельсский технологический институт (филиал)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ЭТИ (филиал) СГТУ  
имени Гагарина Ю.А.  
В.В. Мелентьев  
«28» июня 2023 г.

**Методические указания  
по выполнению практических занятий учебной дисциплины  
ОП.11 Безопасность жизнедеятельности**

по специальности:


38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Энгельс 2023

## РАССМОТРЕНО

на заседании ПЦМК

Председатель ПЦМК

 /М.Л. Ермакова  
Подпись Ф.И.О.

Протокол № 11

от «23» июня 2023 г.

## РЕКОМЕНДОВАНО

Методическим советом ОСПДО  
к использованию в учебном процессе

Протокол №9

от «28» июня 2023 г.

## ОРГАНИЗАЦИЯ - РАЗРАБОТЧИК:

Энгельсский технологический институт (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовский государственный технический университет имени Гагарина Ю.А.»

**РАЗРАБОТЧИК:** Хабаров Б.В., преподаватель спец. дисциплин ОСПД

### Пояснительная записка

По учебному плану в соответствии с рабочей программой на изучение дисциплины ОП 11. Безопасность жизнедеятельности для специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике обучающимися предусмотрено аудиторных занятий – 120 часов, из них практических занятий – 20 часов. В методические указания включены 10 практических работ по темам курса. Каждая практическая работа содержит сведения о цели ее проведения и последовательность выполнения работы, включает методические рекомендации к выполнению работы.

Практические занятия направлены на решение разного рода задач, в том числе профессиональных, работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками, составление технической и специальной документации и др.

Наличие положительной оценки по практическим работам необходимо для получения допуска к дифференцированному зачету.

Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

ОК 01. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 02. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 03. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность

ОК 04. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 05. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 06. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями..

ОК 07. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 08. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 09. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

В ходе изучения дисциплины студент должен

#### **уметь:**

- организовывать и проводить мероприятия по защите работников и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

- применять первичные средства пожаротушения;

- применять первичные средства пожаротушения;

- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

- оказывать первую помощь пострадавшим;

**знать:**

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ**

Номер и тема раздела	Номер практического занятия	Наименование темы занятия	Кол-во часов (ауд.)
1	2	3	3
<b>Раздел I</b> <b>ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ МИРНОГО И ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ,</b> <b>ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ</b>			
<b>Тема 1.1</b> <b>Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера</b>	1	<b>Практическое занятие № 1</b> 1. Чрезвычайные ситуации военного характера. Опасности, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий (прямые, косвенные, связанные с изменением среды обитания людей).	2
	2	<b>Практическое занятие № 2</b> Ядерное, химическое, бактериологическое оружие. Обычные средства поражения. Международный и внутригосударственный терроризм. Мероприятия по предупреждению возникновения и развития чрезвычайных ситуаций	2
<b>Тема 1.2.</b> <b>Организационные основы защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</b>	3	<b>Практическое занятие № 3</b> Гражданская оборона, её структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий	2

<b>Тема.1.3. Основные принципы и нормативная база защиты населения от чрезвычайных ситуаций</b>	4	<b>Практическое занятие № 4</b> Правила безопасного поведения при пожарах. Комплекс стандартов «БЧС» - «Безопасность в чрезвычайных ситуациях». Задачи и содержание комплекса «БЧС».	2
			2
<b>Тема.1.4. Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики</b>	5	<b>Практическое занятие № 5</b> Организация и выполнение эвакуационных мероприятий. Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций	
<b>РАЗДЕЛ 2 ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ</b>			
<b>Тема 2.5. Строевая подготовка</b>	6	<b>Практическое занятие № 6</b> Строевые приемы и движения без оружия	2
<b>Тема 2.7. Огневая подготовка</b>	7	<b>Практическое занятие № 7</b> Разборка и сборка автомата Калашникова, уход за стрелковым оружием, хранение и сбережение. Выполнение упражнений начальных стрельб.	2
<b>РАЗДЕЛ 3 ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ</b>			
<b>Тема 3.1. Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях.</b>	8	<b>Практическое занятие № 8</b> Оказание первой медицинской помощи	2
	9	<b>Практическое занятие № 9</b> Неотложные реанимационные мероприятия (сердечно-легочная реанимация, противошоковые мероприятия)	2
	10	<b>Практическое занятие № 10</b> Остановка кровотечений	2
<b>Всего:</b>			<b>20</b>

**РАЗДЕЛ I ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ МИРНОГО И ВОЕННОГО  
ВРЕМЕНИ, ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ  
ТЕМА 1.1 ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО, ТЕХНОГЕННОГО И  
ВОЕННОГО ХАРАКТЕРА**

**Практическое занятие № 1**

**Чрезвычайные ситуации военного характера. Опасности, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий (прямые, косвенные, связанные с изменением среды обитания людей).**

**Цель работы:** изучить чрезвычайные ситуации военного характера, опасности, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий (прямые, косвенные, связанные с изменением среды обитания людей).

**Порядок выполнения работы**

1. Подготовить доклад и обсудить его за круглым столом по рассматриваемым вопросам.

Круглый стол способствует повышению у обучающихся уровня знания материала о опасностях современных молодежных хобби. После занятий с использованием интерактивных методов обучения у обучающихся отмечается желание учиться (этому способствует ситуация успеха), повышается любознательность, развиваются коммуникативные качества, а именно – умения слушать собеседника и аргументировать свою точку зрения.

**Практическое занятие № 2**

**Ядерное, химическое, бактериологическое оружие. Обычные средства поражения. Международный и внутригосударственный терроризм. Мероприятия по предупреждению возникновения и развития чрезвычайных ситуаций**

**Цель работы:** изучить ядерное, химическое, бактериологическое оружие, обычные средства поражения, международный и внутригосударственный терроризм. Освоить мероприятия по предупреждению возникновения и развития чрезвычайных ситуаций.

**Порядок выполнения работы:**

1. Просмотр видео – фильма. Перед показом фильма преподавателем ставится перед студентами несколько ключевых вопросов. Это - основа для последующего обсуждения. Фильм останавливается на заранее отобранных кадрах (моментах) и проводится дискуссия. В конце занятия совместно со студентами подводятся итоги и озвучиваются полученные выводы. Способствует развитию коммуникативных навыков; актуализации и визуализации изучаемого содержания на лекции.

2. Изучить материалы интернет-сайтов

3. Составить глоссарий по теме.

4. Вывод.

## **ТЕМА 1.2. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ОТ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ МИРНОГО И ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ**

### **Практическое занятие № 3**

**Гражданская оборона, её структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий**

**Цель работы:** изучить основные понятия гражданской обороны, её структуру и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий

#### **Порядок выполнения работы:**

- 1) изучение теоретического материала;
- 2) отработка правила поведения в защитных сооружениях;
- 3) вывод

## **ТЕМА.1.3. ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ И НОРМАТИВНАЯ БАЗА ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ОТ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ**

### **Практическое занятие № 4**

**Правила безопасного поведения при пожарах. Комплекс стандартов «БЧС» - «Безопасность в чрезвычайных ситуациях». Задачи и содержание комплекса «БЧС».**

**Цель работы:** изучить правила безопасного поведения при пожарах. Комплекс стандартов «БЧС» - «Безопасность в чрезвычайных ситуациях». Задачи и содержание комплекса «БЧС».

#### **Порядок выполнения работы:**

- 1) изучение теоретического материала;
- 2) отработка моделей поведения при пожарах;
- 3) решение ситуационных задач:

Примерные ситуационные задачи.

1. Вы открыли дверь своей квартиры на 10-м этаже и обнаружили сильное задымление. Ваши действия?
2. Вы оказались в зоне очага пожара в лесу или на торфянике. Каковы Ваши действия?
3. Можно ли использовать фильтрующий противогаз при пожаре для защиты от дыма?
- 4) вывод.

## **ТЕМА.1.4. ОБЕСПЕЧЕНИЕ УСТОЙЧИВОСТИ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ОБЪЕКТОВ ЭКОНОМИКИ**

### **Практическое занятие № 5**

**Организация и выполнение эвакуационных мероприятий. Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций**

**Цель работы:** изучить правила организации и выполнения эвакуационных мероприятий, организации аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.

#### **Порядок выполнения работы:**

- 1) изучение теоретического материала;

2) отработка правил организации и выполнения эвакуационных мероприятий, организации аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций;

3) вывод

**РАЗДЕЛ 2**  
**ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ**  
**ТЕМА 2.5. СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА**  
**Практическое занятие № 6**  
**Строевые приемы и движения без оружия**

**Цели работы:**

1. Ознакомиться с основами строевой подготовке, строевой стойкой и строевыми приёмами на месте и в движении;
2. Сформировать убежденность в том, что защита Отечества является долгом и обязанностью всех граждан;
3. Воспитать чувство патриотизма и гражданственности у студентов;
4. Развивать нравственные качества личности, координацию движений, умению работать в составе коллектива.

**Порядок выполнения работы:**

- 1) изучить теоретические положения строевого устава Вооруженных сил РФ и выполнение строевых приёмов;
- 2) просмотреть видеофильм «Строевая подготовка. Строи отделения, взвода, роты»;
- 3) отработать эти приёмов самостоятельно;
- 4) подготовить краткий конспект теоретических положений строевого устава Вооруженных сил РФ;
- 5) вывод

**ТЕМА 2.7. ОГНЕВАЯ ПОДГОТОВКА**

**Практическое занятие № 7**

**Разборка и сборка автомата Калашникова, уход за стрелковым оружием, хранение и сбережение. Выполнение упражнений начальных стрельб.**

**Цель работы:** изучить назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб.

**Порядок выполнения работы:**

- 1) записать в тетрадях назначение строевого устава ВС РФ, назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб, порядок разборки, сборки автомата;
- 2) ответить на контрольные вопросы;
- 3) разборка, сборка автомата на время;
- 4) вывод.



## **РАЗДЕЛ 3    ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ**

### **Тема 3.1. Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях.**

#### **Практическое занятие № 8**

##### **Оказание первой медицинской помощи**

**Цель работы:** Изучить общие правила оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях. Способы временной остановки кровотечения. Обработка ран. Профилактика шока. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при остановке сердца. Правила проведения базовой сердечно-легочной реанимации.

##### **Порядок выполнения работы:**

1) изучение теоретического материала;

2) отработка общих правил оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях. Способы временной остановки кровотечения. Обработка ран. Профилактика шока. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при остановке сердца. Правила проведения базовой сердечно-легочной реанимации;

##### **3) решение ситуационных задач;**

##### **Примерные ситуационные задачи:**

1. В результате падения у мужчины возникло значительное носовое кровотечение. В распоряжении имеется вата и полоска ткани (ширина 5 см, длина 50 см)
2. В результате ножевого ранения возникло сильное артериальное кровотечение под коленной артерией. Никаких инструментов и перевязочного материала нет, кроме собственной одежды.
3. Рука рабочего попала под циркулярную пилу. В результате в области предплечья образовалась рана длиной до 7 см, из которой сильной струей вытекает кровь. Ваши действия, если в распоряжении имеется аптечка первой медицинской помощи.
4. Человек получил удар по носу. Имеет место значительное выделение крови из носового хода. Что делать, если это случилось на улице?
5. От удара ножом в области подколенной ямки образовалась рана, из которой пульсирующей струей вытекает кровь. Что делать, если это случилось в условиях отсутствия перевязочного материала и специальных средств для оказания помощи?

##### **4) вывод.**

#### **Практическое занятие № 9**

##### **Неотложные реанимационные мероприятия (сердечно-легочная реанимация, противошоковые мероприятия)**

**Цель работы:** Изучить правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

##### **Порядок выполнения работы:**

- 1) изучить «Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания».
- 2) научиться проводить искусственную вентиляцию легких, непрямой массаж сердца на тренажере;

3) решите ситуационную задачу: пострадавший находится без сознания и без явных признаков дыхания и сердцебиения. Каковы будут ваши действия?

4) вывод

## **Практическое занятие № 10**

### **Остановка кровотечений**

**Цель работы:** Ознакомиться с основными понятиями и определениями; изучить порядок остановки кровотечений.

**Порядок выполнения работы:**

- 1) изучить теоретический вопрос «Понятие, виды кровотечений»;
- 2) изучить порядок остановки кровотечения различных типов;
- 3) отработать на практике правила остановки кровотечений различных типов;
- 4) вывод.

### **Информационное обеспечение**

#### **Печатные издания**

1. Сапронов Ю. Г. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Ю. Г. Сапронов. - 2-е изд., стер. - М.: Издательский центр "Академия", 2019. - 336 с.; 22 см. - (Профессиональное образование). - Библиогр.: с. 330-331 (12 назв.). - Рекомендовано Федеральным государственным автономным учреждением "Федеральный институт развития образования". - ISBN 978-5-4468-6130-9
2. Косолапова Н. В. Безопасность жизнедеятельности. Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко СПО М.: КНОРУС, 2019

#### **3.2.2 Электронные издания (электронные ресурсы)**

1. Курдюмов, В. И. Безопасность жизнедеятельности: проектирование и расчет средств обеспечения безопасности: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. И. Курдюмов, Б. И. Зотов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 249 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-09351-3. - Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/472023>
2. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 639 с. — (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-13550-3. - Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/476255>
3. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. - 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. - 313 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-04629-8. - Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/469496>

#### **Интернет-ресурсы**

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 01.07.2020 № 11-ФКЗ) // Собрание законодательства РФ, 01.07.2020, N 31, ст. 4398. – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_28399/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/)
2. Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе» от 25.07.2002 № 113-ФЗ (с изменениями и дополнениями) – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_37866/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_37866/)

3. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» от 28.03.1998 № 53-ФЗ (с изменениями и дополнениями) – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_18260/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_18260/)
3. Современные проблемы гражданской защиты. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36588203>
4. ОБЖ: основы безопасности жизни. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28421083>
1. Сайт МЧС РФ – Режим доступа: [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru).
2. Сайт МВД РФ – Режим доступа: [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru).
3. Сайт Минобороны России – Режим доступа: [www.mil.ru](http://www.mil.ru).
4. Сайт ФСБ РФ – Режим доступа: [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru).
5. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. – Режим доступа: [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru).
6. проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны». – Режим доступа: [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru)
7. Государственные символы России. История и реальность. – Режим доступа: [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru).
8. Военная литература. – Режим доступа: [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru).
9. Россия Антитеррор. Национальный портал противодействия терроризму. – Режим доступа: <http://antiterror.ru/>.
10. Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита». – Режим доступа: <http://www.rhbz.ru/main.html>.
11. Современные проблемы гражданской защиты. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36588203>
12. ОБЖ: основы безопасности жизни. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28421083>

#### **Электронно-библиотечные системы:**

1. ЭБС «IPRbooks», ООО «Ай Пи Эр Медиа»
2. ЭБС «Электронная библиотека технического вуза», ООО «Политехресурс»
3. ЭБС «Лань», ООО «Издательство Лань»
4. ЭБС «elibrary», ООО «РУНЭБ»
5. ЭБС «ЮРАЙТ»
6. ЭБС «Book.ru»