**Министерство общего и профессионального образования**

**Ростовской области**

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Ростовской области**

**«Среднеегорлыкское профессиональное училище №85»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**к проведению практических работ по дисциплине**

**ОП.05 Безопасность жизнедеятельности**

Профессия: **Повар, кондитер**

**Разработчик:**

Ватутина О.А.– преподаватель общепрофессионального цикла

с. Средний Егорлык

2020 г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Практические работы составлены в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины Безопасности жизнедеятельность**.**

Практические работы направлены на обобщение, систематизацию, закреплению знаний; формирование умений применять полученные знания на практике; развитие общих компетенций: организовывать собственную деятельность, анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы, осуществлять поиск необходимой информации, работать в команде, эффективно общаться. Все это способствует пониманию обучающимися сущности и социальной значимости своей будущей профессии, устойчивому интересу к будущей профессии и, следовательно, повышает готовность обучающихся к решению разнообразные профессиональных задач, таких профессиональных качеств, как самостоятельность, ответственность, творческая инициатива.

Цель практических работ – организация самостоятельной работы обучающихся по формированию практических умений:

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

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

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

-ориентироваться в перечне военно-учётных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;

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

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

- оказывать первую помощь пострадавшим;

При подготовке методических рекомендаций по Безопасности жизнедеятельность использовались различные пособия по учебной дисциплине Безопасности жизнедеятельность

**КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КАЧЕСТВА ВЫПОЛНЕНИЯ**

**ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

**Отметка «5»** ставится, если

Работа выполнена в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности. Обучающиеся работают полностью самостоятельно: подбирают необходимые для выполнения предлагаемых работ источники знаний, показывают необходимые для проведения работы теоретические знания, практические умения и навыки. Работа оформляется аккуратно, в наиболее оптимальной для фиксации результатов форме.

**Отметка «4»** ставится, если

Работа выполнена обучающимися в полном объеме и самостоятельно. Допускаются отклонения от необходимой последовательности выполнения, не влияющие на правильность конечного результата. Обучающийся использует, указанные преподавателем источники знаний. Работа показывает знание обучающимся основного теоретического материала и овладение умениями, необходимыми для самостоятельного выполнения работы. Могут быть неточности и небрежность в оформлении результатов работы.

**Отметка «3»** ставится, если

Работа выполняется и оформляется обучающимся при помощи преподавателя или хорошо подготовленных и уже выполнивши на «отлично» данную работу обучающихся. На выполнение работы затрачивается много времени. Обучающийся показывает знания теоретического материала, но испытывает затруднение при самостоятельной работе.

**Отметка «2»** ставится, если

Результаты, полученные обучающимся не позволяют сделать правильных выводов и полностью расходятся с поставленной целью. Показывается плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений. Руководство и помощь со стороны преподавателя оказываются неэффективны в связи плохой подготовкой обучающегося.

Работа не выполнена, у обучающегося отсутствуют необходимые для проведения работы теоретические знания, практические умения и навыки.

**ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Наименование в соответствии с рабочей программой** | **Количество**  **часов** |
| **1** | Планирование и организация выполнения эвакуационных мероприятий на объекте экономики | 2 |
| **2** | Изучение классификации чрезвычайных ситуаций | 1 |
| **3** | Выполнение основных мероприятий по противодействию терроризму | 1 |
| **4** | Применение средств индивидуальной и коллективной защиты в ЧС (противогазы, ВМП, ОЗК) | 1 |
| **5** | Применение первичных средств пожаротушения | 1 |
| **6** | Планирование и проведение мероприятий гражданской обороны | 1 |
| **7** | Отработка порядка приема Военной присяги | 1 |
| **8** | Оказание первой помощи пострадавшим | 2 |

**Практическое занятие № 1**

Тема: Планирование и организация выполнения эвакуационных мероприятий на объекте экономики

Цель: отработать действия при эвакуации на объекте экономики.

Задание

 1.Составить план ответа по теме.

Составление плана оповещения, плана эвакуации.

Эвакуация из помещения в различных ситуациях.

**2.** Изучить алгоритм действия. По тревоге – эвакуация.

### Алгоритм действий при экстренной эвакуации студентов из кабинетов во время занятий

### 1. Тревога. Получение сигнала

Любой человек – студент или сотрудник– при обнаружении пожара должен поднять тревогу о пожаре

### 2. Вызов пожарной охраны

О любом возникновении пожара, даже самого небольшого, или же о подозрении на пожар нужно сообщить по телефону 01 или по сотовому телефону 112

### 3. Эвакуация студентов

При получении сигнала о чрезвычайной ситуации:   
- преподаватель или мастер спокойным голосом сообщает студентам путь эвакуации и место сбора;   
- преподаватель или мастер п/о берет с собой журнал теоретического или производственного обучения и отводит студентов к путям эвакуации

### 4. Сбор студентов у сборного пункта. Перекличка. Доклад

Преподаватель или мастер п/о обязан:   
- на месте сбора провести сверку эвакуированных студентов по журналу т/о или п/о;   
- сообщить ответственному за эвакуацию о результатах эвакуации

**Условия выполнения задания**

1. Место (время) выполнения задания*:* задание выполняется на занятие в аудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: \_\_\_\_90\_\_\_\_\_\_\_ мин.

3. Вы можете воспользоваться учебником, конспектом лекций

**Шкала оценки образовательных достижений:**

**Критерии оценки:**

Выполнение практически всей работы (не менее 70%) – положительная оценка

**Практическое занятие № 2**

Тема: Изучение классификации чрезвычайных ситуаций

Цель:

-ознакомиться с классификацией чрезвычайных ситуаций

- составить алгоритм поведения в чрезвычайных ситуациях.

Задание

1.Прочитайте текст

2. Заполните таблицу «Классификация ЧС»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ЧС по природе возникновения | ЧС по масштабам распространения последствий | ЧС по причине возникновения | ЧС по скорости развития | ЧС по ведомственной принадлежности |
|  |  |  |  |  |

3. Прочитайте текст

4. Составьте памятки поведения населения в ЧС

Контрольные вопросы.

1. Что означает ЧС?
2. Перечислите ЧС по природе возникновения.
3. Перечислите ЧС по масштабам распространения последствий.
4. Перечислите ЧС по причине возникновения.
5. Перечислите ЧС по скорости развития
6. Перечислите ЧС по ведомственной принадлежности.
7. Дайте характеристику ЧС природного происхождения.
8. Дайте характеристику ЧС техногенного характера.

**Условия выполнения задания**

1. Место (время) выполнения задания*:* задание выполняется на занятие в аудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: \_\_\_\_45\_\_\_\_\_\_\_ мин.

3. Вы можете воспользоваться учебником, конспектом лекций

**Шкала оценки образовательных достижений:**

**Критерии оценки:**

Выполнение практически всей работы (не менее 70%) – положительная оценка

**Практическое занятие № 3**

Тема: Выполнение основных мероприятий по противодействию терроризму

Задание.

Цель:

- изучить основные положения Федеральных законов «О противодействии терроризму»

- составить алгоритм поведения при обнаружении взрывных устройсв.

1.Просмотреть учебный фильм.

2.Изучить ФЗ «О противодействии терроризму».

Выписать основные понятия  ст. 3 ФЗ «О противодействии терроризму».

3. Изучить памятку по действиям при террористических актах.

4. Составить алгоритм поведения при обнаружении взрывных устройств.

Контрольные вопросы

1. Что такое терроризм?
2. Что включает в себя террористическая деятельность?
3. Раскройте понятие террористического  акта.
4. Что означает противодействие терроризму?
5. Контртеррористическая операция это?
6. Для чего  применяются Вооруженные Силы Российской Федерации в борьбе с терроризмом?
7. Кто принимает решение о применении Вооруженными Силами Российской Федерации вооружения с территории Российской Федерации против находящихся за ее пределами террористов и (или) их баз?
8. Перечислите категории лиц, участвующих в борьбе с терроризмом, подлежащих правовой и социальной защите.
9. Ответственность организаций за причастность к терроризму.

**Условия выполнения задания**

1. Место (время) выполнения задания*:* задание выполняется на занятие в аудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: \_\_\_\_45\_\_\_\_\_\_\_ мин.

3. Вы можете воспользоваться учебником, конспектом лекций

**Шкала оценки образовательных достижений:**

**Критерии оценки:**

Выполнение практически всей работы (не менее 70%) – положительная оценка

**Практическое занятие № 4**

Тема: Применение средств индивидуальной и коллективной защиты в ЧС (противогазы, ВМП, ОЗК)

Цель:

-изучить средства индивидуальной и коллективной защиты;

-сформировать умения по надеванию противогаза;

- сформировать умение самостоятельно изготавливать простейшие средства индивидуальной защиты.

Задание.

1. Записать в тетрадь СИЗ, СИЗОД, мед. средства защиты (учебник БЖД стр.83-89)

2. Изготовить ВМП

Для изготовления ВМП необходимо взять кусок марли размером 100 на 50см. на него кладем слой ваты толщиной 1-2см, края марли загибаем с обеих сторон и накладываем на вату, концы по длине разрезаем на 30-40см с каждой стороны. Повязка закрывает подбородок, рот, нос. (Рис.стр. 88)

3. Надеть противогаз, ОЗК

4. Надеть ВМП

Контрольные вопросы.

1. СИЗ это?
2. СИЗОД это?
3. Перечислите СИЗОД.
4. Перечислите СИЗ кожи.
5. Перечислите медицинские средства защиты?
6. Назовите порядок изготовления ВМП.

**Условия выполнения задания**

1. Место (время) выполнения задания*:* задание выполняется на занятие в аудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: \_\_\_\_45\_\_\_\_\_\_ мин.

3. Вы можете воспользоваться учебником, конспектом лекций

**Шкала оценки образовательных достижений:**

**Критерии оценки:**

Выполнение практически всей работы (не менее 70%) – положительная оценка

**Практическое занятие №5**

Тема: Применение первичных средств пожаротушения

Цель:

-ознакомиться с ФЗ «О пожарной безопасности»

-ознакомиться с основными способами, средствами и правилами пожаротушения,

- сформировать знания и умения по применению огнетушителей;

- изучить правила пользования огнетушителями;

**Задание**

1.Просмотреть учебный фильм

2. Изучить ФЗ «О пожарной безопасности»

3. Законспектировать статьи, раскрывающие права, обязанности, ответственность граждан в области пожарной безопасности.

4. Изучить памятки.

5. Ответить на вопросы

6 . Практическое использование огнетушителя.

**Общие принципы тушения пожаров при помощи ручных огнетушителей.**

1. Огнетушители располагают у выходов из помещений в доступном месте, на высоте1,5 м от пола.

2. При приведении в действие огнетушитель необходимо поднести к месту очага пожара не ближе, чем на 1 м. Сорвать пломбу, выдернуть чеку, направить раструб или ствол (для порошкового) на очаг пожара, нажать на рычаг, приступить к тушению.

3. Тушить очаг пожара с наветренной стороны (чтобы ветер или воздушный поток бил в спину) на расстояние не меньше минимальной длины струи ОТВ огнетушителя (2-4 метра). Необходимо учитывать, что сильный ветер мешает тушению, снося с очага пожара огнетушащее вещество и интенсифицируя горение.

4. На ровной поверхности тушение начинают с передней стороны очага, углубляясь постепенно, по мере тушения

5. При тушении горящего масла запрещается направлять струю заряда сверху вниз.

6. При проливе ЛВЖ тушение начинать с передней кромки, направляя струю порошка на горящую поверхность, а не на пламя

7. Жидкие вещества тушат сверху вниз.

8. Горящую стену или вертикальную поверхность тушат снизу вверх.

9. При тушении электроустановок порошковым огнетушителем подавай заряд порциями через 3-5 секунд.

10. Не подноси огнетушитель ближе 1м к горящей электроустановке.

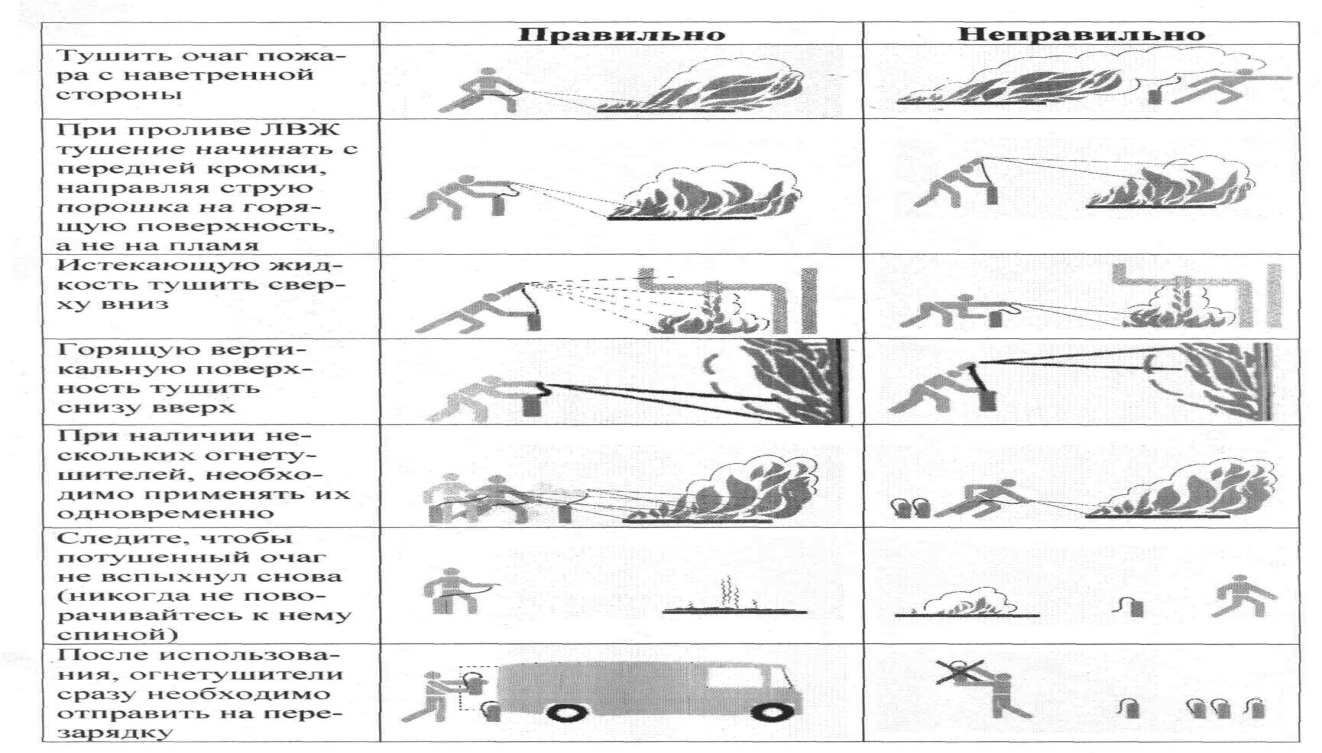
11. Не берись голой рукой за раструб углекислотного огнетушителя во избежание обморожения.

12. При наличии нескольких огнетушителей следует применять все одновременно.

13. Следите, чтобы потушенный очаг не вспыхнул снова (никогда не поворачивайтесь к нему спиной)

14. Первичные средства пожаротушения всегда должны быть исправны и люди должны уметь ими пользоваться.

15. Запрещается использовать первичные средства пожаротушения не по назначению.

[](http://www.pojarnayabezopasnost.ru/images/ognetushitel/pravila-poroshok.jpg)

**Контрольные вопросы.**

1. Перечислите поражающие факторы пожара.
2. Как оказать помощь пострадавшим при пожаре, взрыве?
3. Перечислите средства пожаротушения.
4. Назовите ФЗ, который отражает права, обязанности, ответственность граждан в области пожарной безопасности
5. Назовите алгоритм правил при пожаре в помещении

**Условия выполнения задания**

1. Место (время) выполнения задания*:* задание выполняется на занятие в аудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: \_\_\_\_45\_\_\_\_\_\_\_ мин.

3. Вы можете воспользоваться учебником, конспектом лекций

**Шкала оценки образовательных достижений:**

**Критерии оценки:**

Выполнение практически всей работы (не менее 70%) – положительная оценка

**Практическое занятие№6**

Тема: Планирование и проведение мероприятий гражданской обороны

Цель:

- ознакомиться с организационной структурой ГО;

- изучить действия населения по сигналам оповещения.

Задание:

1. Изучить материал учебника стр.144-158
2. В рабочих тетрадях начертить схему организации ГО в учебном заведении.
3. Изучить план мероприятий, схему оповещения, составить план мероприятий по ГО.
4. Ответить на вопросы

Контрольные вопросы.

1. Назначение и задачи ГО.
2. Кто является начальником штаба ГО?
3. Какие формирования ГО создаются в учебном учреждении?
4. Как составить план оповещения?
5. Где осуществляется подготовка формирований ГО?

**Условия выполнения задания**

1. Место (время) выполнения задания*:* задание выполняется на занятие в аудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: \_\_\_\_90\_\_\_\_\_\_\_ мин.

3. Вы можете воспользоваться учебником, конспектом лекций

**Шкала оценки образовательных достижений:**

**Критерии оценки:**

Выполнение практически всей работы (не менее 70%) – положительная оценка

**Практическое занятие №7**

Тема: Отработка порядка приема Военной присяги

Цель: -ознакомиться с порядком приёма Военной присяги

Задание.

1. Просмотреть презентацию.
2. Записать слова присяги в тетрадь
3. Рассказать присягу наизусть

Контрольные вопросы.

1. Что такое присяга?
2. Каким законом утвержден текст ныне действующей военной присяги?
3. В каком Уставе описана процедура приведения к военной присяге?
4. Расскажите слова присяги наизусть

**Условия выполнения задания**

1. Место (время) выполнения задания*:* задание выполняется на занятие в аудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: \_\_\_\_45\_\_\_\_\_\_\_ мин.

3. Вы можете воспользоваться учебником, конспектом лекций

**Шкала оценки образовательных достижений:**

**Критерии оценки:**

Выполнение практически всей работы (не менее 70%) – положительная оценка

**Практическое занятие№8**

Тема: Оказание первой помощи пострадавшим

Цель:

-изучить виды кровотечений;

- сформировать практические навыки остановки кровотечения, наложения повязки на раны и при переломах конечностей;

- сформировать практические навыки по осуществлению искусственного дыхания

Задание.

1.Решить ситуационные задачи.

2. Изучить материал учебника БЖ стр. 229-245. Ответить на контрольные вопросы письменно.

3. Работа в парах: наложить закрутку, наложить повязки на руку, голову, ногу, наложить шину при переломе голени.

4.Провести реанимационные действия на манекене человека.

 Контрольные вопросы.

1. Дайте формулировку кровотечению.
2. Перечислите виды кровотечений.
3. Что такое асептика?
4. Что такое антисептика?
5. Перечислите виды ран.
6. Какие способы остановки кровотечений существуют?
7. Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов.
8. Как оказать помощь при открытом переломе?
9. Как оказать помощь при закрытом переломе?
10. Как правильно провести процедуру искусственного дыхания?

**Условия выполнения задания**

1. Место (время) выполнения задания*:* задание выполняется на занятие в аудиторное время

2. Максимальное время выполнения задания: \_\_\_\_90\_\_\_\_\_\_\_ мин.

3. Вы можете воспользоваться учебником, конспектом лекций

**Шкала оценки образовательных достижений:**

**Критерии оценки:**

Выполнение практически всей работы (не менее 70%) – положительная оценка

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

***Нормативные документы:***

1. Конституция Российской Федерации [Электронный ресурс] / Режим доступа: [http://www.constitution.ru/](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.constitution.ru%2F)
2. Уголовный кодекс Российской Федерации [Электронный ресурс] / Режим доступа: [http://base.garant.ru/10108000/](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fbase.garant.ru%2F10108000%2F)
3. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. №69-ФЗ «О пожарной безопасности»
4. Федеральный закон от 31 июля 2008 г. № 123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности».

**Основные источники:**

1.Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений. и сред. проф. образования. – М.: 2015.

2.Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. Учреждений сред. проф. образования. – 13 издание. 2014 г.

Учебники и учебные пособия:

1.Костров А.М. Гражданская оборона. – Москва. , 1991 г.

2.Котлуков К.Г. Гражданская оборона. – Москва. , 1976 г.

3.Курцев П.А. Медико-санитарная подготовка учащихся 10 класс. – Москва. , 1986 г