

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Саратовский государственный
технический
университет имени Гагарина Ю.А.»


Профессионально-педагогический колледж



**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ
ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

по дисциплине
ОУД.13 «Основы безопасности и защиты Родины»

специальности
21.02.19 «Землеустройство»

Методические указания рассмотрены
на заседании цикловой методической
комиссии технических специальностей
Председатель ЦМК  Е.Э.Воеводина

Саратов 2024

Пояснительная записка

Методические указания по выполнению практических работ подготовлены на основе рабочей программы учебной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины», разработанной на основе ФГОС СПО по специальности 21.02.19 «Землеустройство» и соответствующих общих компетенций:

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

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

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

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

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

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

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

Содержание программы учебной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины» направлено на достижение следующих целей: формирование компетенций в части овладения содержанием общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины», формирование ценностей, освоение знаний и умений, обеспечивающих готовность к выполнению Конституционного долга по защите Отечества и достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности.

При выполнении практических работ студент должен **знать**:

– знание задач и основных принципов организации единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание о действиях по сигналам гражданской обороны;

- сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства. знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;
- сформированность представлений о применении беспилотных летательных аппаратов и морских беспилотных аппаратов; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя;
- знание основ законодательства Российской Федерации, обеспечивающие национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера;
- сформированность необходимого уровня военных знаний как фактора построения профессиональной траектории, в том числе в образовательных организациях, осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка;
- знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;
- сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении защиты государства; знание положений Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации;
- сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;
- сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства деструктивной идеологии, в том числе экстремизма, терроризма; овладение знаниями о роли государства в противодействии терроризму; умение различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности, при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;
- сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него;
- сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных ситуаций; знание порядка действий в чрезвычайных ситуациях;
- сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения. Знание основ и правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике,

знание о порядке действий в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

- овладение знаниями о способах безопасного поведения в природной среде; умением применять их на практике; знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

- знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знание порядка действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знание прав и обязанностей граждан в области пожарной безопасности;

- владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; сформированность представлений об инфекционных и неинфекционных заболеваниях, способах профилактики; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого- социального и военного характера; умение применять табельные и подручные средства для само- и взаимопомощи;

- сформированность знаний об элементах начальной военной подготовки (включая общевойсковые уставы, основы строевой, тактической, огневой, инженерной, военно-медицинской и технической подготовки), правилах оказания первой помощи в условиях ведения боевых действий, овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием.

При выполнении практических работ студент должен **уметь**:

- переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;

- интегрировать знания из разных предметных областей;

- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;

- владение навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;

- оценивать достоверности, легитимности информации, ее соответствия правовым и морально-этическим нормам;

- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

- самостоятельное осуществление познавательной деятельности, выявление проблемы, постановка и формулирование собственных задач в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

- самостоятельное составление плана решения проблем с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;

- давать оценку новым ситуациям;

- умение оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;

– принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;

– координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

– осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.

– взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;

– прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;

– самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;

– давать оценку новым ситуациям;

– расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;

– делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;

– оценивать приобретенный опыт;

– способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.

Содержание практических занятий определено рабочей программой и тематическим планированием, соответствует теоретическому материалу изучаемых разделов учебной дисциплины.

Объём практических занятий по дисциплине определяется учебным планом по данной специальности.

Продолжительность практического занятия - 2 академических часа. Перед проведением практического занятия преподавателем организуется инструктаж, а по ее окончании – обсуждение итогов.

Комплект методических указаний по выполнению практических работ дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины» содержит 14 практических занятий.

**Перечень практических работ
по дисциплине «Основы безопасности и защиты Родины»**

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №1

Тема: Как защититься от опасностей на дорогах

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №2

Тема: Методы оказания первой помощи гражданам при ЧС и автомобильных катастрофах

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №3

Тема: Как измерять опасности

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №4

Тема: Как оценить риски в ситуации пожара в общественном месте (ЧС)

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №5

Тема: Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №6

Тема: Как снизить риски для здоровья. Профилактика заболеваний. Здоровый образ жизни

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №7

Тема: Как оценить риски для здоровья в подростковом возрасте

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №8

Тема: Как безопасно вести себя в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №9

Тема: Как выявить и описать опасности на рабочем месте

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №10

Тема: Оценка рисков на рабочем месте

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №11

Тема: Определение методов защиты от опасностей на рабочем месте

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №12

Тема: Строевая подготовка

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №13

Тема: Огневая подготовка. Порядок неполной сборки и разборки ММГ АК-74

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №14

Тема: Знакомство с повседневным бытом военнослужащих

ИНСТРУКЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Прежде чем приступить к выполнению заданий, внимательно прочитайте данные рекомендации. Практические работы включают в себя задания следующих видов:

НАПРИМЕР:

1. Ответ на поставленные вопросы (с аргументацией)

Прочитайте вопрос и вникните в него.

Для удобства подчеркните ту, фразу, которая, по вашему мнению, является главной. Это поможет вам быстрее сориентироваться при ответе на вопрос.

Если вы считаете, что можете ответить на вопрос без помощи лекции и дополнительной литературы – приступайте. Если же вопрос заставляет вас сомневаться, откройте лекционную тетрадь (учебник или дополнительную литературу), прочитайте необходимый пункт, вникните в содержание и после этого приступайте за работу.

ГЛАВНОЕ! Не переписывайте отрывки лекции в рабочую тетрадь! Четко отвечайте на ПОСТАВЛЕННЫЙ вопрос!

Не забудьте привести аргументацию (обоснование) вашей позиции, если вопрос предполагает личностное отношение к проблеме.

2. Заполнение таблиц и схем

Прочитайте название таблицы или схемы.

Исходя из названия, вы поймете цель предстоящей работы.

Воспользуйтесь материалами лекций или другими источниками, чтобы заполнить таблицу (схему).

Используйте цветные графические материалы для выделения строк, столбцов или элементов схем.

Особое внимание обращайтесь на четкость при отборе материала: делайте записи кратко и четко!

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №1

Тема: Как защититься от опасностей на дорогах

Цель: изучение способов защиты от опасностей на дорогах

Содержание работы

Понятие: защита жизни и здоровья участников дорожного движения - способы и методы снижения уровня действия опасных факторов дорожного движения

Предметное действие: выбор мер (средств индивидуальной защиты, правил, моделей поведения) для защиты жизни и здоровья участников дорожного движения

Правило действия: чтобы выбрать меры защиты жизни и здоровья участников дорожного движения, необходимо подобрать средства индивидуальной защиты, правила и модели поведения на основе ПДД и иных нормативных документов

Задание 1.

Укажите алгоритм поведения в ситуациях ДТП. Действия водителя, пассажира и пешехода

- В результате ДТП автомобиль упал в воду
- При аварии произошло повреждение токоведущего провода и он оказался на корпусе троллейбуса
- В результате ДТП автомобиль перевернулся. Водитель без сознания. Чувствуется запах бензина
- После наезда на пешехода (или велосипедиста) водитель пытается скрыться
- По пешеходному переходу идет пешеход в наушниках, слушая громкую музыку, и в солнцезащитных очках (низко надвинутым капюшоне). На него несется машина, не способная остановиться.

Задание 2. Ситуационная задача «Крушение поезда»

Скорый поезд Москва-Санкт-Петербург. Ночь, пассажиры спят. Неожиданный толчок, скрежет металла, звон бьющегося стекла и крики людей. Часть вагонов, охваченная огнем, лежит на боку. Электропровод оборван и висит до земли. Перечислите опасные факторы. Укажите правильные действия в этой ситуации.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №2

Тема: Методы оказания первой помощи гражданам при ЧС и автомобильных катастрофах

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

Справочный материал

Содержание работы

Задание 1. Изучите теоретический материал

Алгоритм оценки ситуации транспортной аварии

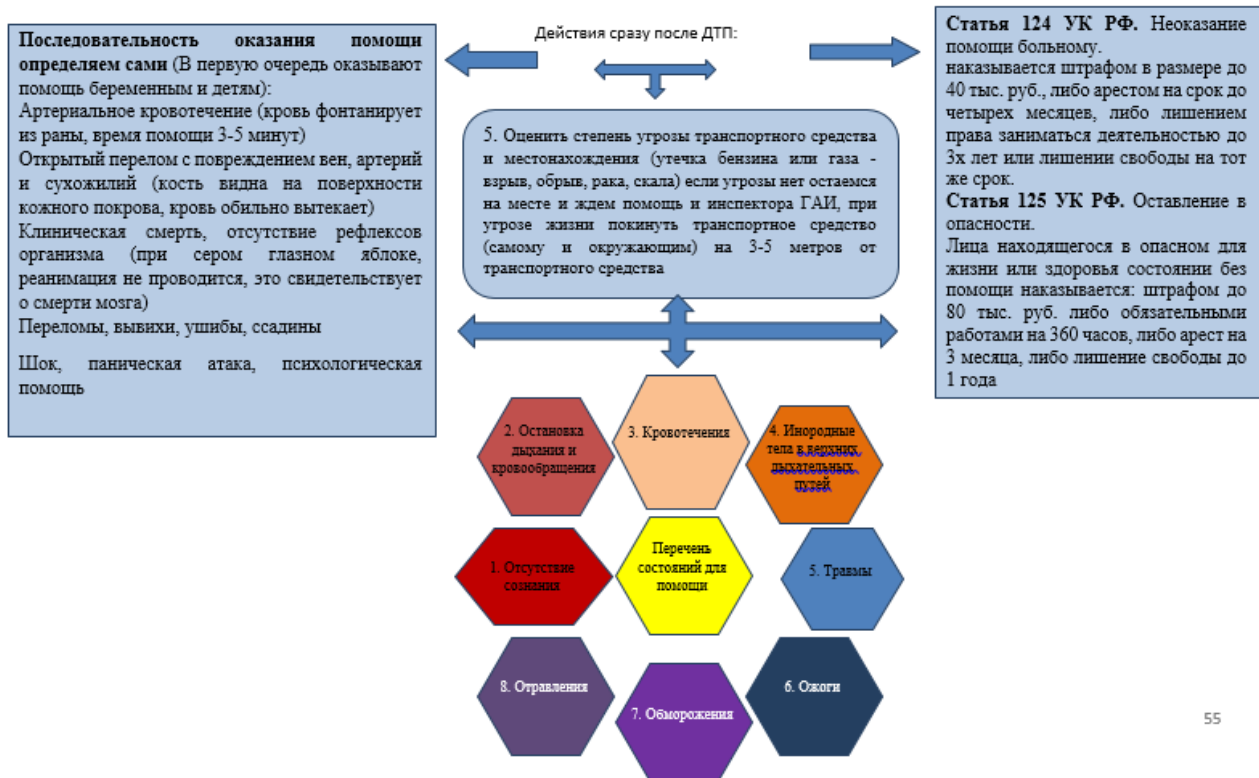
Участник аварии:

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

Водитель:

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

Задание 2.



55

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №3

Тема: Как измерять опасности

Цель: открытие и освоение понятия риска и правила его оценки

Оборудование:

Справочный материал

Опасность- явления, процессы, объекты, свойства объектов, которые в определенных условиях способны наносить вред жизнедеятельности человека. Сама опасность обусловлена неоднородностью системы “Человек - Окружающая среда” и возникает, когда их характеристики не совпадают.

Остаточный риск- свойство систем, объектов быть потенциально опасными.

Безопасность – свойство систем “Человек – Машина - Среда ” сохранять при функционировании в определенных условиях такое состояние, при котором с заданной вероятностью исключаются происшествия, обусловленные воздействием опасности на незащищенные компоненты систем и окружающую природную среду, а ущерб при этом от энергетических и материальных выбросов не превышает допустимого.

Содержание работы

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

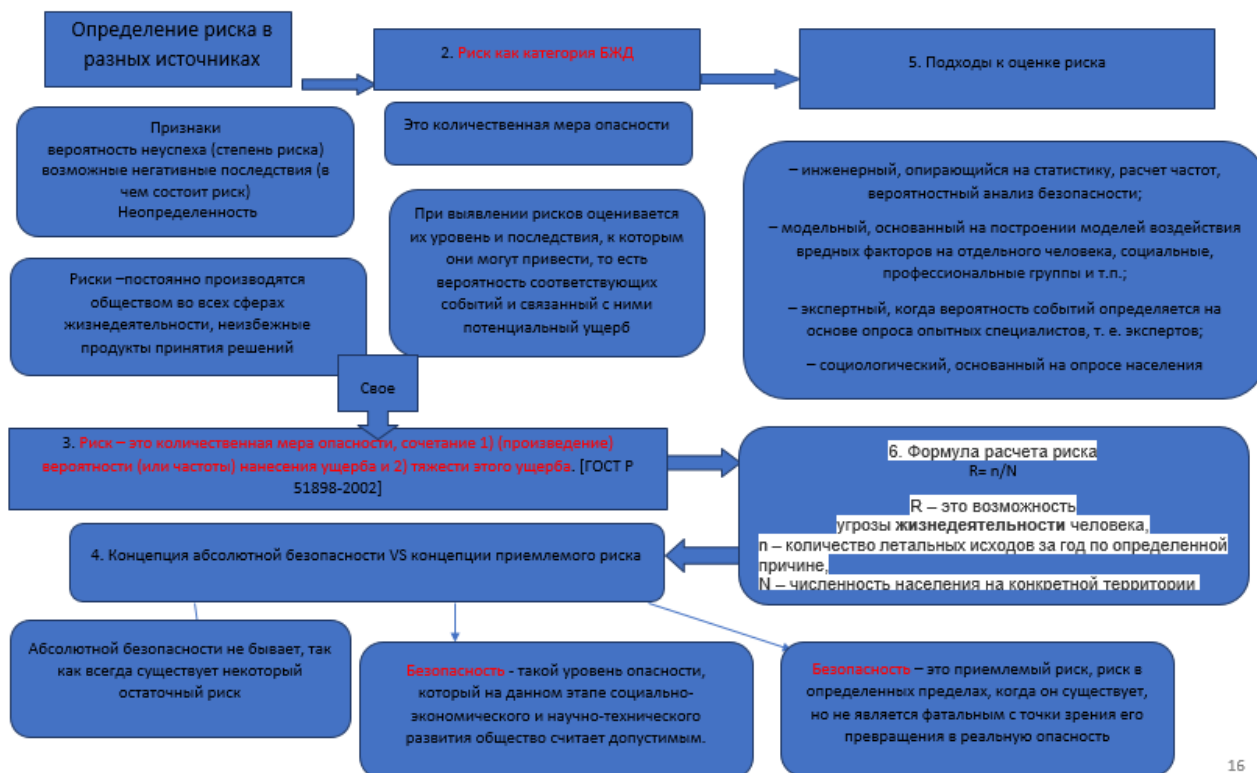
Правило действия: чтобы оценить риск, нужно рассчитать вероятность наступления негативного события и определить тяжесть его последствий

Алгоритм расчета риска по формуле: $R = n/N$

R – это возможность угрозы жизнедеятельности человека,

n – количество летальных исходов за год по определенной причине,

N – численность населения на конкретной территории



16

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №4

Тема: Как оценить риски в ситуации пожара в общественном месте (ЧС)

Цель: овладение умением оценивать риски на дорогах

Содержание работы

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

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

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

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

Сделайте вывод об уровне последствий (таблица 2, 3)

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

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

Таблица 3 – Матрица риска

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

Rонт – оптимальный риск

Rд – допустимый (приемлемый) риск

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №5

Тема: Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

Цель: научиться выявлять опасности в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

Оборудование: компьютер, комплект мультимедийного обучения

Справочный материал Федеральный закон "О противодействии терроризму" от 06.03.2006 № 35-ФЗ

Содержание работы

Задание 1. Изучить правила поведения при захвате в заложники

Правила поведения при захвате в заложники

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

- основное правило – не допускайте действия, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
 - переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;
 - при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной. Старайтесь не допускать истерик и паники;
 - на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;
 - если Вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим Вы сократите потерю крови.
- Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д. Помните, что получив сообщение о Вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимые действия по Вашему освобождению.

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

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

Задание 2. Ситуационная задача «Действия при захвате заложников». Вы находитесь на занятии. Внезапно входят трое мужчин в масках и с оружием. Они объявляют, что вы являетесь заложниками. Ваши действия в данной ситуации?

Тесты для самоконтроля

* - надо выбрать несколько ответов

1. Повышенная способность человека в силу некоторых качеств (духовных, физических и профессиональных) становиться при определенных обстоятельствах объектом преступления называется:

- а) виктимность
- б) уязвимость
- в) агрессивность
- г) трусливость

2. Качество, увеличивающее риск стать жертвой преступления:

- а) пожилой возраст
- б) высокая социальная активность
- в) осознанное отношение к опасности
- г) сангвинический темперамент

3. Качество, увеличивающее виктимность:

- а) высокая социальная активность
- б) осознанное отношение к опасности
- в) инфантильность
- г) занятия спортом

4. Качество, увеличивающее виктимность:

- а) занятия спортом
- б) неосмотрительность, недооценка опасности
- в) спокойное отношение к неудачам
- г) жизнерадостность

5. Качество, уменьшающее риск стать жертвой преступления:

- а) высокая социальная активность
- б) пожилой возраст
- в) агрессивность
- г) наличие психического заболевания

6. Качество, уменьшающее виктимность

- а) доверчивость
- б) употребление алкогольных напитков
- в) занятия спортом
- г) служба в полиции

7. Качество, уменьшающее виктимность:

- а) уравновешенность и неконфликтность
- б) чрезвычайная зажатость
- в) инфантилизм
- г) излишняя рискованность

8. Стрессогенной жизненной ситуацией является:

- а) процесс вхождения в новую должность
- б) повышение заработной платы
- в) уменьшение должностных обязанностей
- г) снижение ответственности за принятие решений

9. Проявлением конфликтогенного поведения служит:

- а) готовность признать правоту собеседника
- б) признание вклада партнера в общее дело
- в) снижение темпа беседы

г) перебивание собеседника

10. Увеличивают агрессивность:

а) физические нагрузки

б) сдерживание эмоций

в) просмотр фильмов ужасов

г) битье посуды

11. Идеология насилия и практика воздействия на принятие решения органами государственной власти, органами местного самоуправления и международными организациями, связанные с устрашением населения и (или) иными формами противоправных насильственных действий – это:

а) террористический акт

б) терроризм

в) диверсия

г) террор

12. * Субъектами террористических действий являются:

а) жертвы террористических актов

б) убийцы одиночки

в) этнические кланы

г) преступные сообщества

13. * Объектами террористического воздействия являются:

а) физические лица

б) транспортные средства

в) общественные и жилые здания

г) международные террористические организации

14. Вид терроризма, включающий борьбу за власть, устрашение или устранение политических противников:

а) политический

б) государственный

в) религиозный

г) экономический

15. Вид терроризма, ставящий целью утвердить и заставить признать веру террористов, и одновременно ослабить и даже уничтожить другую, называется:

а) политический

б) государственный

в) религиозный

г) экономический

16. По масштабам терактов можно выделить вид терроризма, проявляющийся в пределах одного государства.

а) внутренний

б) международный

в) меркантильный

г) апокалипсический

17. Служебная, профессиональная, промышленная, коммерческая или иная информация, правовой режим которой устанавливается ее собственником на основе государственных законов о тайне и законодательных актов, называется _____ информация.

- а) внутренняя
- б) конфиденциальная
- в) секретная
- г) личная

18. Информация, содержащая государственную тайну, несанкционированное распространение которой может нанести ущерб интересам государственных органов, организациям, субъектам и в стране в целом называется _____ информация.

- а) внутренняя
- б) конфиденциальная
- в) секретная
- г) личная

19. Интересы _____ в информационной сфере заключаются в реализации конституционных прав человека и гражданина на доступ к информации, на использовании информации в интересах осуществления не запрещенной законом деятельности, физического, духовного, интеллектуального развития, а также в защите информации, обеспечивающей личную безопасность.

- а) личности
- б) общества
- в) государства
- г) общественных организаций

20. Интересы _____ в информационной сфере заключаются в создании условий для гармоничного развития российской информационной инфраструктуры, суверенитета и территориальной целостности страны, политической, экономической и социальной стабильности.

- а) личности
- б) общества
- в) государства
- г) общественных организаций

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №6

Тема: Как снизить риски для здоровья. Профилактика заболеваний. Здоровый образ жизни

Цель: научиться снижать риски для здоровья, изучить способы профилактики заболеваний, понятие здоровый образ жизни

Содержание работы

Задание.

Понятие: защита жизни и здоровья - способы и методы снижения уровня действия вредных и опасных факторов для физического и психического здоровья.

Предметное действие: выбор мер (способов, методов, средств, образа жизни) для защиты жизни и здоровья от опасностей окружающей среды

Правило действия: чтобы выбрать меры снижения уровня действия вредных и опасных факторов для здоровья от опасностей окружающей, необходимо

подобрать согласно гигиеническим нормам/требованиям оптимальные средства профилактики заболевания, модели безопасного поведения, в т.ч. в пандемию
Алгоритм выбора способа профилактики типичных/смертельно опасных для подростков заболеваний (инфекционных, психологических)

Здоровый образ жизни — это активное участие в трудовой, общественной, семейно-бытовой, досуговой формах жизнедеятельности человека.

В узкобиологическом смысле речь идет о физиологических адаптационных возможностях человека к воздействиям внешней среды и изменениям состояний внутренней среды.

Авторы, пишущие на эту тему, включают в ЗОЖ разные составляющие, но большинство из них считают базовыми:

- воспитание с раннего детства здоровых привычек и навыков;
- окружающая среда: безопасная и благоприятная для обитания, знания о влиянии окружающих предметов на здоровье;
- отказ от вредных привычек: курения, употребления наркотиков, употребления алкоголя.
- питание: умеренное, соответствующее физиологическим особенностям конкретного человека, информированность о качестве употребляемых продуктов;
- движения: физически активная жизнь, включая специальные физические упражнения, с учётом возрастных и физиологических особенностей;
- гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи;
- закаливание;

На физиологическое состояние человека большое влияние оказывает его психоэмоциональное состояние, которое зависит, в свою очередь, от его ментальных установок.

Поэтому некоторые авторы также выделяют дополнительно следующие аспекты ЗОЖ:

1. Эмоциональное самочувствие: психогигиена, умение справляться с собственными эмоциями;
2. Интеллектуальное самочувствие: способность человека узнавать и использовать новую информацию для оптимальных действий в новых обстоятельствах;
3. Духовное самочувствие: способность устанавливать действительно значимые, конструктивные жизненные цели и стремиться к ним, оптимизм.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №7

Тема: Как оценить риски для здоровья в подростковом возрасте

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

Содержание работы

Задание 1.

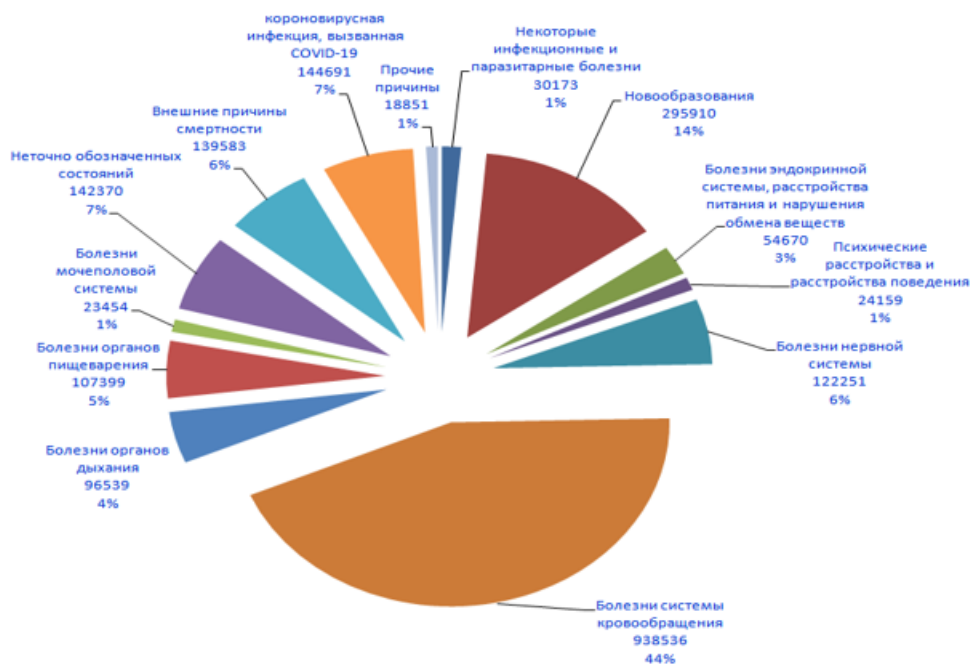
Объект защиты – качество жизни населения

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

Естественные (старость 6,5%, болезни)

Внешние (ДТП, суицид, убийства) 6%

Смертность населения по основным классам за 2020 год



Задание 2.

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

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

Алгоритм выявления и оценки риска инфекционных заболеваний

1. Определить объект защиты (молодой человек);
2. выявить возбудителей заболеваний (например, микроорганизмы и вирусы) и составить их перечень: заболевание ([грипп](#), [туберкулёз](#), [дизентерия](#), [ветряная оспа](#), СПИД) – возбудитель;
3. определить воздействие возбудителей на организм объекта защиты и провести классификацию заболеваний по месту поражения/проявления симптомов: кишечные ([дизентерия](#)); дыхательных путей ([грипп](#), [туберкулёз](#)); «кровяные» (СПИД); наружных покровов ([ветряная оспа](#));

4. выявить пространственную локализацию возбудителей (почвы, загрязненные вода и продукты питания, скопление людей, животные-переносчики);
5. определить условия для появления заболевания (антисанитарные условия, ослабленный организм)

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

Требуется:

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

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

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

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №8

Тема: Как безопасно вести себя в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

Цель: изучение способов безопасного поведения в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)

Содержание работы

Понятие: защита жизни и здоровья в ситуации захвата заложников в общественном месте - способы и методы снижения уровня действия опасных факторов теракта за счет выведения объекта защиты из опасной зоны, применения моделей безопасного поведения, включая способы психологической защиты

Предметное действие: выбор мер (средств индивидуальной защиты, правил, моделей поведения) для защиты жизни и здоровья в ситуации захвата заложников/стрельбы в общественном месте

Правило действия: чтобы выбрать меры защиты жизни и здоровья в ситуации захвата заложников в общественном месте, необходимо подобрать способы и методы снижения уровня действия опасных факторов теракта/стрельбы за счет выведения объекта защиты из опасной зоны, применения моделей безопасного поведения.

Задание 1.

Ситуационная задача «Поведение в толпе».

Человек, проходя мимо площади, на которой был организован митинг, заинтересовался происходящим и подошел к трибуне. Вдруг произошел взрыв, в толпе началась паника. Человек не удержался на ногах и упал. Перечислите правила безопасного поведения в толпе.

Укажите, какими должны быть действия человека при падении.

Задание 2.

Ситуационная задача «Действия при обнаружении взрывного устройства».

В автобусе обнаружена сумка, оставленная без присмотра. Существует вероятность, что в ней находится взрывное устройство. Ваши действия?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №9

Тема: Как выявить и описать опасности на рабочем месте

Справочный материал: Министерство труда и социальной защиты российской федерации Приказ от 31 января 2022 г. № 36 «Об утверждении рекомендаций по классификации, обнаружению, распознаванию и описанию опасностей», Примерное положение о системе управления охраной труда, утвержденному приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29 октября 2021 г. № 776н

Цель: овладение навыками выявления и описания опасностей на рабочем месте

Содержание работы

Необходимо

- 1) выявить источники опасностей для объекта защиты и составить их перечень;
- 2) провести классификацию по природе действия (физические, химические, биологические, психофизиологические);
- 3) провести классификацию источников опасности по воздействию на организм работника (воздействие на дыхательную, сердечно-сосудистую систему и др.);
- 4) выявить пространственную локализацию каждого источника опасности, а также пути эвакуации;

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

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

Задание 1. Старт-задание:

Дано:

Описание рабочего места, перечень имеющегося оборудования, план эвакуации.

Требуется:

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

Задание 2. Задание-эксперимент:

Дано:

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

Требуется:

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

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

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

6. Сделать вывод о наличии комплекса опасностей применительно к исследованному рабочему месту

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №10

Тема: Оценка рисков на рабочем месте

Цель: оценить риски на рабочем месте

Справочный материал: Министерство труда и социальной защиты российской федерации Приказ от 31 января 2022 г. № 36 «Об утверждении рекомендаций по классификации, обнаружению, распознаванию и описанию опасностей», Примерное положение о системе управления охраной труда, утвержденному приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29 октября 2021 г. № 776н

Содержание работы: используя данные, полученные в ходе практической работы №10, заполнить таблицу, решить тест и сделать общий вывод

Задание. Тест-задание:

1. Признаки опасности:

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

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

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

3. Что такое «антропогенные опасности»?

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

5. Какой производственный фактор называют вредным?

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

6. Перечислите травмоопасные производственные факторы:

- а) падающие предметы;
- б) высота;
- в) пониженная температура воздуха;
- г) движущиеся машины и механизмы;
- д) электрический ток.

8. Что такое «потенциальная опасность»?

- а) опасность, которая всегда связана с конкретной угрозой воздействия на объект защиты, с пространством и временем;
- б) опасность, представляющая угрозу общего характера, не связанная с пространством и временем;
- в) факт воздействия реальной опасности на человека и среду обитания;
- г) опасность, созданная элементами техносферы;
- д) нет правильного ответа.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №11

Тема: Определение методов защиты от опасностей на рабочем месте

Цель: организовать работу обучающихся по овладению определения вероятности возникновения опасностей на рабочем месте.

Содержание работы

Необходимо:

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

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

Задание 1. Старт-задание:

Дано:

Описание рабочего места, перечень имеющегося оборудования, план эвакуации.

Требуется:

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

Задание 2. Задание-эксперимент:

Дано:

Предприятие, рабочее место, перечень оборудования, инструментов.

Требуется:

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

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №12

Тема: Строевая подготовка

Цель: изучить назначение строевого устава ВС РФ, основных положений ФЗ «О воинской обязанности и военной службе».

Оборудование: ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»

Справочный материал

Содержание работы

Понятия об одиночной строевой подготовке и слаживания подразделений. Правила и алгоритмы предметных действий: Строевой стойки. Выполнение команд «Становись, Равняйся, Смирно, Вольно, Заправиться». Повороты на месте. Перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй и обратно. Движение строевым шагом. Повороты в движении. Прохождение в составе подразделения торжественным маршем и в составе подразделения с песней. Приветствие в движении

Задание 1. Изучите теорию

Движение совершается шагом или бегом. Нормальная скорость движения 110-120 шагов в минуту, размер шага 70-80 см. Шаг бывает строевой и походный. Строевой шаг применяется при прохождении подразделением торжественного марша, при отдавании 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 строевых занятиях. Походный шаг применяется во всех остальных случаях. Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым шагом марш», а движение походным шагом - по команде «Шагом марш». При движении строевым шагом ногу с оттянутом вперед носком следует выносить на высоту 15-20 см. от земли и ставить ее твердо на всю ступню. Руками, начиная от плеча, производить движение около туловища. Пальцы рук полусогнутыми, голову держать прямо, смотреть перед собой. При движении походным шагом ногу следует выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить её на землю, как при обычной ходьбе, руками производить свободные движения около туловища. При движении походным шагом по команде «Смирно!» надо перейти на строевой шаг, а при движении строевым шагом по команде «Вольно!» - на походный шаг.

Повороты в движении выполняются по командам: «Напра-во!», «Нале-во!», «Нале-во!», «Кругом - марш!». Для поворота направо (налево) исполнительная команда подаётся одновременно с постановкой на землю правой (левой) ноги. По этой команде надо сделать шаг с левой (правой) ноги, повернуться на носке левой (правой) ноги, одновременно с поворотом вынести правую (левую) ногу вперед и продолжать движение в новом направлении.

Строевая подготовка - это предмет обучения военнослужащих, целью которого является выработка у них строевой выправки, подтянутости и выносливости, умения правильно и быстро выполнять команды, строевые приемы с оружием и без него, а также подготовка подразделений к слаженным действиям в различных строях. Строевая подготовка организуется и проводится на основе Строевого устава Вооруженных Сил РФ.

Строи и управление ими

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

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

Фланг - правая (левая) оконечность строя. При поворотах строя названия

флангов не изменяются.

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

Тыльная сторона строя - сторона, противоположная фронту.

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

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

Ширина строя - расстояние между флангами.

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

Двухшереножный строй - строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги на дистанции одного шага (вытянутой руки, наложенной ладонью на плечо впереди стоящего военнослужащего). Шеренги называются первая и вторая. При повороте строя названия шеренг не изменяются.

Ряд - двое военнослужащих, стоящих в двухшереножном строю в затылок один другому. Если за военнослужащим первой шеренги не стоит в затылок военнослужащий второй шеренги, такой ряд называется неполным.

Одношереножный и двухшереножный строи могут быть сомкнутыми или разомкнутыми.

В *сомкнутом строю* военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах, равных ширине ладони между локтями.

В *разомкнутом строю* военнослужащие в шеренгах расположены по фронту один от другого на интервалах в один шаг или на интервалах, указанных командиром.

Колонна - строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу, а подразделения (машины) - одно за другим на дистанциях, установленных уставом или командиром. Колонны могут быть по одному, по два, по три, по четыре и более.

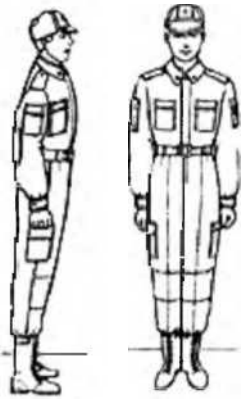
Развернутый строй - строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю (в линию машин) или в линию колонн на интервалах, установленных уставом или командиром.

Походный строй - строй, в котором подразделение построено в колонну или подразделения в колоннах построены одно за другим на дистанциях, установленных уставом или командиром.

Направляющий - военнослужащий (подразделение, машина), движущийся головным в указанном направлении. По направляющему соблюдают свое движение остальные военнослужащие (подразделения, машины).

Замыкающий - военнослужащий (подразделение, машина), движущийся последним в колонне.

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 строевого 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»**.

Для снятия головных уборов подается команда **«Головные уборы (головной убор) - СНЯТЬ»**, а для надевания - **«Головные уборы (головной убор) - НАДЕТЬ »**. При необходимости одиночные военнослужащие головной убор снимают и надевают без команды.

Снятый головной убор держится в левой свободно опущенной руке звездой (кокардой) вперед (рис. 2) Без оружия или с оружием в положении «за спину» головной убор снимается и надевается правой рукой, а с оружием в положениях «на ремень», «на грудь» и «у ноги» — левой. При снятии головного убора с карабином в положении «на плечо» карабин предварительно берется. Положение снятого головного убора.



Повороты на месте

Повороты наместе 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 второй прием — кратчайшим путем приставить другую ногу.

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

Движение бегом осуществляется с темпом 165—180 шагов в минуту. Шаг бывает строевой или бегом. Размер шага — 70—80 см. Размер шага — 85—90 см. и походный.

Строевой шаг применяется при прохождении подразделений торжественным маршем; при выполнении ими воинского приветствия в движении; при подходе военнотружущего 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; Рис. 3. Движение строевым шагом 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.

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.

Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Воинское приветствие выполняется четко, молодежато, с точным соблюдением

правил строевой стойки и движения. Для выполнения воинского приветствия на месте вне строя без головного убора необходимо за три-четыре шага до начальника (старшего) повернуться в его сторону, принять строевую стойку и смотреть ему в лицо, поворачивая вслед за ним голову.

Если головной убор надет, то, кроме того, приложить кратчайшим путем правую руку к головному убору так, чтобы пальцы были вместе, ладонь прямая, средний палец касался нижнего края головного убора (у козырька), а локоть был на линии и высоте плеча (рис. 1). При повороте головы в сторону начальника (старшего) положение руки у головного убора остается без изменения (рис. 2).

Когда начальник (старший) минует выполняющего воинское приветствие, голову поставить прямо и одновременно с этим опустить руку.

В Строевом уставе отмечается, что для выполнения воинского приветствия в движении вне строя без головного убора за три-четыре шага до начальника (старшего) одновременно с постановкой ноги необходимо прекратить движение руками, повернуть голову в его сторону и смотреть ему в лицо. Пройдя начальника (старшего), голову поставить прямо и продолжать движение руками.

При надетом головном уборе одновременно с постановкой ноги на землю следует повернуть голову и приложить правую руку к головному убору, левую руку держать неподвижно у бедра (рис. 2); пройдя начальника (старшего), одновременно с постановкой левой ноги на землю голову поставить прямо, а правую руку опустить.

При обгоне начальника (старшего) воинское приветствие выполняется с первым шагом обгона. Со вторым шагом голову необходимо поставить прямо и правую руку опустить.

Если у военнослужащего руки заняты ношей, воинское приветствие выполняется поворотом головы в сторону начальника (старшего).

Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении. В Строевом уставе по этому вопросу записано: *«Для выполнения воинского приветствия в строю на месте, когда начальник подойдет на 10-15 шагов, командир отделения командует: «Отделение, СМІРНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО, на-СРЕДИНУ)».*

По этой команде военнослужащие отделения принимают строевую стойку, одновременно поворачивают голову направо (налево) и провожают начальника взглядом, поворачивая вслед за ним голову.

При подходе начальника с тыльной стороны строя командир отделения поворачивает отделение кругом, а затем подает команду для выполнения воинского приветствия.

Командир отделения, подав команду для выполнения воинского приветствия, прикладывает руку к головному убору, подходит строевым шагом к начальнику, за два-три шага до него останавливается и докладывает.

Например: «Товарищ лейтенант. Второе отделение занимается тем-то. Командир отделения сержант Петров».

Начальник, которого приветствуют, прикладывает руку к головному убору после подачи команды для выполнения воинского приветствия.

Окончив доклад, командир отделения, не опуская руку от головного убора,

делает левой (правой) ногой шаг в сторону с одновременным поворотом направо (налево) и, пропустив начальника вперед, следует за ним в одном-двух шагах сзади и с внешней стороны строя.

По прохождении начальника или по команде «ВОЛЬНО» командир отделения командует: «ВОЛЬНО» - и опускает руку.

Если начальник обратится к военнослужащему, находящемуся в строю, по воинскому званию и фамилии, он отвечает: «Я», а при обращении только по воинскому званию военнослужащий в ответ называет свою должность, звание и фамилию.

На завершающий этап занятия приходится наиболее сложная его часть - отработка воинского приветствия в строю в движении. В Строевом уставе по этому поводу отмечается: «Для выполнения воинского приветствия в строю в движении за 10-15 шагов до начальника командир отделения командует: «Отделение, СМІРНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО)». По команде «СМІРНО» все военнослужащие переходят на строевой шаг, а по команде «Равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО)» одновременно поворачивают голову в сторону начальника и прекращают движение руками. Командир отделения, повернув голову, прикладывает руку к головному убору».

По прохождении начальника или по команде «ВОЛЬНО» командир отделения командует; «ВОЛЬНО» - и опускает руку.

После объяснения и показа преподаватель приступает к отработке команд. Для этого он строит группу в колонну по три или четыре, напоминает старшему группы о его командах и действиях, становится от группы на удалении примерно 20 шагов и подает команду «Группа, шагом - МАРШ». При прохождении группы мимо преподавателя он делает замечания отдельным учащимся и всей группе.

Строевой устав содержит положения и на случай обращения начальника к строю во время его прохождения мимо него. В нем указывается: «На приветствие начальника или при объявлении благодарности военнослужащие отвечают громко, ясно, согласованно. В движении все военнослужащие начинают ответ с постановкой левой ноги на землю, произнося последующие слова на каждый шаг».

Задание 2. Дать определение:

Строевая подготовка -

Строй –

Шеренга -

Фланг -

Фронт -

Тыльная сторона строя

Интервал –

Дистанция –

Ширина строя –

Глубина строя -

Одношереножный строй -

Двухшереножный строй –

Ряд-

Колонна -
Разомкнутый строй -
Сомкнутый строй -
Развернутый строй -
Свернутый строй -
Походный строй -
Направляющий -
Замыкающий –

Задание 3. Выполнить команды:

«Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!», повороты на месте :«Напра-ВО!» «Налево», «Кру- ГОМ», «Строевым шагом - МАРШ!», повороты в движении: :«Напра-ВО!» «Нале-ВО», «Кругом - МАРШ!». Выполнить воинское приветствие на месте и в движении. Выполнение строевых приемов и движение без оружия

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №13

Тема: Огневая подготовка. Порядок неполной сборки и разборки ММГ АК-74

Цель: изучить понятие огневая подготовка, порядок неполной сборки и разборки ММГ АК-74

Оборудование: Федеральный закон "Об оружии" от 13.12.1996 N 150

Справочный материал

Содержание работы

Понятие о назначении и боевых свойствах оружия, его устройстве, мерах безопасности при обращении с оружием и патронами, о неполной и полной разборке автомата, назначении частей, узлов и механизмов автомата.

Правило и алгоритмы предметных действий: неполной разборки, сборки автомата

Правила и приемы стрельбы, способов поиска целей и управления огнем, действиях по командам руководителя стрельб

Задание 1. Изучите теорию

Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова

Назначение и боевые свойства. 5,45-миллиметровый автомат Калашникова (АК-74) является основным видом автоматического стрелкового оружия в России и во всем мире (рис.1).

Являясь индивидуальным оружием, автомат Калашникова предназначен для уничтожения живой силы и поражения огневых средств противника. Из автомата ведётся автоматический или одиночный огонь. Автоматический огонь является основным видом огня: он ведётся короткими (до 5 выстрелов) и длинными (до 15 выстрелов) очередями и непрерывно. Для поражения противника в рукопашном бою к автомату присоединяется штык-нож. Для стрельбы и наблюдения в ночных условиях к автомату присоединяется ночной

стрелковый прицел. Автомат может быть использован в комплексе с подствольным гранатомётом ГП-25. Автомат Калашникова получил широкое признание, он прост по устройству и имеет высокие боевые и эксплуатационные качества.



Рис. 1. Общий вид автомата Калашникова: а — с постоянным прикладом (АК-74); б — со складывающимся прикладом и подствольным гранатомётом (АКС-74); в — со складывающимся прикладом, укороченный (АКС-74У)

Боевые свойства автомата АК -74:

- Калибр ствола, мм. 5,45
- Прицельная дальность стрельбы, м. 1000
- Начальная скорость пули, м/с. 900
- Дальность убойного действия пули, м. 1350

Боевая скорострельность, выстр./мин:

- при стрельбе очередями. до 100
- при стрельбе одиночными выстрелами до 40
- Темп стрельбы, выстр./мин 600

Дальность прямого выстрела, м:

- по грудной фигуре 440
- по бегущей фигуре. 625
- Вместимость магазина, патронов. 30
- Вес со снаряжённым магазином, кг. 3,6
- Вес штыка-ножа с ножами, г. 490

Общее устройство. Автомат состоит из следующих основных частей и механизмов (рис. 2): ствола со ствольной коробкой, прицельным приспособлением, прикладом и pistolетной рукояткой; крышки ствольной коробки; затворной рамы с газовым поршнем; затвора; возвратного механизма; газовой трубки со ствольной накладкой; ударно-спускового механизма; цевья; магазина. Кроме того, у автомата имеется дульный тормоз-компенсатор и штык-нож. В комплект автомата входят принадлежность, ремень и сумка для магазинов.



Рис. 2. Основные части и механизмы автомата АК-74: 1 — ствол со ствольной коробкой, прицельным приспособлением и прикладом; 2 — дульный тормоз-компенсатор; 3 — крышка ствольной коробки; 4 — возвратный механизм; 5 — затворная рама с газовым поршнем; 6 — затвор; 7 — газовая трубка со ствольной накладкой; 8 — шомпол; 9 — цевьё; 10 — магазин; 11 — пенал принадлежности; 12 — штык-нож

Автоматическое действие автомата основано на использовании энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола в газовую камеру. При выстреле часть пороховых газов, следующих за пулей, устремляется через отверстие в стенке ствола в газовую камеру, давит на переднюю стенку газового поршня и отбрасывает поршень и затворную раму с затвором в заднее положение. При отходе затворной рамы назад затвор отпирается, с его помощью из патронника извлекается гильза и выбрасывается наружу, затворная рама сжимает возвратную пружину и взводит курок.

В переднее положение затворная рама с затвором возвращается под действием возвратного механизма, с помощью затвора досылается очередной патрон из магазина в патронник и закрывается канал ствола, а затворная рама выводит шептало автоспуска из-под взвода автоспуска курка. Курок становится на боевой взвод. Запирается затвор поворотом вокруг продольной оси вправо, в результате чего боевые выступы затвора заходят за боевые упоры ствольной коробки.

Если переводчик установлен на автоматический огонь, то стрельба будет продолжаться до тех пор, пока нажат спусковой крючок и в магазине есть патроны.

Если переводчик установлен на одиночный огонь, то при нажатии на спусковой крючок произойдёт только один выстрел; чтобы сделать следующий выстрел, необходимо отпустить спусковой крючок и нажать на него снова.

Ствол (рис. 3) служит для направления полёта пули. Внутри ствол имеет канал с четырьмя нарезами, вьющимися слева вверх направо. Нарезы служат для придания пуле вращательного движения.

Снаружи ствол имеет основание мушки с резьбой для навинчивания дульного тормоза-компенсатора и втулки для стрельбы холостыми патронами,

газоотводное отверстие, газовую камеру, соединительную муфту, колодку прицела и на казенном срезе вырез для зацепа выбрасывателя.

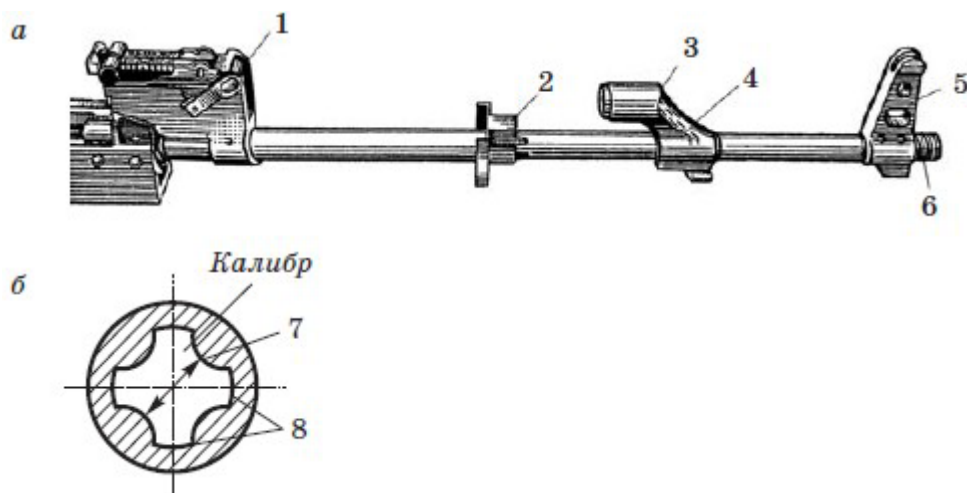


Рис. 3. Ствол: а — общий вид; б — сечение ствола; 1 — колодка прицела; 2 — соединительная муфта; 3 — газовая камера; 4 — газоотводящее отверстие; 5 — основание мушки; 6 — резьба; 7 — поле; 8 — нарезы

Дульный тормоз-компенсатор служит для повышения кучности боя и уменьшения энергии отдачи. Он имеет две камеры: переднюю и заднюю (с круглым отверстием в них для вылета пули).

Ствольная коробка предназначена для того, чтобы соединять части и механизмы автомата, закрывать канал ствола затвором и запирают затвор. В ствольной коробке помещается ударно-спусковой механизм. Сверху коробка закрывается крышкой.

Крышка ствольной коробки предохраняет от загрязнения части и механизмы, помещённые в ствольной коробке.

Прицельное приспособление служит для наведения автомата на цель при стрельбе на различные расстояния и состоит из прицела и мушки. Прицел включает колодку прицела, пластинчатую пружину, прицельную планку и хомут. На прицельной планке прицела нанесена шкала с делениями от 1 до 10 и буквой «П». Цифры шкалы обозначают положенную дальность стрельбы в сотнях метров, а буква «П» — постоянную установку прицела, что соответствует прицелу 3. Мушка ввинчена в полозок, который закрепляется в основании мушки.

Приклад и пистолетная рукоятка обеспечивают удобство при стрельбе.

Затворная рама с газовым поршнем предназначена для приведения в действие затвора и ударно-спускового механизма. Затвор служит для того, чтобы досылать патрон в патронник, закрывать канал ствола, разбивать капсюль и извлекать из патронника гильзу (патрон).

Возвратный механизм предназначен для возвращения затворной рамы с затвором в переднее положение.

Газовая трубка со ствольной накладкой направляет движение газового поршня и предохраняет руки автоматчика от ожогов при стрельбе.

С помощью ударно-спускового механизма курок спускают с боевого взвода или с взвода автоспуска, наносят удар по ударнику, обеспечивают ведение автоматического или одиночного огня, прекращают стрельбу; кроме

того, он предназначен для предотвращения выстрелов при незапертом затворе и для постановки автомата на предохранитель.

Цевьё служит для удобства действий с автоматом и для предохранения рук автоматчика от ожогов.

Магазин предназначен для помещения патронов и подачи их в ствольную коробку.

Штык-нож присоединяется к автомату для поражения противника в бою, а также может использоваться в качестве ножа, пилы (для распиловки металла) и ножниц (для резки проволоки). Для ношения штыка-ножа на пояском ремне служат ножны. При необходимости они используются вместе со штыком-ножом для резки проволоки.

Боевой патрон состоит из пули, гильзы, порохового заряда и капсюля. 5,45-миллиметровые патроны (рис. 4) выпускаются с обыкновенными и трассирующими пулями. Головная часть трассирующей пули окрашена в зелёный цвет.



Рис. 4. Патрон: а — патрон с пулей со стальным сердечником; б — патрон с трассирующей пулей; в — холостой патрон; г — учебный патрон

Для имитации стрельбы применяются холостые (без пули) патроны, стрельба которыми ведётся с применением специальной втулки.

Задание 2.

Порядок неполной разборки автомата. Отделить магазин. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевьё, правой рукой обхватить магазин (рис. 5); нажимая большим пальцем на защёлку, подать нижнюю часть магазина вперёд и отделить его. После этого проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего перевести переводчик вниз, поставив его в положение «АВ» или «ОД»; отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого взвода.



Рис. 5. Отделение магазина

Вынуть пенал принадлежности из гнезда приклада. Утопить пальцем правой руки крышку гнезда так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда; раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ёршик, отвёртку и выколотку.



Отделить шомпол. Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки (рис. 6), и вынуть шомпол.

Рис. 6. Отделение шомпола

Отделить дульный тормоз-компенсатор. Утопить отвёрткой фиксатор дульного тормоза-компенсатора. Свернуть дульный тормоз-компенсатор с резьбового выступа основания мушки, вращая его против хода часовой стрелки (рис. 7). В случае чрезмерно тугого вращения дульного тормоза-компенсатора допускается отворачивать его с помощью выколотки (шомпола), вставленной в окна дульного тормоза-компенсатора.

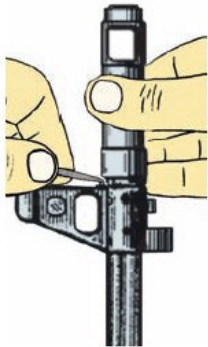


Рис. 7. Отделение дульного тормоза-компенсатора

Отделить крышку ствольной коробки.левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять заднюю часть крышки ствольной коробки (рис. 8) и отделить крышку.

вверх
(рис.



Рис.

8. Отделение крышки ствольной коробки

Отделить возвратный механизм. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперёд направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из продольного паза ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня (рис. 9) и извлечь возвратный механизм из канала затворной рамы.



Рис. 9. Отделение возвратного механизма

Отделить затворную раму с затвором. Продолжая удерживать автомат левой рукой, правой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять её вместе с затвором (рис. 10) и отделить от ствольной коробки.



Рис. 10. Отделение затворной рамы с затвором

Отделить затвор от затворной рамы. Взять затворную раму в левую руку затвором кверху (рис. 11); правой рукой отвести затвор назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ затвора вышел из

фигурного выреза затворной рамы, и вывести затвор вперёд.

Рис. 11. Отделение затвора от затворной рамы

Отделить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой надеть пенал принадлежности прямоугольным отверстием на выступ замыкателя газовой трубки, повернуть замыкатель от себя до вертикального положения (рис. 12) и снять газовую трубку с патрубком газовой камеры.

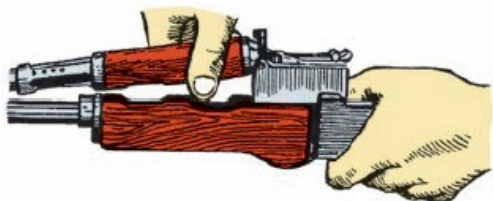


Рис. 12. Отделение газовой трубки со ствольной накладкой

Порядок сборки автомата после неполной разборки. Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой камеры и плотно прижать задний конец ствольной накладки к стволу; повернуть с помощью пенала принадлежности замыкатель на себя до входа его фиксатора в выем на колодке прицела.

Присоединить затвор к затворной раме. Взять затворную раму в левую руку, а затвор в правую и вставить его цилиндрической частью в канал рамы; повернуть затвор так, чтобы его ведущий выступ вошёл в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперёд.

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 ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперёд настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы, небольшим усилием прижать её к ствольной коробке и продвинуть вперёд.

Присоединить возвратный механизм. Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперёд и, опустив несколько книзу, ввести его пятку в продольный паз ствольной коробки.

Присоединить крышку ствольной коробки. Вставить крышку ствольной коробки передним концом в полукруглый вырез на колодке прицела; нажать на задний конец крышки ладонью правой руки вперёд и книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошёл в отверстие крышки ствольной коробки.

Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель. Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик вверх до отказа.

Присоединить дульный тормоз-компенсатор. Навернуть дульный тормоз-компенсатор на резьбовой выступ основания мушки до упора. Если паз дульного тормоза-компенсатора не совпал с фиксатором, необходимо

отвернуть дульный тормоз-компенсатор (не более одного оборота) до совмещения паза с фиксатором.

Присоединить шомпол.

Вложить пенал в гнездо приклада. Уложить протирку, ёршик, отвёртку и выколотку в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада (рис. 13) и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой.



Рис. 13. Вкладывание пенала принадлежности

Присоединить магазин к автомату. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевьё, правой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина и повернуть магазин на себя так, чтобы защёлка заскочила за опорный выступ магазина.

Задание 3. Выполните неполную сборку и разборку автомата Калашникова.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №14

Тема: Знакомство с повседневным бытом военнослужащих

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

Содержание работы

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

Задание 1.

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

№ п/п	Вопрос	Ответ студента	Примечания
1	Наименование мероприятия		
2	Дата мероприятия		
3	Какую цель ставили при посещении мероприятия?		
4	Помогло ли посещение данного мероприятия ответить на интересующие вас вопросы?		
5	Из чего складывается быт и как отдыхают военнослужащие?		
6	С какими видами вооружения и военной техники познакомились в ходе экскурсии		
7	Могут ли подобные мероприятия стать определяющим фактором при выборе профессии? (указать несколько причин)		

8	О каких особенностях службы вы узнали при посещении воинской части?		
9	Какие отличия вы можете назвать при проведении занятий по строевой подготовке на плацу воинской части и в вашем образовательном учреждении?		
10	Что вызвало наибольший интерес при посещении воинской части?		
11	Кратко расскажите, как складывался боевой путь воинской части?		
12	Возникли ли затруднения при выполнении неполной разборки и сборки боевого оружия? (перечислить)		
13	Рассматриваете ли возможность прохождения службы в данной воинской части?		
14	Опишите в нескольких предложениях свои впечатления от посещения воинской части		
15	На ваш взгляд, какие знания, полученные в ходе экскурсии, будут для вас наиболее полезными?		

Ф.И.О., группа _____

Задание 2. Напишите статью-отчёт об экскурсии в музей воинской славы или эссе «Разработка моего распорядка дня на военных сборах в ВЧ».

Печатные и электронные издания

Основные учебные издания

1. Микрюков, В. Ю., Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение: учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2023. — 290 с. — ISBN 978-5-406-11971-6. — URL: <https://book.ru/book/95015>

Дополнительные учебные издания

2. Литвиненко, В. И., Основы начальной военной подготовки. : учебное пособие / В. И. Литвиненко. — Москва : КноРус, 2023. — 352 с. — ISBN 978-5-406-11469-8. — URL: <https://book.ru/book/949204>

Нормативные документы в актуальной редакции:

3. Конституция Российской Федерации;
4. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»;
5. Федеральный закон «О гражданской обороне»;
6. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
7. Федеральный закон «О пожарной безопасности»;
8. Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»;
9. Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»;
10. Федеральный закон «О противодействии терроризму».

Интернет ресурсы

11. <http://www.mvd.ru> сайт МВД РФ
12. <http://www.mil.ru> сайт Министерство обороны Российской Федерации
13. <http://www.fsb.ru> сайт ФСБ РФ
14. <http://www.mchs.gov.ru> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)
15. <http://www.minzdrav.gov.ru> Министерство здравоохранения Российской Федерации
16. <http://www.rostrud.gov.ru> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)

Электронно-библиотечная система:

17. ЭБС «Znanium»
18. ЭБС «PROFобразование»
19. ЭБС «Book.ru»

