

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Матвеев Александр Сергеевич
Должность: И.о. начальника учебно-методического управления
Дата подписания: 22.01.2024 14:45:37
Уникальный программный ключ:
49d49750726075f86fca1f5d925362e70745ca

Приложение к ППССЗ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный аграрный университет –
МСХА имени К.А. Тимирязева»
(ФГБОУ ВО РГАУ-МСХА имени К.А. Тимирязева)
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

по дисциплине
ОП.11 «Безопасность жизнедеятельности»

**специальность: 15.02.10 Мехатроника и
мобильная робототехника (по отраслям)**

форма обучения: очная

Пояснительная записка

Методические указания по выполнению практических работ подготовлены на основе рабочей программы учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», разработанной на основе ФГОС СПО по специальности 15.02.10 «Мехатроника и мобильная робототехника (по отраслям)» и соответствующих общих (ОК) компетенций:

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

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

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

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

Целью освоения учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

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

- 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 быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим;

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

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

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 «Безопасность жизнедеятельности» содержит 32 практических занятия.

**Темы практических работ
по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»**

- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №1.** Тема: Организация гражданской обороны.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №2** Тема: Организация гражданской обороны.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №3** Тема: Защита населения и территорий при стихийных бедствиях.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №4** Тема: Защита населения и территорий при стихийных бедствиях.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №5** Тема: Защита населения и территорий при стихийных бедствиях.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №6** Тема: Защита населения и территорий при авариях на производственных объектах.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 7** Тема: Защита населения и территорий при авариях на производственных объектах.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 8** Тема: Защита населения и территорий при авариях на производственных объектах.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 9** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 10** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 11** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 12** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 13** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 14** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 15** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 16** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 17** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 18** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 19** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 20** Тема: Строевая подготовка.
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 21** Тема: Огневая подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 22** Тема: Огневая подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 23** Тема: Огневая подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 23** Тема: Огневая подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 25** Тема: Огневая подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 26** Тема: Огневая подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 27** Тема: Медико-санитарная подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 28** Тема: Медико-санитарная подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 29** Тема: Медико-санитарная подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 30** Тема: Медико-санитарная подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 31** Тема: Медико-санитарная подготовка
- ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 32** Тема: Медико-санитарная подготовка

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:

1. Ответить на контрольные 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!

3. Работы, носящие частично поисковый и поисковый характер

Внимательно прочитайте тему и цель работы.

Вам не даны подробные инструкции, не дан порядок выполнения необходимых действий, вам надо самостоятельно выбрать способ выполнения работы используя справочную литературу.

4. Оформление отчета по практической работы

Практическая работа должна быть написана разборчивым подчерком и выполнена в тетради с полями для проверки работы преподавателем.

После проведения практической работы обучающийся должен написать вывод по цели проделанной работы. Итогом выполнения является устная защита работы, по контрольным вопросам, которые прописаны в конце каждой работы.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА №1.

Тема: «Тема: Организация гражданской обороны» .

Цель:

1. Дать понятие о том, что представляет гражданская оборона и РСЧС на современном этапе
2. Довести задачи, организационную структуру и степени готовности ГО и РСЧС, обязанности населения по ГО..

Оборудование: тетради, таблицы, описания работы.

Справочный материал: Приложения 1, 2

Порядок выполнения работы:

УЧЕБНЫЕ ВОПРОСЫ:

Введение

Вопрос 1. Организация, задачи гражданской обороны и РСЧС.

Вопрос 2. Обязанности населения по ГО и действиям в ЧС.

1. Организация, задачи гражданской обороны и РСЧС

Применение оружия массового поражения, высокоточного оружия, оружия на новых физических принципах, нарастание угрозы терроризма, техногенные аварии и катастрофы, усиление тяжести последствий стихийных бедствий, проблемы экологии, угрозы эпидемий – все это потребовало пересмотра основных направлений, содержания, организации и порядка подготовки и реализации мероприятий в области гражданской обороны, предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Основным законодательным актом в области гражданской обороны является Федеральный закон Российской Федерации от 12 февраля 1998 года "О гражданской обороне", который определяет задачи, правовые основы их осуществления и полномочия органов государственной власти Российской Федерации, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органов местного самоуправления и организаций в области гражданской обороны.

Гражданская оборона – система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Гражданская оборона призвана обеспечить жизнедеятельность населения и государства в экстремальных условиях военного времени, была, есть и остается важной государственной функцией.

Главным достоинством гражданской обороны является то, что она выступает как одна из форм участия всего населения страны, органов власти и местного самоуправления в обеспечении обороноспособности и

жизнедеятельности государства, выполняя оборонную, социальную и экономическую функции.

Основными задачами в области гражданской обороны являются:

- обучение населения в области гражданской обороны;
- оповещение населения об опасностях, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- эвакуация населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы;
- предоставление населению убежищ и средств индивидуальной защиты;
- проведение мероприятий по световой маскировке и другим видам маскировки;
- проведение аварийно-спасательных работ в случае возникновения опасностей для населения при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также вследствие чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- первоочередное обеспечение населения, пострадавшего при ведении военных действий или вследствие этих действий, в том числе медицинское обслуживание, включая оказание первой медицинской помощи, срочное предоставление жилья и принятие других необходимых мер;
- борьба с пожарами, возникшими при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- обнаружение и обозначение районов, подвергшихся радиоактивному, химическому, биологическому и иному заражению;
- санитарная обработка населения, обеззараживание зданий и сооружений, специальная обработка техники и территорий;
- восстановление и поддержание порядка в районах, пострадавших при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также вследствие чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- срочное восстановление функционирования необходимых коммунальных служб в военное время;
- срочное захоронение трупов в военное время;
- разработка и осуществление мер, направленных на сохранение объектов, необходимых для устойчивого функционирования экономики и выживания населения в военное время;
- обеспечение постоянной готовности сил и средств гражданской обороны.

Принципы организации и ведения гражданской обороны

1. Организация и ведение гражданской обороны являются одними из важнейших функций государства, составными частями оборонного строительства, обеспечения безопасности государства.

2. Подготовка государства к ведению гражданской обороны осуществляется заблаговременно в мирное время с учетом развития вооружения, военной техники и средств защиты населения от опасностей,

возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

3. Ведение гражданской обороны на территории России или в отдельных ее местностях начинается с момента объявления состояния войны, фактического начала военных действий или введения Президентом РФ военного положения на территории РФ или в отдельных ее местностях, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Руководство гражданской обороной

1. Руководство гражданской обороной в Российской Федерации осуществляет Правительство Российской Федерации.

1.1. Государственную политику в области гражданской обороны осуществляет Федеральный орган исполнительной власти, уполномоченный Президентом Российской Федерации на решение задач в области гражданской обороны.

2. Руководство гражданской обороной в федеральных органах исполнительной власти и организациях осуществляют их руководители.

3. Руководство гражданской обороной на территориях субъектов Российской Федерации и муниципальных образований осуществляют соответственно главы органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и руководители органов местного самоуправления.

4. Руководители федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органов местного самоуправления и организаций несут персональную ответственность за организацию и проведение мероприятий по гражданской обороне и защите населения.

Органы, осуществляющие управление гражданской обороной

Органами, осуществляющими управление гражданской обороной, являются:

1) федеральный орган исполнительной власти, уполномоченный на решение задач в области гражданской обороны;

2) территориальные органы – региональные центры по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий и органы, уполномоченные решать задачи гражданской обороны и задачи по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций по субъектам Российской Федерации;

Территориальные органы – региональные центры по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий и органы, уполномоченные решать задачи гражданской обороны и задачи по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций по субъектам Российской Федерации, комплектуются военнослужащими войск

гражданской обороны, лицами начальствующего состава Государственной противопожарной службы и гражданским персоналом.

Руководители указанных территориальных органов назначаются в установленном порядке руководителем федерального органа, уполномоченного на решение задач в области гражданской обороны, из числа военнослужащих войск гражданской обороны, лиц начальствующего состава Государственной противопожарной службы и гражданского персонала;

3) структурные подразделения федеральных органов исполнительной власти, уполномоченные на решение задач в области гражданской обороны;

4) структурные подразделения (работники) организаций, уполномоченные на решение задач в области гражданской обороны, создаваемые (назначаемы) в порядке, установленном Правительством Российской Федерации.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 2

Тема: «Тема: Организация гражданской обороны» .

Цель:

3. Дать понятие о том, что представляет гражданская оборона и РСЧС на современном этапе
4. Довести задачи, организационную структуру и степени готовности ГО и РСЧС, обязанности населения по ГО.

Оборудование: проектор, экран, компьютер, презентация и видеоролик по теме ГО.

Порядок выполнения работы:

Тестовое задание:и

1.

Для чего первоначально создавалась система гражданской обороны?

Для защиты населения и объектов народного хозяйства от ударов с воздуха

Для борьбы с терроризмом

Для защиты от ЧС техногенного характера

2.

Как первоначально система гражданской обороны в нашей стране называлась?

Система защиты от воздушной угрозы

Система контроля воздушного пространства

Местная противовоздушная оборона

3.

Какое событие показало, что система МПВО внесла существенный вклад в дело защиты населения и народного хозяйства?

Вторая мировая война

Первая мировая война

Гражданская война

4.

Чем в настоящее время определяются цели и задачи гражданской обороны?

Системой официально принятых взглядов на ведение гражданской обороны с учетом внешней и внутренней политики

Правительством РФ

Органами местного самоуправления

5.

Чем из перечисленного развитие гражданской обороны не определяется в современных условиях?

Наличием конфликтных ситуаций вблизи государственных границ Российской Федерации

Уровнем занятости населения и загруженности транспортных сетей РФ

Возрастанием угрозы терроризма, в том числе с применением компонентов оружия массового поражения

6.

В каком законе определены основные задачи в области гражданской обороны и защиты населения?

В Федеральном законе «О гражданской обороне»

В Федеральном законе «О защите населения и предотвращении последствий ЧС»

В Федеральном законе «О защите внутриполитических интересов»

7.

Что из перечисленного является основными задачами гражданской обороны в мирное время?

Выполнять задачи при любых вариантах развертывания военных действий и крупномасштабных террористических актов

Анализ внешней политик граничащих государств

Обучение населения

8.

Кто осуществляет государственную политику в области гражданской обороны?

Федеральный орган исполнительной власти, уполномоченный Президентом РФ

Мировой суд

Совет безопасности

9.

Что из перечисленного является основными правами и обязанностями граждан РФ в области гражданской обороны?

Принимать участие в проведении мероприятий по гражданской обороне

Самостоятельно проходить мобилизацию в случае нарастающей угрозы

Самостоятельно противодействовать террористическим группировкам

10.

Кем осуществляются планирование и проведение мероприятий гражданской обороны?

Правительством РФ

Всеми федеральными органами исполнительной власти, органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органами местного самоуправления и организациями независимо от их организационно-правовых форм и форм собственности

Министром обороны и гражданской обороны РФ

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 3.

Тема: «Защита населения и территорий при стихийных бедствиях».

Цель занятия:

Изучить модели поведения населения при стихийных бедствиях

2. Овладеть навыками поведения в условиях ЧС природного характера

Оборудование: учебник, тетради, раздаточный материал

Содержание работы:

Задание 1. Изучите модели поведения при землетрясении и ответьте на

контрольные вопросы.

Задание 2. Решите ситуационные задачи по вопросам землетрясения.

Задание 3. Изучите модели поведения при наводнении и ответьте на контрольные вопросы.

Порядок выполнения работы:

Задание 1. Изучите модели поведения при землетрясении и ответьте на контрольные вопросы.

Интенсивность землетрясения оценивается по 12-бальной сейсмической шкале, для энергетической классификации землетрясений пользуются магнитудой. Условно землетрясения подразделяются на слабые (1-4 балла), сильные (5-7 баллов) и разрушительные (8 и более баллов). При землетрясениях лопаются и вылетают стекла, с полок падают лежащие на них предметы, шатаются книжные шкафы, качаются люстры, с потолка осыпается побелка, а в стенах и потолках появляются трещины. Все это сопровождается оглушительным шумом. После 10-20 с тряски подземные толчки усиливаются, в результате чего происходят разрушения зданий и сооружений. Около десяти сильных сотрясений разрушают все здание. В среднем землетрясение длится 5-20 с. Чем дольше длятся сотрясения, тем тяжелее повреждения.

Косвенными признаками - предвестниками землетрясения служат:

- предварительные толчки;
- деформация земной поверхности;
- изменение уровня воды в колодцах и скважинах и параметров физико-химического состава подземных вод;
- запах газа в районах, где до этого воздух был чист и подобное явление не отмечалось;
- приглушенный гул, звучащий как бы издали;
- изменение в поведении животных (беспокойство домашних животных - примерно за сутки до основного разрушительного толчка, аномальное поведение мышей и крыс, которые раньше всех чувствуют опасность - до 15 суток).

Эти признаки проявляются от нескольких минут до нескольких часов до начала землетрясения.

Характер поражения людей при землетрясениях зависит от вида и плотности застройки населенного пункта, а также от времени возникновения землетрясения (днем или ночью).

Основные повреждения при землетрясениях:

- травмы головы, позвоночника и конечностей;
- сдавливания грудной клетки;
- синдром сдавливания мягких тканей;
- травмы груди и живота с повреждением внутренних органов.

Действия населения при прогнозировании землетрясения:

- нужно подготовить план действий, обсудить его со всеми членами семьи. Каждый член семьи должен четко знать, какие действия необходимо

предпринимать во время и после землетрясения;

- установить два места для сбора семьи после землетрясения около дома, если он не пострадает, и вдали от дома, если придется эвакуироваться;

- определить самые безопасные во время землетрясения места в вашем доме, выбрать лучший вариант выхода из дома, из населенного пункта в случае эвакуации. Обратить при этом внимание на наличие мостов, линий электропередач, высоких домов;

- попросить друга или родственника, живущего в другом населенном пункте, быть вашим контактным лицом. В случае землетрясения вы и члены вашей семьи должны попытаться дозвониться ему и сообщить, кто где находится;

- объяснить членам семьи и друзьям, как оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах, делать искусственное дыхание, пользоваться огнетушителем, отключать газ, воду и электричество. Научить детей звонить в службу спасения;

- сделать копии паспорта, свидетельства о рождении, водительских прав, документов на дом и других важных документов. Хранить их отдельно в надежном месте;

- подготовить специальную сумку на случай землетрясения, в которую следует положить: запас воды на три дня (из расчета 1,5 - 2 л на человека в сутки), консервы, высококалорийные продукты в герметичных упаковках, деньги, документы, перечень контактных телефонов, лекарства, обратив особое внимание, чтобы пожилые члены семьи и люди с хроническими заболеваниями, если они есть, были обеспечены необходимыми препаратами (инсулин, валидол и т.д.), перевязочный материал, предметы личной гигиены, теплые вещи, удобную крепкую обувь на низком каблуке, брезент, радиоприемник и фонарик с запасными батарейками.

Поведение людей во время землетрясения зависит от нахождения их в здании или вне него.

При нахождении внутри здания необходимо" соблюдать следующие правила:

- если первые толчки застали на первом этаже, следует немедленно выбежать на улицу;

- при нахождении на втором и последующих этажах нужно встать в углы, образованные капитальными стенами, в проемы капитальных стен, возле опорных колонн, в дверных проемах (распахнув двери);

- в комнате надо спрятаться под стол или кровать, защитив голову, чтобы не пораниться кусками отлетающей штукатурки, стекла и др.;

- держитесь подальше от окон и стеклянных перегородок, чтобы не пораниться осколками;

- нельзя прыгать из окон или с балконов, если вы живете выше первого этажа;

- нельзя пользоваться лифтом;

- не следует выбегать на лестницу, лестница в данном случае - нестойкая

конструкция;

- нельзя находиться в угловых помещениях здания, они подвержены более сильному обрушению;
- не паниковать и по возможности нужно пресекать любые проявления паники у других людей;
- как только толчки прекратятся, выходить из здания надо осторожно, не прикасаясь к оборванным проводам и другим источникам опасности;
- при выходе из зданий не следует создавать лавку и «пробки» в дверях;
- после выхода сразу же нужно отойти от здания подальше, на открытое место;
- нельзя заходить в поврежденное здание в связи с тем, что после первого могут последовать повторные толчки;
- запрещено зажигать огонь из-за опасности взрыва.

Если толчки застали на улице, необходимо немедленно отойти как можно дальше от зданий и сооружений, высоких столбов и заборов, которые могут разрушиться и придавить, так как опасность представляют падающие стены и перекрытия и разлетающиеся кирпичи, стекла, вывески и др.

Если толчки застали в автомобиле:

- нужно остановиться в месте, где не будут созданы помехи другому транспорту, открыть двери, чтобы при возможном повреждении автомобиля их не заклинило;
- следует остаться в машине, так как есть опасность получения травмы от падающих предметов.

Если вы оказались в завале:

- нельзя поддаваться панике;
- надо постараться определиться в пространстве;
- нельзя зажигать огонь, чтобы избежать взрыва;
- следует постараться найти воду;
- чтобы подавать сигналы о себе, надо стучать железом о железо: по батарее, трубам и т. п.;
- необходимо помнить о действиях спасательных служб.

Как действовать после землетрясения:

- оказать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- освободить пострадавших, попавших в легкоустраняемые завалы;
- обеспечить безопасность детей, больных, стариков;
- включить радиотрансляцию;
- руководствоваться указаниями местных властей, штаба по ликвидации последствий стихийного бедствия;
- проверить, нет ли повреждений электропроводки, устранить неисправность или отключить электричество в квартире;
- проверить, нет ли повреждений газо- и водопроводных сетей;
- не пользоваться открытым огнем;
- спускаясь по лестнице, следует убедиться в ее прочности;

- не подходить к явно поврежденным зданиям, не входить в них;
- быть готовым к сильным повторным толчкам, так как наиболее опасны первые 2-3 ч после землетрясения.

Контрольные вопросы:

1. По каким косвенным предвестникам можно узнать о предстоящем землетрясении?
2. Каковы основные повреждения при землетрясениях?
3. В чем заключаются модели поведения населения при прогнозировании землетрясения?
4. Как следует вести себя в момент землетрясения, заставшего вас внутри здания?
5. Как надо действовать, если землетрясение застало вас на улице?
6. В чем состоят особенности поведения людей, попавших в завал?

Задание 2. Решите ситуационные задачи.

З а д а ч а 1. Прогноз о возможном землетрясении застал вас на улице вблизи многоэтажных зданий. Каковы будут ваши действия?

З а д а ч а 2. Во время землетрясения вы находились на третьем этаже многоэтажного здания. Опишите ваши действия.

З а д а ч а 3. Вы оказались в завале. Каковы будут ваши действия?

З а д а ч а 4. Вам необходимо собрать специальную сумку на случай землетрясения. Что в нее следует положить?

Задание 3. Изучите модели поведения при наводнении и ответьте на контрольные вопросы.

Наводнения приводят к разрушениям мостов, дорог, зданий, сооружений, наносят значительный материальный ущерб, а при больших скоростях движения воды (более 4 м/с) и большой высоте подъема воды (более 2 м) вызывают гибель людей и животных.

Основной причиной разрушений являются воздействия на здания и сооружения гидравлических ударов массы воды, плывущих с большой скоростью льдин, различных обломков, плавсредств и т. п. К особому типу относятся наводнения, вызываемые ветровым нагоном воды в устья рек.

Как подготовиться к наводнению:

- если район часто страдает от наводнений, необходимо изучить и запомнить границы возможного затопления и возвышенные, редко затапливаемые места, расположенные в непосредственной близости от места проживания, кратчайшие пути движения к ним;
- объяснить членам семьи правила поведения при организованной и индивидуальной эвакуации, а также в случае внезапно и бурно развивающегося наводнения;
- запомнить места хранения лодок, плотов и строительных материалов для их изготовления;
- составить перечень документов, имущества и медикаментов, вывозимых

при эвакуации;

- уложить в специальный чемодан или рюкзак ценности, теплые вещи, запас продуктов, воды и медикаменты.

Как действовать во время наводнения:

- по сигналу оповещения об угрозе наводнения и об эвакуации безотлагательно в установленном порядке выйти (выехать) из опасной зоны возможного катастрофического затопления в назначенный безопасный район или на возвышенные участки местности, захватив с собой документы, ценности, необходимые вещи и двухсуточный запас непортящихся продуктов питания. В конечном пункте эвакуации надо зарегистрироваться;

- перед уходом из дома выключить электричество и газ, погасить огонь в отопительных печах, закрепить все плавучие предметы, находящиеся вне зданий, или разместить их в подсобных помещениях. Если позволяет время, ценные домашние вещи переместить на верхние этажи или на чердак жилого дома. Закройте окна и двери, при необходимости и наличии времени забейте снаружи досками (щитами) окна и двери первых этажей. При отсутствии организованной эвакуации, до прибытия помощи или спада воды находитесь на верхних этажах и крышах зданий, на деревьях или других возвышающихся предметах. При этом постоянно подавайте сигнал бедствия: днем – вывешиванием или размахиванием, хорошо видимым полотнищем, прибитым к дереву, а в темное время - световым сигналом и периодически голосом. При подходе спасателей спокойно, без паники и суеты, с соблюдением мер предосторожности переходите в плавательное средство, При этом неукоснительно соблюдайте требования спасателей, не допускайте перегрузки плавсредств. Во время движения не покидайте установленных мест, не садитесь на борта.

Самостоятельно выбираться из затопленного района рекомендуется только при наличии таких серьезных причин, как необходимость оказания помощи пострадавшим, продолжающийся подъем уровня воды при угрозе затопления верхних этажей (чердака). При этом нужно иметь надежное плавательное средство и знать направление движения. В ходе самостоятельного выдвигания не прекращайте подавать сигнал бедствия.

Правила поведения при оказании помощи тонущему человеку:

- бросить тонущему человеку плавающий предмет, подбодрить его, позвать на помощь. Добираясь до пострадавшего вплавь, следует учитывать течение реки. Если тонущий не контролирует свои действия, подплывать к нему нужно сзади и, захватив его за волосы, буксировать к берегу.

Правила поведения после окончания наводнения:

- перед тем как войти в здание, следует проверить, не угрожает оно обрушением или падением какого-либо предмета;

- проверить здание (для удаления накопившихся газов);

- не включать электроосвещение, не пользоваться источниками открытого огня, не зажигать спичек до полного проветривания помещения и проверки исправности системы газоснабжения;

- проверить исправность электропроводки, трубопроводов газоснабжения, водопровода и канализации. Не пользоваться ими, пока не убедитесь в их исправности с помощью специалистов;
- для просушивания помещений открыть все двери и окна, убрать грязь с пола и стен, откачать воду из подвалов;
- не употреблять пищевые продукты, которые были в контакте с водой;
- организовать очистку колодцев от нанесенной грязи и удалить из них воду.

Контрольные вопросы:

1. К каким разрушениям приводят наводнения?
2. Как подготовиться к наводнениям?
3. Что нужно сделать, получив информацию об угрозе наводнения?
4. Как действовать при наводнении?
5. О чем следует знать при оказании помощи тонущему человеку?
6. О чем нужно помнить, прежде чем войти в здание после наводнения?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 4.

Тема: «Защита населения и территорий при стихийных бедствиях».

Цель занятия:

Изучить модели поведения населения при стихийных бедствиях

2. Овладеть навыками поведения в условиях ЧС природного характера

Оборудование: учебник, тетради, раздаточный материал

Содержание работы:

Задание 1. Изучите модели поведения при пожарах в лесах и на торфяниках и ответьте на контрольные вопросы.

Задание 2. Решите ситуационную задачу при возникновении пожара.

Порядок выполнения работы:

Задание 1. *Изучите модели поведения при пожарах в лесах и на торфяниках и ответьте на контрольные вопросы.*

Массовые пожары в лесах и на торфяниках могут возникать в жаркую и засушливую погоду от ударов молний, неосторожного обращения с огнем, очистки поверхности земли выжигом сухой травы и других причин. Пожары могут вызвать возгорания зданий в населенных пунктах, деревянных мостов, линий электропередачи и связи на деревянных столбах, складов нефтепродуктов и других сгораемых материалов, а также поражение людей и сельскохозяйственных животных.

Наиболее часто в лесных массивах случаются низовые пожары, при которых выгорают лесная подстилка, подрост и подлесок, травянисто-кустарничковый покров, валежник, корневища деревьев и т.п. В засушливый период при ветре могут возникать верховые пожары, при которых огонь распространяется и по кронам деревьев, преимущественно хвойных пород. Скорость распространения низового пожара - от 0,1 до 3 м в минуту, а

верхового – до 100 м в минуту по направлению ветра.

Меры защиты. Для защиты населения и снижения ущерба при массовых пожарах заблаговременно проводятся мероприятия по прокладыванию и расчистке просек и грунтовых полос шириной 5-10 м в сплошных лесах и до 50 м в хвойных лесах. В населенных пунктах устраиваются пруды и водоемы, емкость которых принимается из расчета не менее 30 м³ на 1 га площади поселка или населенного пункта.

При пожарах в лесах и на торфяниках в населенных пунктах:

- организуется дежурство противопожарных звеньев для наблюдения за пожарной обстановкой в лесах, вблизи населенных пунктов;
- производится расчистка грунтовых полос между застройкой и примыкающими лесными массивами;
- заполняются пожарные водоемы из расчета не менее 10 л воды на 1 м длины лесной опушки, примыкающей к границам застройки населенных пунктов и дачных поселков;
- восстанавливаются колодцы и пруды;
- изготавливаются ватно-марлевые повязки, респираторы и другие средства защиты органов дыхания;
- ограничивается режим посещения лесов в засушливый период лета (особенно на автомобилях).

Модели поведения вблизи очага пожара в лесу или на торфянике:

- следует немедленно предупредить всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны;
- организовать их выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле;
- выходить из опасной зоны следует быстро, перпендикулярно к направлению движения огня, Если невозможно уйти от пожара, нужно накрыться мокрой одеждой;
- выйдя на открытое пространство или поляну, дышать следует воздухом возле земли - там он менее задымлен, рот и нос при этом прикрывать ватно-марлевой повязкой или какой-либо тканью;
- после выхода из зоны пожара следует сообщить о месте, размерах и характере пожара в администрацию населенного пункта, лесничество или противопожарную службу, а также местному населению.

Правила тушения пожаров:

- пламя небольших низовых пожаров можно сбивать, захлестывая его ветками лиственных пород, заливая водой, забрасывая влажным грунтом, затаптывая ногами;
- торфяные пожары тушат перекапыванием горящего торфа с поливкой водой;
- при тушении пожара действовать следует осмотрительно, не уходить далеко от дорог и просек, не терять из виду других участников, поддерживать с ними зрительную и звуковую связь;
- при тушении торфяного пожара нужно учитывать, что в зоне горения

образуются глубокие воронки, поэтому передвигаться следует осторожно, проверив глубину выгоревшего слоя.

Контрольные вопросы:

1. По каким причинам могут возникать массовые пожары в лесах и на торфяниках?
2. Каковы общие меры защиты от массовых лесных пожаров?
3. Какие профилактические противопожарные мероприятия проводятся в населенных пунктах в засушливый период лета?
4. В чем особенности поведения населения, оказавшегося вблизи очага пожара в лесу?
5. Что нужно учитывать при тушении торфяного пожара?

Задание 2. Решите ситуационную задачу.

Вы оказались в зоне очага пожара в лесу или на торфянике. Каковы ваши действия?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 5.

Тема: «Защита населения и территорий при стихийных бедствиях».

Цель занятия:

Изучить модели поведения населения при стихийных бедствиях

Овладеть навыками поведения в условиях ЧС природного характера

Оборудование: учебник, тетради, раздаточный материал

Содержание работы:

Задание 1. Изучите модели поведения при урагане, буре, смерче и грозе и ответьте на контрольные вопросы.

Задание 2. Решите ситуационные задачи (природные катаклизмы).

Порядок выполнения работы:

Задание 1. *Изучите модели поведения при урагане, буре, смерче и грозе и ответьте на контрольные вопросы.*

Опасность для людей при таких природных явлениях, как ураган, буря и смерч, заключается в разрушении дорожных и мостовых покрытий, сооружений, воздушных линий электропередач и связи, наземных трубопроводов. Возможно поражение людей обломками разрушенных сооружений, осколками стекла, летящими с большой скоростью. Кроме того, люди могут погибнуть и получить травмы в случае полного разрушения зданий. При снежных и пыльных бурях опасны снежные заносы и скопления пыли («черные бури») на полях, дорогах и населенных пунктах, а также загрязнение воды.

Населению, проживающему в районах, подверженных воздействию ураганов, бурь и смерчей, необходимо:

- знать сигналы оповещения о приближающемся данном стихийном бедствии;
- владеть способами защиты людей и повышения устойчивости зданий

(сооружений) к воздействию ураганного ветра и штормового нагона воды; правилами поведения при наступлении ураганов, снежных и песчаных бурь, смерчей;

- уметь оказывать помощь пострадавшим, попавшим в завалы разрушенных зданий и сооружений;
- знать места укрытия в ближайших подвалах, убежищах или наиболее прочных и устойчивых зданиях;
- знать пути выхода из зон повышенной опасности;
- владеть адресами и телефонами управления ГО и ЧС, администрации и комиссии по ЧС вашего населенного пункта.

Модели поведения во время урагана, бури, смерча.

После получения сигнала о штормовом предупреждении, если ураган застал вас в здании, следует отойти от окон и занять безопасное место у стен внутренних помещений, в коридоре, у встроенных шкафов, в ваннных комнатах, туалете, кладовых, прочных шкафах, под столбами. Необходимо погасить огонь в печах, отключить электроэнергию, закрыть краны на газовых сетях. В темное время суток нужно использовать фонари, лампы, свечи; включить радиоприемник для получения информации управления ГО и ЧС и комиссии по ЧС.

Если ураган, буря или смерч застали вас на улицах населенного пункта, держитесь подальше от легких построек, зданий, мостов, эстакад, линий электропередачи, мачт, деревьев, рек, озер и промышленных объектов. Следует быстрее укрыться в подвалах, погребах и противорадиационных укрытиях, имеющих в населенных пунктах. Укрываться можно на дне дорожного кювета, в ямах, рвах, узких оврагах, плотно прижимаясь к земле, закрыв голову одеждой или ветками деревьев.

Для защиты от летящих обломков и осколков стекла можно использовать листы фанеры, картонные и пластмассовые ящики, доски и другие подручные средства. Нельзя заходить в поврежденные здания, так как они могут обрушиться при новых порывах ветра.

Во время снежной бури следует укрыться в зданиях. Если вы оказались в поле или на проселочной дороге, нужно выйти на магистральную дорогу, которая периодически расчищается и где большая вероятность оказания вам помощи.

При пыльной буре закройте лицо марлевой повязкой, платком, куском ткани, а глаза – очками.

Гроза - атмосферное явление, при котором внутри облаков или между облаком и земной поверхностью возникают молнии.

Молния - это искровой разряд электростатического заряда кучевого облака, сопровождающийся ослепительной вспышкой и резким звуком (громом).

Как правило, гроза образуется в кучево-дождевых облаках и связана с ливневым дождем, градом и шквальным ветром. Гроза - одно из самых опасных для человека природных явлений, по количеству зарегистрированных смертных

случаев только наводнения приводят к большим людским потерям.

Поражающим фактором во время грозы является молниевый разряд, который характеризуется большими токами, а его температура доходит до 300 тыс. градусов. Дерево при ударе молнии расщепляется и даже может загореться. Расщепление дерева происходит вследствие внутреннего взрыва из-за мгновенного испарения внутренней влаги древесины.

Прямое попадание молнии для человека обычно заканчивается смертельным исходом. Ежегодно в мире от молнии погибает около 3 тыс. человек.

Куда ударяет молния? Разряд статического электричества обычно проходит по пути наименьшего электрического сопротивления. Так как между самым высоким предметом и кучевым облаком расстояние меньше, значит, меньше и электрическое сопротивление. Следовательно, молния поразит в первую очередь высокий предмет (мачту, дерево и т. п.).

Меры защиты. Для снижения опасности поражения молнией объектов экономики, зданий и сооружений устраивается молниезащита в виде заземленных металлических мачт и натянутых высоко над сооружениями объекта проводов.

Перед поездкой на природу следует уточнить прогноз погоды. Если предсказывается гроза, то поездку нужно перенести на другой день. Если вы заметили грозовой фронт, то нужно определить примерное расстояние до него по времени задержки первого раската грома, первой вспышки молнии, а также оценить, приближается или удаляется фронт. Поскольку скорость света огромна (300 000 км/с), то вспышку молнии мы наблюдаем мгновенно. Следовательно, задержка звука будет определяться расстоянием и его скоростью (около 340 м/с).

Пример: если после вспышки молнии до грома прошло 5 с, то расстояние до грозового фронта равно $340 \text{ м/с} \cdot 5 \text{ с} = 1700 \text{ м}$. Если запаздывание звука растет, то грозовой фронт удаляется, а если запаздывание звука сокращается, то грозовой фронт приближается.

Правила поведения во время грозы. Молния опасна тогда, когда вслед за вспышкой следует раскат грома. В этом случае нужно срочно принять меры предосторожности:

- при нахождении в сельской местности необходимо закрыть окна, двери, дымоходы и вентиляционные отверстия;
- не растапливать печь, поскольку высокотемпературные газы, выходящие из печной трубы, имеют низкое сопротивление;
- не разговаривать по телефону: молния иногда попадает в натянутые между столбами провода;
- во время ударов молнии нельзя подходить близко к электропроводке, молниеотводу, водостокам с крыш, антенне, стоять рядом с окном, по возможности выключить телевизор, радио и другие электробытовые приборы.

При нахождении в лесу необходимо укрыться на низкорослом участке леса. Нельзя укрываться вблизи высоких деревьев, особенно сосен, дубов и

тополей.

Не следует находиться в водоеме или на его берегу. Необходимо отойти от берега, спуститься с возвышенного места в низину.

При нахождении в степи, поле или при отсутствии укрытия (здания) нельзя ложиться на землю, подставляя электрическому току все свое тело, следует сесть на корточки в ложбине, овраге или другом естественном углублении, обхватив ноги руками.

Если грозовой фронт настиг вас во время занятий спортом, то нужно немедленно прекратить их, металлические предметы (мотоцикл, велосипед, ледоруб и т.д.) положить в сторону и отойти от них на 20-30 м.

Если гроза застала вас в автомобиле, не следует покидать его, при этом надо закрыть окна и опустить антенну радиоприемника.

Контрольные вопросы:

1. Каковы основные признаки возникновения ураганов, бурь, смерчей?
2. Чем опасны ураганы, бури, смерчи?
3. Что должно знать население, проживающее в районах, подверженных воздействию ураганов, бурь, смерчей?
4. Как следует вести себя, если сигнал о штормовом предупреждении застал вас в здании?
5. В чем будут состоять особенности вашего поведения, если ураган, буря или смерч застали вас на улице?
6. Что является поражающим фактором во время грозы?
7. Каковы меры защиты зданий от поражения молнией?
8. Как следует вести себя во время грозы?

Задание 2. Решите ситуационные задачи.

З а д а ч а 1. Вы находитесь далеко от города, на открытой местности. Идет сильный дождь. Вы замечаете, что ветер усилился, на горизонте скапливаются низкие черные облака, резко изменилось атмосферное давление. Каковы будут ваши действия?

З а д а ч а 2. В поездке на автомобиле вы попали в снежную бурю. Каковы будут ваши действия?

З а д а ч а 3. Гроза застала вас во время отдыха на природе, вблизи водоема. Что вы будете делать, чтобы обеспечить свою безопасность?

Информационное обеспечение обучения

1. Печатные издания

Основные учебные издания

1. Арустамов А.Э., Прокопенко Н.А., Косолапова Н.В., Гуськова Г.В. Безопасность жизнедеятельности –М.: ОИЦ «Академия», 2019.

2. Дополнительные учебные издания

2. Латчук В. Н., Смирнов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: О-75 учебник для общеобразовательных учреждений – 7-е изд. стер.- М.: Дрофа; 2019. - 363 с.

3.Мастрюков Б.С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / - 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 336 с.

4. Пальчиков, А. Н. Гражданская оборона и Чрезвычайные ситуации [Электронный ресурс] : учебное пособие, предназначено для бакалавров и магистров направления 151000 - Технологические машины и оборудование / А. Н. Пальчиков. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Вузовское образование, 2019. — 176 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19281.html>

3. Интернет-ресурсы

5. <http://www.mchs.gov.ru/> (сайт МЧС РФ).

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 6.

Тема: «Защита населения и территорий при авариях на производственных объектах»

Тема: Изучение и отработка моделей поведения в условиях ЧС техногенного характера.

Цель занятия: ознакомиться с ЧС техногенного характера и изучить модели поведения в условиях техногенных ЧС.

Практические навыки: овладеть навыками поведения в условиях ЧС техногенного характера.

Нормативные документы:

1. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.1994 г. № 68-ФЗ;
2. Федеральный закон «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» от 21.07.1997 г. № 116-ФЗ.

Содержание работы:

Задание Освоить модели поведения при ЧС на радиационно опасных объектах и ответить на контрольные вопросы.

Задание Освойте модели поведения при ЧС на радиационно опасных объектах и ответьте на контрольные вопросы.

Создание и эксплуатация атомных электростанций, рост их числа повышают вероятность возникновения аварий с выбросом радиоактивных веществ. Наиболее опасными являются аварии на атомных электростанциях с ядерными реакторами. Атомные электростанции относятся к радиационно

опасным объектам (РОО). РОО - это объекты, на которых хранят, перерабатывают, используют или транспортируют радиоактивные вещества.

Авария на РОО - это повреждение (выход из строя) отдельных узлов радиационных объектов при их эксплуатации.

Аварии на РОО могут привести к облучению ионизирующим излучением или к радиоактивному загрязнению окружающей среды, людей, сельскохозяйственных животных и растений. Радиоактивное загрязнение вызывает поражение людей, животных, растений на длительное время.

Во время воздействия радиации на организм человека, или облучения, происходит разрушение клеток организма. Облучение вызывает многие опасные, а в больших дозах и смертельные заболевания: нарушение обмена веществ, злокачественные опухоли, лейкоз. Воздействие радиации особенно опасно для детей, в организме которых идет бурное деление клеток.

Радиоактивные вещества могут проникать в организм человека с пищей, водой, через воздух (при дыхании) и кожные покровы. Наиболее чувствительны к радиационному воздействию костный мозг, селезенка, лимфатические узлы, щитовидная железа. Большие дозы радиации смертельны,

Некоторые продукты питания и витамины помогают очистить организм от небольшого количества радиоактивных веществ (печень животных, морковь, шоколад, зеленый чай и др.),

В настоящее время на территории Российской Федерации функционирует около 700 РОО. Практически все атомные электростанции расположены в густонаселенных районах,

Модели поведения при радиационной ЧС.

Неожиданная опасная ситуация на РОО, которая привела или может привести к облучению населения или радиоактивному загрязнению окружающей среды и требует экстренных мер по защите людей, называется радиационной ЧС. Главная мера защиты при этом - по возможности быстрее покинуть опасный район. Если эвакуация проводится организованно, то следуйте инструкциям представителя МЧС или других ответственных лиц. Если эвакуация не организована, то покиньте опасный район самостоятельно. Если ветер дует со стороны очага радиационного заражения, то уходить надо в направлении, перпендикулярном направлению ветра.

Если по какой-либо причине покинуть опасное место невозможно, то устройтесь в помещении, лучше всего в подвале кирпичного или бетонного здания.

Ионизирующее излучение ослабляют:

- стены деревянного здания - в 2 раза;
- стены кирпичного здания - в 10 раз;
- стены и перекрытия подвала кирпичного или бетонного здания - в 40-100 раз.

Действия при оповещении о радиационной аварии:

- необходимо помнить, что в первые минуты и часы после аварии мощность ионизирующего излучения максимальная;

- при нахождении на улице надо закрыть рот и нос платком и укрыться в подвале, погребе, подземном переходе, доме, любом помещении;
- при входе в помещение снять верхнюю одежду и обувь, спрятать ее в пластиковый пакет;
- принять душ;
- закрыть окна и двери;
- включить радио, телевизор для получения указаний и дополнительной информации;
- провести герметизацию вентиляционных отверстий, щелей на окнах;
- сделать запас воды в герметичных емкостях;
- убрать запас продуктов в холодильник;
- подготовить респиратор, ватно-марлевую повязку;
- не паниковать и не допускать паники.

Действия на радиоактивно загрязненной местности:

- выходить из помещения (укрытия) можно только в случаях крайней необходимости;
- при этом следует надеть респиратор (или повязку, лучше влажную), плащ (лучше резиновый и с капюшоном), сапоги и перчатки. Если нет плаща, то надеть куртку, накидку;
- на открытой местности не курить, не принимать пищу, не купаться, не собирать грибы и ягоды;
- перед входом в помещение тщательно отряхнуть верхнюю одежду, отряхнуть или вымыть обувь;
- дома регулярно проводить влажную уборку;
- регулярно принимать душ, тщательно мыть руки перед едой, рот полоскать слабым раствором пищевой соды;
- употреблять в пищу только консервы или продукты, которые хранились в закрытых помещениях.

Действия при эвакуации:

- внимательно слушать инструкции, особенно о времени и месте сбора для эвакуации;
- предупредить соседей, возможно, кому-то из них нужна помощь; особое внимание обратить на живущих рядом престарелых, инвалидов, семьи с маленькими детьми;
- перекрыть воду, газ, выключить электричество;
- надеть средства индивидуальной защиты;
- взять с собой сумку с необходимыми вещами; сумку (рюкзак) обернуть полиэтиленовой пленкой;
- на дверь прикрепить объявление «В квартире № ... никого нет»;
- при формировании колонны или при посадке на транспорт зарегистрироваться у представителя МЧС;
- прибыв в безопасное место, обязательно провести дезактивацию, удалить радиоактивную пыль, вещества со своей кожи, одежды, обуви — самостоятельно или в специально отведенном для этого месте;

- тщательно вымыть лицо, руки с применением моющих средств, принять душ;
- тщательно вымыть обувь, вытряхнуть и протереть влажной тряпкой одежду. Даже после этого лучше сложить обувь и одежду в полиэтиленовый пакет и не пользоваться ими.

Дм защиты щитовидной железы взрослых и детей от воздействия радиоактивных изотопов йода на ранней стадии аварии проводится йодная профилактика. Йодистый калий принимают в следующих дозах: взрослые и дети от двух лет и старше - 0,125 г, дети до двух лет - по 0,04 г внутрь после еды 1 раз в день в течение 7 суток.

Контрольные вопросы:

1. Что относят к РОО?
2. К чему могут привести аварии на РОО?
3. Что является главной мерой защиты от аварии на РОО?
4. Во сколько раз стены и перекрытия зданий из кирпича и бетона ослабляют ионизирующее излучение?
5. Какова модель поведения при аварии на РОО?
6. Какие действия необходимо предпринять при оповещении о радиационной опасности?
7. Как вести себя на радиоактивно загрязненной местности?
8. Как вести себя, прибыв из зоны радиоактивного загрязнения в безопасное место?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 7.

Тема: «Защита населения и территорий при авариях на производственных объектах»

Тема: Изучение и отработка моделей поведения в условиях ЧС техногенного характера.

Цель занятия: ознакомиться с ЧС техногенного характера и изучить модели поведения в условиях техногенных ЧС.

Практические навыки: овладеть навыками поведения в условиях ЧС техногенного характера.

Нормативные документы:

3. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.1994 г. № 68-ФЗ;
4. Федеральный закон «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» от 21.07.1997 г. № 116-ФЗ.

Содержание работы:

Задание 1. : Изучить модели поведения при авариях на химически опасных

объектах и ответить на контрольные вопросы.

Задание 2. Установить соответствие определений.

Задание 1 : Изучите модели поведения при авариях на химически опасных объектах и ответьте на контрольные вопросы.

Катастрофы и аварии на химически опасных объектах занимают важное место среди ЧС техногенного характера с загрязнением окружающей среды. По статистике, на территории РФ ежегодно происходит до ста аварий на предприятиях химической промышленности с выбросом в атмосферу химических отравляющих веществ,

К **химически опасным объектам (ХОО)** относятся предприятия химической, нефтеперерабатывающей, нефтехимической отраслей промышленности; предприятия, имеющие холодильные установки с использованием аммиака; очистные сооружения, где для дезинфицирования воды применяется хлор. В настоящее время на территории нашей страны расположено более 3 тыс. ХОО, более 100 городов находится в зонах повышенной химической опасности.

Аварийно химически опасное вещество (АХОВ) - это токсичное химическое вещество, применяемое в промышленности или в сельском хозяйстве. При аварийном разливе или выбросе такого вещества может произойти массовое поражение людей, животных, заражение воздуха, почвы, воды, растений. Больше всего АХОВ на предприятиях, которые их производят. Сотни тысяч тонн АХОВ круглосуточно перемещаются железнодорожным и трубопроводным транспортом.

Наиболее распространенные АХОВ – аммиак, хлор, синильная кислота, сероводород, фосген. В большинстве случаев при обычных условиях они находятся в жидком или газообразном состоянии. При авариях жидкие АХОВ переходят в газообразное состояние.

В результате аварий вокруг ХОО возникает **зона химического заражения** – территория, куда в большой концентрации попали АХОВ, создавая опасность массового поражения людей, животных и растений. АХОВ могут попасть в организм через органы дыхания, кожные покровы, слизистые оболочки, раны, при приеме пищи или воды.

Хлор - это газ желто-зеленого цвета с резким, раздражающим специфическим запахом. Сжижается при температуре -34°C . Скапливается в низких местах, затекает в подвалы, подземные переходы. Пары хлора раздражают слизистую оболочку, кожу, дыхательные пути и глаза. При соприкосновении с хлором появляются ожоги.

Воздействие хлора на организм характеризуется болью за грудиной, сухим кашлем, рвотой, одышкой, нарушением координации движений, слезотечением. При длительном воздействии возможен смертельный исход.

Хлор тяжелее воздуха, поэтому он проникает в подвальные помещения и нижние этажи зданий. В результате дополнительной герметизации помещения, оконных и дверных проемов защитные свойства помещений могут быть

увеличены в 2-3 раза.

Первая помощь пострадавшему при оправлении хлором:

- вывести (вынести) пострадавшего из зоны поражения или, если нет такой возможности, переместить его на верхние этажи здания;
- снять с него загрязненную одежду и обувь;
- дать обильное питье;
- промыть водой глаза и лицо;
- в случае попадания ядовитых веществ внутрь необходимо сделать промывание желудка или вызвать рвоту;
- сделать искусственное дыхание, если пострадавший перестал дышать;
- обеспечить покой.

При эвакуации следует надеть индивидуальные средства защиты (противогазы). Двигаться на зараженной территории нужно перпендикулярно направлению ветра.

Аммиак - это бесцветный газ с запахом нашатырного спирта. Он образует взрывоопасные смеси с воздухом и хорошо растворяется в воде. Нашатырный спирт - это 10% раствор аммиака, который применяется в медицине и домашнем хозяйстве (при стирке белья, выведении пятен). Жидкий аммиак используется в холодильных установках, Аммиак легче воздуха, и при аварии он заполняет более высокие этажи зданий.

Пары аммиака раздражают слизистые оболочки, вызывают жжение, покраснение и зуд кожи, насморк, кашель, удушье, учащенный пульс, резь в глазах, слезотечение, ожоги с пузырьками и язвами.

Первая помощь пострадавшему при отравлении аммиаком:

- надеть на пострадавшего ватно-марлевую повязку, смоченную водой или 5% раствором лимонной кислоты, противогаз;
- вывести пострадавшего из зоны поражения или вынести его в лежачем положении;
- промывать глаза водой или 2% раствором борной кислоты не менее 15 мин.

Ртуть - это жидкий тяжелый металл, очень опасный при попадании внутрь организма. Вдыхание паров ртути вызывает тяжелые отравления.

При разливе ртути в помещении необходимо:

- исключить распространение паров в другие помещения;
- быстро покинуть опасное место и сообщить в МЧС;
- сменить одежду, почистить зубы, прополоскать рот, принять душ.

Если вы разбили градусник, и ртуть раскатилась по столу или по полу, ни в коем случае нельзя вытирать ее тряпкой - это приведет к размазыванию ртути и увеличению поверхности испарения.

Для сбора ртути приготовьте наполненную водой банку с плотной крышкой, обыкновенную кисточку, резиновую грушу, бумажный конверт, лейкопластырь, мокрую газету, тряпку и раствор марганцовки. С помощью кисточки надо собрать самые крупные шарики ртути в бумажный конверт, затем втянуть в резиновую грушу более мелкие шарики, а самые мелкие

капельки наклеить на лейкопластырь.

Всю собранную ртуть следует поместить в банку и плотно закрыть ее. Очищенную поверхность протереть мокрой газетой, обработать раствором марганцовки и хорошо проветрить помещение.

При сборе ртути запрещается использовать пылесос. Нельзя выбрасывать собранную ртуть в канализацию, мусоропровод.

Если вы не уверены, что собрали всю ртуть, обратитесь в Службу спасения (01) или в Роспотребнадзор.

Модель поведения при оповещении о химической аварии:

- услышав сигналы оповещения - громкие гудки, сирену или другой сигнал, немедленно включите телевизор, радио, слушайте дальнейшие указания;

- если сообщили об аварии на химически опасном объекте и о заражении местности, наденьте средства индивидуальной защиты;

если покинуть помещение невозможно, проверьте его герметизацию, плотно закройте окна, двери;

- уберите продукты в холодильник;

- помогите соседям, если они нуждаются в вашей помощи;

- перекройте воду, газ, отключите электричество;

- точно следуйте инструкциям. В указанное время вам необходимо явиться на сборный пункт и зарегистрироваться там. С собой возьмите заранее подготовленные вещи;

- если эвакуация по каким-либо причинам не проводится, постарайтесь покинуть зону химического заражения самостоятельно. При движении обязательно нужно учитывать направление ветра, который будет разносить химически опасные вещества.

Контрольные вопросы:

1. Что относят к ХОО?

2. Чем опасны АХОВ?

3. Что относят к наиболее распространенным АХОВ?

4. Какая территория считается зоной химического заражения?

5. Что следует выполнить при отравлении хлором?

6. Как оказывают первую помощь при отравлении аммиаком?

7. Как меры следует предпринять при разливе ртути в помещении?

8. Каковы действия населения при оповещении о химической аварии?

Задание 2. Для понятий из столбца 1 подберите определения из столбца 2, или продолжите фразу. Для выполнения данного задания необходимо использовать теоретический материал к заданиям 3 и 4.

| № п/п | 1 | № п/п | 2 |
|-------|-----------------------|-------|---|
| 1 | Радиоактивность - это | 1 | газ желто-зеленого цвета с резким, раздражающим специфическим запахом, тяжелее воздуха; скапливается в низких местах, затекает в подвалы, подземные |

| | | | |
|----|-----------------------------------|----|--|
| | | | переходы |
| 2 | РОО - это | 2 | надеть на пострадавшего ватно-марлевую повязку, смоченную водой или 5% раствором лимонной кислоты, противогаз; вывести пострадавшего из зоны поражения или вынести его в лежачем положении; промывать глаза водой или 2% раствором борной кислоты не менее 15 мин |
| 3 | Авария на РОО - это | 3 | быстро покинуть опасное место, сообщить в МЧС; сменить одежду, почистить зубы, прополоскать рот, принять душ |
| 4 | Авария на РОО может привести к | 4 | бесцветный газ с запахом нашатырного спирта, легче воздуха; образует взрывоопасные смеси с воздухом, хорошо растворяется в воде |
| 5 | АХОВ - это | 5 | жидкий тяжелый металл, очень опасный при попадании внутрь |
| 6 | Зона химического заражения - это | 6 | вывести (вынести) пострадавшего из зоны поражения или переместить на верхние этажи здания; снять с него загрязненную одежду и обувь; дать обильное питье; промыть водой глаза и лицо; в случае попадания ядовитых веществ внутрь необходимо сделать промывание желудка или вызвать рвоту; сделать искусственное дыхание, если пострадавший перестал дышать; обеспечить покой |
| 7 | Хлор - это | 7 | облучению ионизирующим и излучением или радиоактивному загрязнению окружающей среды, людей, сельскохозяйственных животных и растений |
| 8 | Действия при отравлении хлором: | 8 | объекты, на которых хранят, перерабатывают, используют или транспортируют радиоактивные вещества |
| 9 | Аммиак - это | 9 | территория, куда в большой концентрации попали ХОВ |
| 10 | Действия при отравлении аммиаком: | 10 | неустойчивость ядер некоторых атомов, которая проявляется в их способности к самопроизвольному превращению (распаду) |
| 11 | Ртуть - это | 11 | АХОВ, применяемое в промышленности или в сельском хозяйстве. При аварийном |

| | | | |
|----|-----------------------------|----|--|
| | | | выбросе такого вещества может произойти заражение окружающей среды, опасное для жизни и здоровья людей |
| 12 | Действия при разливе ртути: | 12 | повреждение (выход из строя) отдельных узлов радиационных объектов при их эксплуатации |

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 8.

Тема: «Защита населения и территорий при авариях на производственных объектах»

Цель:

1. Закрепить знания о действии населения при авариях на производственных объектах»

Тестовое задание по теме:

Вопрос 1

Техногенная насыщенность - это

Варианты ответов

- (объём инженерных сооружений на единицу площади) природной территории обеспечивает, как правило, более комфортные условия проживания людей — техносферу в природной среде обитания
- результат аварии или промышленной катастрофы. Она угрожает здоровью людей, несёт ущерб материальным ценностям, жизнедеятельности людей и окружающей среде обитания
- опасное техногенное происшествие, создающее на объекте (определённой территории или акватории) угрозу жизни и здоровью людей и влекущее разрушение зданий, сооружений, оборудования и транспорта, нарушение производственного или транспортного процесса, а также наносящее ущерб окружающей природной среде

Вопрос 2

Чрезвычайная ситуация техногенного характера - это

Варианты ответов

- (объём инженерных сооружений на единицу площади) природной территории обеспечивает, как правило, более комфортные условия проживания людей — техносферу в природной среде обитания. Но чем выше уровень урбанизации территории, тем выше риск техногенных чрезвычайных ситуаций с катастрофическими последствиями для людей и среды обитания
- результат аварии или промышленной катастрофы. Она угрожает здоровью людей, несёт ущерб материальным ценностям, жизнедеятельности людей и окружающей среде обитания
- опасное техногенное происшествие, создающее на объекте (определённой территории или акватории) угрозу жизни и здоровью

людей и влекущее разрушение зданий, сооружений, оборудования и транспорта, нарушение производственного или транспортного процесса, а также наносящее ущерб окружающей природной среде

Вопрос 3

Авария - это

Варианты ответов

- (объём инженерных сооружений на единицу площади) природной территории обеспечивает, как правило, более комфортные условия проживания людей — техносферу п природной среде обитания. Но чем выше уровень урбанизации территории, тем выше риск техногенных чрезвычайных ситуаций с катастрофическими последствиями для людей и среды обитания
- результат аварии или промышленной катастрофы. Она угрожает здоровью людей, несёт ущерб материальным ценностям, жизнедеятельности людей и окружающей среде обитания
- опасное техногенное происшествие, создающее па объекте (определённой территории или акватории) угрозу жизни и здоровью людей и влекущее разрушение зданий, сооружений, оборудования и транспорта, нарушение производственного или транспортного процесса, а также наносящее ущерб окружающей природной среде

Вопрос 4

Промышленная катастрофа - это

Варианты ответов

- крупная промышленная авария (авария на промышленном предприятии), повлекшая человеческие жертвы на этом и других объектах народного хозяйства, большие разрушения и серьёзный ущерб окружающей среде
- опасное техногенное происшествие, создающее па объекте (определённой территории или акватории) угрозу жизни и здоровью людей и влекущее разрушение зданий, сооружений, оборудования и транспорта, нарушение производственного или транспортного процесса, а также наносящее ущерб окружающей природной среде
- крупная промышленная авария (авария на промышленном предприятии), повлекшая человеческие жертвы на этом и других объектах народного хозяйства, большие разрушения и серьёзный ущерб окружающей среде

Вопрос 5

Типы техногенных аварий и катастроф:

Варианты ответов

- транспортные аварии и катастрофы
- пожары, взрывы, угрозы взрывов
- аварии с выбросом (угрозой выброса) химически опасных веществ
- аварии с выбросом (угрозой выброса) радиоактивных веществ
- аварии с выбросом (угрозой выброса) биологически опасных веществ

- внезапное обрушение зданий, сооружений
- аварии в электроэнергетических системах, в коммунальных системах жизнеобеспечения
- аварии на очистных сооружениях и гидродинамические аварии

Вопрос 6

Взрыв - это

Варианты ответов

- освобождение большого количества энергии в ограниченном объёме за короткий промежуток времени. Взрыв приводит к образованию сильно нагретого газа с очень высоким давлением, который при моментальном расширении оказывает ударное механическое воздействие (давление, разрушение) на окружающие предметы. Наибольшему риску подвержены взрывоопасные объекты
- объект, па котором производят, хранят, используют и транспортируют вещества, способные взорваться при определенных условиях
- крупная промышленная авария (авария на промышленном предприятии), повлекшая человеческие жертвы на этом и других объектах народного хозяйства, большие разрушения и серьёзный ущерб окружающей среде

Вопрос 7

Взрывоопасный объект - это

Варианты ответов

- освобождение большого количества энергии в ограниченном объёме за короткий промежуток времени. Взрыв приводит к образованию сильно нагретого газа с очень высоким давлением, который при моментальном расширении оказывает ударное механическое воздействие (давление, разрушение) на окружающие предметы. Наибольшему риску подвержены взрывоопасные объекты
- объект, па котором производят, хранят, используют и транспортируют вещества, способные взорваться при определенных условиях
- крупная промышленная авария (авария на промышленном предприятии), повлекшая человеческие жертвы на этом и других объектах народного хозяйства, большие разрушения и серьёзный ущерб окружающей среде

Вопрос 8

Основные поражающие факторы взрыва:

Варианты ответов

- воздушная ударная волна
- осколочные ноля, образуемые летящими обломками технологического оборудования, строительных деталей, боеприпасов и др.
- задымление

Вопрос 9

В результате взрывов:

Варианты ответов

- могут возникнуть пожары
- утечка опасных веществ
- сбой в технологических процессах
- воздушная ударная волна

Вопрос 10

Меры безопасности на взрывоопасных объектах - это

Варианты ответов

- правила техники безопасности и меры защиты и спасения людей
- составная часть техногенной опасности, присущая техническим системам, промышленным или транспортным объектам и реализуемая в виде поражающих воздействий на человека и окружающую среду при её возникновении либо в виде прямого или косвенного ущерба
- химические вещества или соединения, которые при попадании в окружающую среду способны вызвать массовое поражение людей или животных, а также заражение окружающей среды

Вопрос 11

Химическая опасность - это

Варианты ответов

- составная часть техногенной опасности, присущая техническим системам, промышленным или транспортным объектам и реализуемая в виде поражающих воздействий на человека и окружающую среду при её возникновении либо в виде прямого или косвенного ущерба
- химические вещества или соединения, которые при попадании в окружающую среду способны вызвать массовое поражение людей или животных, а также заражение окружающей среды
- объект, на котором производят, хранят, перерабатывают и транспортируют опасные вещества, при аварии на нём может произойти поражение людей и заражение окружающей природной среды химически опасными веществами в концентрациях или в количествах, превышающих естественный уровень их содержания в природе

Вопрос 12

Аварийно химически опасные вещества - это

Варианты ответов

- химические вещества или соединения, которые при попадании в окружающую среду способны вызвать массовое поражение людей или животных, а также заражение окружающей среды
- составная часть техногенной опасности, присущая техническим системам, промышленным или транспортным объектам и реализуемая в виде поражающих воздействий на человека и окружающую среду при её возникновении либо в виде прямого или косвенного ущерба
- то освобождение большого количества энергии в ограниченном объёме за короткий промежуток времени. Взрыв приводит к образованию сильно нагретого газа с очень высоким давлением, который при

моментальном расширении оказывает ударное механическое воздействие (давление, разрушение) на окружающие предметы. Наибольшему риску подвержены взрывоопасные объекты

Вопрос 13

Химически опасный объект - это

Варианты ответов

- объект, на котором производят, хранят, перерабатывают и транспортируют опасные вещества, при аварии на нём может произойти поражение людей и заражение окружающей природной среды химически опасными веществами в концентрациях или в количествах, превышающих естественный уровень их содержания в природе
- объект, на котором производят, хранят, используют и транспортируют вещества, способные взорваться при определенных условиях
- правила техники безопасности и меры защиты и спасения людей

Вопрос 14

Наиболее распространённые аварийно химически опасные вещества:

Варианты ответов

- бесцветный газ с характерным запахом, он применяется для производства азотной кислоты, жидких удобрений, соды, используется в холодильных установках
- зеленовато-жёлтый газ с резким удушливым запахом, тяжелее воздуха; применяется для обеззараживания воды (хлорирование), для получения пластмасс, растворителей, дезинфицирующих, отбеливающих и моющих средств
- серебристо-белый, тяжёлый, подвижный жидкий металл, который при попадании в организм человека (вдыхание паров испаряющейся ртути) вызывает острое отравление

Вопрос 15

Наиболее распространённые аварийно химически опасные вещества:

Варианты ответов

- бесцветный газ с характерным запахом, он применяется для производства азотной кислоты, жидких удобрений, соды, используется в холодильных установках
- зеленовато-жёлтый газ с резким удушливым запахом, тяжелее воздуха; применяется для обеззараживания воды (хлорирование), для получения пластмасс, растворителей, дезинфицирующих, отбеливающих и моющих средств
- серебристо-белый, тяжёлый, подвижный жидкий металл, который при попадании в организм человека (вдыхание паров испаряющейся ртути) вызывает острое отравление

Вопрос 16

Химическая безопасность - это

Варианты ответов

- состояние защищённости персонала, населения, объектов экономики и инфраструктуры, а также окружающей среды от химической опасности в любом её проявлении, при котором предотвращаются, преодолеваются или предельно снижаются негативные последствия потенциального возникновения такой опасности
- химические вещества или соединения, которые при попадании в окружающую среду способны вызвать массовое поражение людей или животных, а также заражение окружающей среды
- правила техники безопасности и меры защиты и спасения людей (эвакуация людей по предварительно разработанному плану)

Практическая работа № 9

Тема: Строевая подготовка

Цель:

1. Выработать навыки в выполнении строевой стойки и поворотов на месте.
2. Дать практику в подаче команд.
3. Выработка строевой выправки обучаемых.

Оборудование: строевая площадка, строевой устав ВС РФ

Справочный материал: (строевой устав ВС)

<https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=65549>

Содежание работы:

Задание 1. Практически отработать строевой прием строевая стойка и повороты на месте.

Краткие теоретические сведения.

Строевая подготовка является одним из важнейших предметов военного обучения и воспитания. Она дисциплинирует обучаемых, вырабатывает у них отличную строевую выправку, умение быстро и четко выполнять строевые приемы, прививает аккуратность, ловкость и выносливость.

Строевая подготовка — дело сугубо практическое. Каждый прием или действие нужно отрабатывать многократным повторением, придерживаясь такой последовательности:

- назвать прием (действие) и подать команду, по которой он выполняется;
- показать образцовое выполнение приема (действия) в целом, затем по разделениям с одновременным кратким объяснением правил и порядка его выполнения;
- научить обучаемых технике выполнения приема (действия) сначала по разделениям, затем в целом;
- тренировать учащихся в выполнении приема (действия), добиваясь ловкости, быстроты и четкости действия.

Работа в аудитории

Строевая стойка 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 отдании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

Повороты на месте выполняются по командам: **«Напра-ВО»**, **«Нале-ВО»**, **«Кру-ГОМ»**. Повороты кругом, налево производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; повороты направо — в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке. Повороты выполняются в два приема: первый прием — повернуться, сохраняя правильное положение корпуса, и, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу; второй прием — кратчайшим путем приставить другую ногу.

На практическом занятии осуществляется:

Разучивание строевой стойки.

1. *Выполнение этого подготовительного упражнения осуществляется по команде "Носки свести, делай – РАЗ, носки развести, делай – ДВА, носки свести, делай – РАЗ" и т.д. После одиночной тренировки применить попарную тренировку, для чего произвести расчет отделения на первый и второй и подать команду: "Первые номера налево, а вторые напра – ВО", затем: "Первые номера проверяют, вторые выполняют – к попарной тренировке – ПРИСТУПИТЬ".*

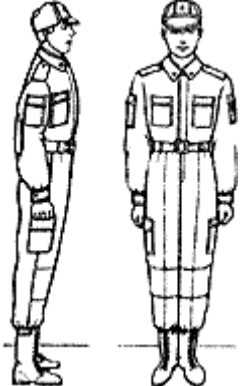
2. *Приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед, подбор живота, развертывание плеч и опускание рук посередине бедра:*

Начиная это упражнение, необходимо сделать глубокий вдох и в таком положении задержать грудную клетку, сделать выдох и продолжить дыхание с приподнятой грудью. Приподнять грудь, корпус тела следует немного подать вперед и подобрать живот, а плечи развернуть. Руки при этом опускаются так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедер. Разучивание этого подготовительного упражнения производить по команде: **" Грудь приподнять, живот подобрать, плечи развернуть, корпус тела подать живот, делай – РАЗ, принять первоначальное положение, делай – ДВА"**.

3. *Слитная тренировка всех элементов строевой стойки.*

Подать команду: **"СТАНОВИСЬ", "СМИРНО"**. Проверить правильность выполнения строевой стойки для чего необходимо приказать

обучаемым подняться на носки. Если строевая стойка принята правильно, то все обучаемые легко, без наклона вперед выполняют команду. Или подать команду: **"Поднять носки, делай – РАЗ"**. Те, кто принял правильную строевую стойку, носки поднять не смогут.

| Прием, команда, действие | Ошибки |
|---|--|
| <p data-bbox="150 456 395 524">Строевая стойка</p>  | <p data-bbox="430 456 1426 577">Ноги согнуты в коленях, носки не выровнены по линии фронта и не развернуты на ширину ступни, каблуки не поставлены вместе.</p> <p data-bbox="430 584 1426 705">Руки согнуты в локтях, кисти рук находятся не в середине бедра и не обращены ладонями внутрь, пальцы не полусогнуты и не касаются бедра.</p> <p data-bbox="430 712 1426 792">Грудь не приподнята, живот не подобран, плечи не развернуты, корпус не подан вперед.</p> <p data-bbox="523 799 1181 837">Голова опущена, выставлен подбородок.</p> |

Разучивание поворотов на месте

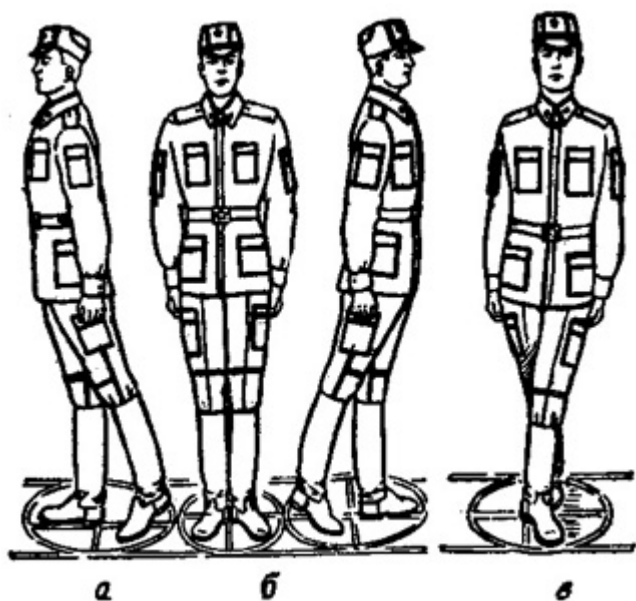
1. Поворот направо разучивается по разделениям на два счета. Показав прием по разделениям командовать: **"Направо, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА"**. Следить за тем, чтобы обучаемые по первому счету, резко повернувшись в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке, сохраняли положение корпуса, как при строевой стойке, и не сгибали ног в коленях, перенося тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Каблук сзади стоящей ноги и носок впереди стоящей ноги должны быть развернуты так, чтобы после окончания поворота носки оказались развернутыми на ширину ступни. Положение рук должно быть, как при строевой стойке. При неправильном или нечетком выполнении элемента по счету **"раз"** подается команда **"Отставить"**. По счету **"делай – ДВА"** кратчайшим путем приставить левую ногу, не сгибая ее в колене. Разучив поворот направо по разделениям, приступить к разучиванию его в целом. Для этого подать команду **"Напра-ВО"** и сопровождать подсчетом вслух **"РАЗ, ДВА"**. Изучение приема можно продолжить под счет самих обучаемых или под барабан.

2. Поворот налево разучивается по разделениям на два счета. Показав прием по разделениям командовать: **"Налево, по разделениям, делай – РАЗ"**. Обучаемые должны повернуться на левом каблуке и правом носке, перенести тяжесть тела на левую ногу, сохраняя правильное положение корпуса, не сгибая ног в коленях и не размахивая во время поворота руками. По счету **"делай – ДВА"** правую ногу надо кратчайшим путем приставить к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернутыми на ширину ступни.

3. Поворот кругом выполняется по команде **"Кру – ГОМ"** также, как поворот налево, с той лишь разницей, что разворот корпуса делается на 180

градусов. По команде "Кругом, по отделениям, делай – РАЗ" надо резко повернуться на левом каблуке и правом носке, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на каблук левой ноги, подавая корпус немного вперед. При повороте кругом также не допускается размахивание руками вокруг корпуса. По счету "делай – ДВА" надо кратчайшим путем приставить правую ногу к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернутыми на ширину ступни. Добившись правильного выполнения приема по отделениям перейти к тренировке обучаемых в выполнении поворота кругом в целом.

| Прием, команда, действие | Ошибки |
|--------------------------------|--|
| Повороты на месте | <p>После поворота не сохраняется правильное положение корпуса или ног.</p> <p>Во время поворота ноги (нога) сгибаются в коленях.</p> <p>Кисти рук не посередине бедер и пальцы не касаются бедра.</p> <p>Нога приставляется не кратчайшим путем.</p> |



Положение ног при повороте:

а – направо; б – налево; в - кругом

Контрольные вопросы

1. Для чего нужна строевая подготовка?
2. Когда принимается строевая стойка?
3. Какая команда подается для принятия строевой стойки?
4. Какая команда подается для выполнения поворотов?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 10

Тема: Строевая подготовка.

Цель занятия:

1. Разучить элементы выполнения строевого приема воинского приветствия на месте и в движении.
2. Дать практику в подаче команд.
3. Выработка строевой выправки обучающихся.

Оборудование: строевой устав ВС РФ.

Справочный материал: Строевой устав ВС

<https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=65549>

Содержание работы:

Задание 1. Практически отработать строевой прием выполнение воинского приветствия на месте и в движении.

Пояснения. Воинское приветствие является воплощением товарищеской сплоченности военнослужащих, свидетельством взаимного уважения и проявлением вежливости и воспитанности. Все военнослужащие обязаны при встрече (обгоне) приветствовать друг друга, соблюдая правила, установленные Строевым уставом Вооруженных Сил Российской Федерации.

Работа в аудитории

Воинское приветствие выполняется четко и молодежато, с точным соблюдением правил строевой стойки и движения.

1. Обучение правилам выполнения воинского приветствия на месте надо проводить вначале без головного, а потом с надетым головным убором. Рассказав и показав солдатам правила выполнения воинского приветствия на месте, начинать разучивание их по разделениям на два счета по команде **"Для выполнения воинского приветствия на месте, начальник с фронта (справа, слева, сзади), по разделениям: делай – РАЗ, делай – ДВА"**. При подходе начальника за три-четыре шага по счету **"делай – РАЗ"** обучаемые должны принять положение строевой стойки, если необходимо – повернуться в его сторону, с одновременным приставлением ноги энергично повернуть голову с приподнятым подбородком в сторону начальника, смотреть в лицо начальнику, поворачивая вслед за ним голову. По счету **"делай – ДВА"** голову ставят прямо и принимают положение "вольно". И так повторяются команды для выполнения воинского приветствия начальнику, идущему с разных направлений.

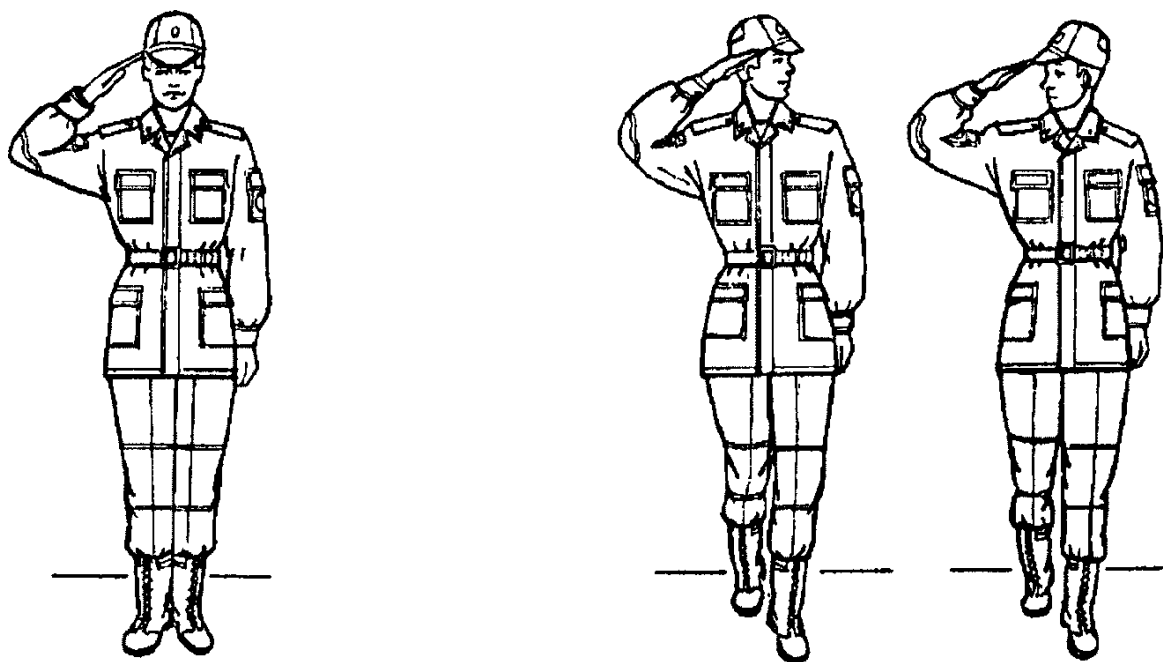
2. Обучение приемам выполнения воинского приветствия на месте при надетом головном уборе проводится по разделениям в том же порядке, что и без головного убора. При этом следует вначале обучить правильно прикладывать

руку к головному убору. Для этого показать и рассказать, что правая рука прикладывается к головному убору после принятия положения "смирно" кратчайшим путем, а при повороте в сторону начальника – одновременно с приставлением сзади стоящей ноги. Обратить внимание солдат на то, что правая рука должна иметь прямую ладонь, пальцы вместе, средний палец касается не головы у виска, а нижнего края головного убора (у козырька), локоть при этом должен быть на линии и на высоте плеча. Обучение приему прикладывания руки к головному убору начинается по команде **"Прикладывание руки к головному убору и опускание ее по разделениям: делай – РАЗ, делай – ДВА"**. По счету **"делай – РАЗ"** обучаемые, находясь в разомкнутом одношереножном строю, энергично прикладывают правую руку к головному убору, по счету **"делай – ДВА"** энергично опускают правую руку вниз. Тренировать обучаемых в выполнении воинского приветствия в целом.

3. В движении без оружия воинское приветствие отдается при встрече друг с другом и при обгоне. Обучение выполнению воинского приветствия в движении при надетом головном уборе производится на шесть счетов. По счету **"делай – РАЗ"** сделать шаг левой ногой и с постановкой ноги на землю голову повернуть в сторону начальника, одновременно приложить руку к головному убору, левую руку опустить вниз к бедру. По счету **"делай – ДВА"**, **"делай – ТРИ"**, **"ЧЕТЫРЕ"**, делать шаги правой (левой) ногой; **"делай – ПЯТЬ"** одновременно с постановкой левой ноги на землю голову поставить прямо, правую руку опустить от головного убора вниз. По счету **"делай – ШЕСТЬ"** правую ногу приставить к левой, а правую руку опустить к бедру. Убедившись, что обучаемые правильно поняли прием, выстроить отделение в колонну по одному и приступить к тренировке под счет обучаемых или под барабан. Для проверки умения обучаемых выполнять воинское приветствие в движении выстроить отделение в колонну по одному, подать команду **"Для выполнения воинского приветствия, дистанция 10 шагов, шагом – МАРШ"** и пропустить отделение мимо себя. Обучаемые поочередно проходят мимо и выполняют воинское приветствие.

Показав прием в целом и по разделениям, пояснить, что для выполнения воинского приветствия вне строя без головного убора за три-четыре шага до начальника (старшего) одновременно с постановкой ноги на землю необходимо прекратить движение руками, повернуть голову в его сторону и, продолжая движение, смотреть ему в лицо; пройдя начальника, голову поставить прямо и продолжать движение руками. Изучение этого приема командир отделения начинает по разделениям на четыре-шесть счетов. Прием разучивается по команде **"Выполнение воинского приветствия в движении, начальник справа (слева), по разделениям: делай – РАЗ, делай – ДВА"** и т. д. По счету **"делай – РАЗ"** сделать шаг левой ногой, одновременно с постановкой ее на землю прекратить движение руками и повернуть голову в сторону начальника. По счету **"ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ"** движение продолжать с прижатыми руками и повернутой головой, по счету **"делай – ПЯТЬ"** одновременно с постановкой левой ноги на землю голову поставить

прямо. По счету “делай – ШЕСТЬ” правую ногу приставить к левой.



Выполнение воинского приветствия на месте, приветствия в движении

| Прием, команда действие | Ошибки |
|----------------------------------|--|
| Выполнение воинского приветствия | <p>Воинское приветствие выполняется менее или более чем за 3-4 шага.</p> <p>Пальцы руки, приложенной к головному убору, не вместе, ладонь согнута, средний палец не касается нижнего края головного убора (у козырька).</p> <p>Локоть руки не на линии и высоте плеча.</p> <p>При повороте головы изменилось положение руки у головного убора.</p> <p>Рука прикладывается к головному убору не кратчайшим путем.</p> |

Контрольные вопросы

1. Для чего применяется воинское приветствие?
2. Какие команды подаются для выполнения воинского приветствия?

Практическая часть

1. Отработать правилам выполнения воинского приветствия на месте
2. Отработать приемы выполнения воинского приветствия на месте
3. Отработать выполнение воинского приветствия в движении при надетом головном уборе.
4. Ошибки при выполнении воинского приветствия.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 11

Тема: Строевая подготовка

Цель:

1. Выработать навыки в выполнении строевого приема выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.
2. Дать практику в подаче команд.
3. Выработка строевой выправки обучаемых.

Оборудование: строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ.

Справочный материал:

<https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=65549> (строевой устав ВС)

Содержание работы:

Задание 1. Практически отработать строевой прием выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.

Пояснения к материалу по теме

Выход из строя применяется:

1. для выхода из строя по вызову;
2. для выхода из строя на указанное количество шагов.

Подход к начальнику применяется:

1. для подхода к начальнику по вызову;
2. для подхода к начальнику вне строя.

Отход от начальника применяется:

1. для отхода от начальника вне строя;
2. для отхода от начальника в строю.

Возвращение в строй применяется:

1. для постановки в строй после выхода по вызову;
2. для постановки в строй после выхода на указанное количество шагов.

Работа в аудитории

Для выхода военнослужащего из строя подается команда.

Например: "Рядовой Иванов. **ВЫЙТИ ИЗ СТРОЯ НА СТОЛЬКО-ТО ШАГОВ**" или "Рядовой Иванов. **КО МНЕ (БЕГОМ КО МНЕ)**".

На практическом занятии осуществляется:

Обучаемый, услышав свою фамилию, отвечает: "Я", а по команде о выходе (о вызове) из строя отвечает: "Есть". По первой команде обучаемый строевым шагом выходит из строя на указанное количество шагов, считая от первой

шеренги, останавливается и поворачивается лицом к строю. По второй команде военнослужащий, сделав *один-два* шага от первой шеренги прямо, на ходу поворачивается в сторону начальника, кратчайшим путем строевым шагом подходит (подбегает) к нему и, остановившись за два-три шага, докладывает о прибытии.

Доклад о прибытии.

Например: «**Товарищ лейтенант. Рядовой Иванов по вашему приказу прибыл**» или «**Товарищ полковник. Капитан Петров по вашему приказу прибыл**».

Для возвращения военнослужащего в строй подается команда.

Например: "**Рядовой Иванов. СТАТЬ В СТРОЙ**" или только "**СТАТЬ В СТРОЙ**".

По команде "Рядовой Иванов" военнослужащий, стоящий лицом к строю, услышав свою фамилию, поворачивается лицом к начальнику и отвечает: "**Я**", а по команде "**СТАТЬ В СТРОЙ**", если он без оружия или с оружием в положении "за спину", прикладывает руку к головному убору, отвечает: "**Есть**", поворачивается в сторону движения, с первым шагом опускает руку, двигаясь строевым шагом, кратчайшим путем становится на свое место в строю.

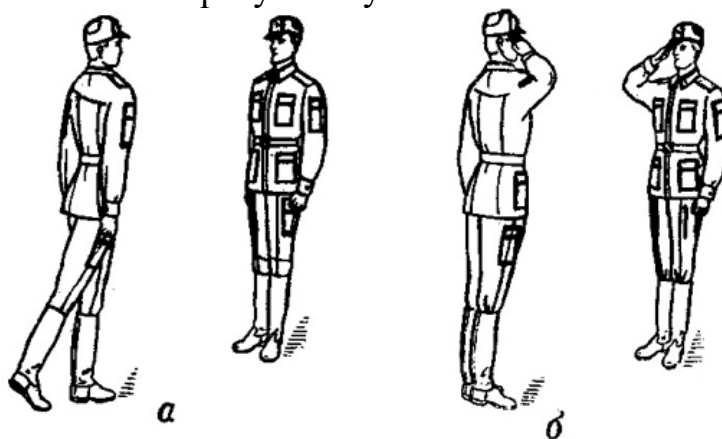
Если подается только команда "**СТАТЬ В СТРОЙ**", военнослужащий возвращается в строй без предварительного поворота к начальнику.

1. Подход к начальнику рекомендуется разучивать по разделениям на три счета. По счету "**делай – РАЗ**" левой ногой сделать строевой шаг вперед, произведя движение руками в такт шага, и зафиксировать положение на левой ноге, руки опущены к бедрам. По счету "**делай – ДВА**" приставить правую ногу и одновременно приложить правую руку к головному убору. По счету "**делай – ТРИ**" руку опустить к бедру. После этого упражнение повторяется.

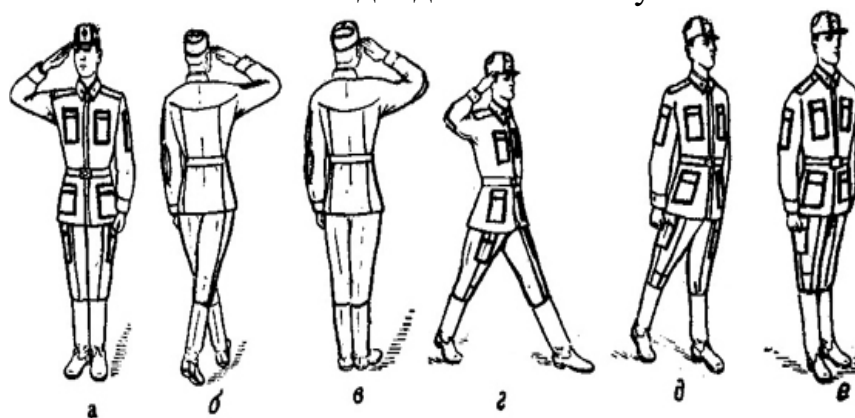
2. Разучивание подхода к начальнику можно проводить на четыре счета с движением вперед на три шага. По команде "**Подход к начальнику, по разделениям на четыре счета, с движением три шага вперед – начи – НАЙ**". По счету "**РАЗ, ДВА, ТРИ**" сделать три строевых шага вперед, по счету "**четыре**" приставить правую ногу к левой и одновременно правую руку приложить к головному убору. По следующему счету "**раз, два, три**" руку держать у головного убора, а по счету "**четыре**" опустить. Упражнение повторяется несколько раз.

3. Разучивание отхода от начальника по разделениям рекомендуется проводить на четыре счета по команде "**Отход от начальника, по разделениям на четыре счета – начи – НАЙ**". По счету "**делай – РАЗ**" все солдаты отделения прикладывают правую руку к головному убору и отвечают: "**Есть**". По счету "**делай – ДВА**" поворачиваются кругом (направо, налево) и приставляют правую ногу. По счету "**делай – ТРИ**" с первым шагом (с постановкой левой ноги на землю) опускают руку. По счету "**делай – ЧЕТЫРЕ**" приставляют правую ногу к левой.

4. Для привития обучаемым твердых навыков в действиях при подходе к начальнику и отходе от него рекомендуется тренировать их в обычном темпе на девять счетов. Для этого отделение выстраивается в колонну по одному. По команде **"Подход к начальнику и отход от него, на девять счетов, с подсчетом вслух – начи – НАЙ"** военнослужащие по первым трем счетам делают три шага вперед, начиная с левой ноги. По счету **"ЧЕТЫРЕ"** одновременно с приставлением правой ноги к левой прикладывают правую руку к головному убору, по счету **"ПЯТЬ"** опускают руку. По счету **"ШЕСТЬ"** вновь прикладывают руку к головному убору. По счету **"СЕМЬ"**, **"ВОСЕМЬ"** поворачиваются кругом. По счету **"ДЕВЯТЬ"** приставляют правую ногу к левой.



Подход к начальнику



| Прием, команда действие | Ошибки |
|--------------------------------------|---|
| Выход из строя и возвращение в строй | <p>Выход из строя и возвращение в строй производится походным шагом.</p> <p>Выход из строя осуществлен не на указанное количество шагов.</p> <p>После выхода не осуществлен поворот лицом к строю.</p> <p>Нет ответа: «Есть» после команды о выходе из строя.</p> <p>По команде, например: «Рядовой ИВАНОВ» военнослужащий, стоящий лицом к строю, не повернулся начальнику или не ответил «Я».</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>По команде «Стать в строй» военнослужащий не приложил руку к головному убору или не ответил «Есть».</p> <p>Нарушается положение строевой стойки.</p> <p>Возвращение в строй производится не кратчайшим путем.</p> <p>Остальные недостатки те же, что и при движении строевым шагом.</p> |
| <p>Подход к начальнику вне строя и отход от него</p> | <p>Военнослужащий, услышавший свое воинское звание и фамилию, не повернулся лицом к начальнику и не ответил «Я».</p> <p>При подходе к начальнику за 5-6 шагов не перешел на строевой шаг.</p> <p>Получив приказ, военнослужащий не приложил или неправильно приложил руку к головному убору.</p> <p>Нет ответа «Есть» после получения приказа.</p> <p>При отходе не сделал 3-4 шага строевым шагом.</p> <p>Остальные недостатки те же, что и при выполнении предыдущих приемов.</p> |
| <p>Подход к начальнику из строя и отход от него</p> | <p>При выходе из строя военнослужащий не сделал 1-2 шага от первой шеренги прямо или не выполнил в движении поворот в сторону начальника.</p> <p>Подход (отход) осуществлен не кратчайшим путем.</p> <p>При подходе военнослужащий не одновременно приставлением ноги приложил руку к головному убору.</p> <p>Остальные недостатки те же, что при выходе и возвращении в строй.</p> |

Отход от начальника:

а – приложить руку к головному убору;

б – повернуться кругом;

в – приставить ногу;

г – шаг вперед;

д – опустить руку;

е – приставить ногу

Контрольные вопросы

1. Для чего применяется строевой прием выход из строя?
2. Для чего применяется строевой прием подход к начальнику?
3. Команды, подаваемые для выполнения строевых приемов?

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 12

Тема: Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.

Цель:

1. Выработать навыки в выполнении строевого приема строевой шаг.
2. Дать практику в подаче команд.
3. Выработка строевой выправки обучаемых.

Задачи:

1. Практически отработать строевой прием движение строевым шагом.

Оборудование:

Строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ

Продолжительность: 2 часа

Ход выполнения работы:

Движение совершается шагом или бегом.

Нормальная скорость движения шагом 110-120 шагов в минуту. Размер шага 70-80 см.

Нормальная скорость движения бегом 165-180 шагов в минуту. Размер шага 85-90 см.

Шаг бывает СТРОЕВОЙ и ПОХОДНЫЙ.

Строевой шаг применяется при прохождении подразделений торжественным маршем; при выполнении ими воинского приветствия в движении; при подходе военнослужащего к начальнику и при отходе от него; при выходе из строя и возвращении в строй, а также на занятиях по строевой подготовке. Походный шаг применяется во всех остальных случаях.

Работа в аудитории.

Движение строевым шагом начинается по команде «Строевым шагом — МАРШ» (в движении «Строевым — МАРШ»), а движение походным шагом — по команде «Шагом — МАРШ». По предварительной команде подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом. При движении строевым шагом (рис. 3) ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15—20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню. Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: вперед — сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела, а локоть находился на уровне кисти руки; назад — до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты, голову держать прямо, смотреть перед собой. При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения

около тела. При движении походным шагом по команде «СМИРНО» перейти на строевой шаг. При движении строевым шагом по команде «ВОЛЬНО» идти походным шагом.

На практическом занятии осуществляется:

Последовательность обучения движению строевым шагом рекомендуется следующая:

- тренировка в движении руками;
- тренировка в обозначении шага на месте;
- тренировка в движении строевым шагом на четыре счета;
- тренировка в движении строевым шагом на два счета;
- тренировка в движении строевым шагом в замедленном темпе (со скоростью 50-60 шагов в минуту);
- тренировка в движении строевым шагом в уставном темпе по разметке строевой площадки.

Разучивать, строевой шаг рекомендуется, по элементам применяя, для этого подготовительные упражнения.

Первое подготовительное упражнение - движение руками, подается команда «движение руками, делай РАЗ, делай - ДВА». По счету «делай - РАЗ» обучаемые должны согнуть правую руку в локте, производя движение ею от плеча около тела так, чтобы кисть руки поднялась на ширину ладони выше пряжки пояса и находилась на расстоянии ладони от тела; одновременно левую руку отвести назад до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук должны быть полусогнуты, а локоть правой руки слегка приподнят. По счету «делай ДВА» обучаемые должны произвести движение левой рукой вперед, а правой начиная от плеча, назад до отказа.

Второе подготовительное упражнение - обозначение шага на месте производится по команде «На месте, шагом - МАРШ». По этой команде обучаемые поднимают ногу на 15-20 см от земли и ставят ее на землю на всю ступню.

Для отработки подготовительного упражнения для рук с шагом на месте преподаватель подает команду «движение руками с шагом на месте, делай - РАЗ, делай - ДВА». В период тренировки особое внимание обращается на правильное движение и положение рук.

Третье подготовительное упражнение - движения строевым шагом по разделениям на четыре и на два счета по команде «Строевым шагом, по разделениям на четыре счета, шагом - Марш». После команды «МАРШ» считает: «РАЗ, два, три, четыре; РАЗ, два, три, четыре» и т.д. Счет, раз - произносится громко.

После отработки подготовительного упражнения на четыре счета преподаватель повторяет это же движение на два счета, для чего подает команду «Строевым шагом, по разделениям на два счета, шагом - МАРШ» и считает: «раз, два; раз, два» и т.д. Под счет «раз» выполняется шаг под счет «два - выдержка».

При обучении движению строевым шагом необходимо добиться, чтобы обучаемые, при движении не раскачивались из стороны в сторону. Причина раскачивания - неправильная постановка ног при движении: вместо того, чтобы ставить ноги внутренней частью стоп по оси движения, ставят их в стороны, при этом центр тяжести тела с каждым шагом смещается то вправо, то влево. Если обучаемый при движении строевым шагом, как бы подпрыгивает, ему надо указать на его ошибку и потребовать, чтобы он переносил тяжесть тела с ноги на ногу, равномерно, а не рывками. Нельзя допускать при движении заноса одной ноги за другую.

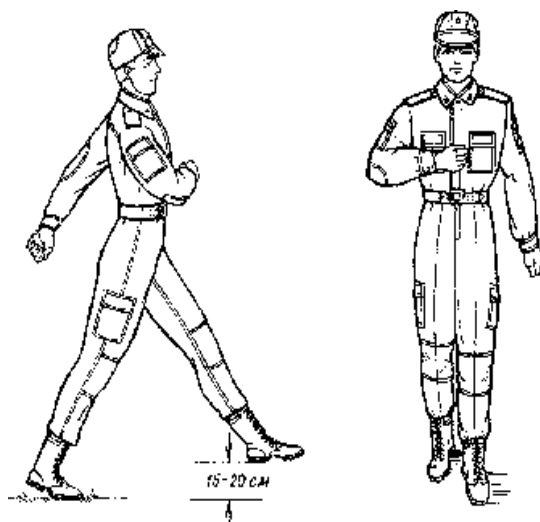


Рис. 3. Движение строевым шагом

Корпус не подан вперед.

Нарушается координация движения рук и ног.

Голова опущена вниз.

Движение руками около корпуса производится не от плеча, а за счет сгибания в локтях.

Движение рук вперед производится значительно выше (ниже) установленной высоты, при этом локоть находится не на уровне кисти руки, а при движении назад рука отводится не до отказа в плечевом суставе.

Не оттянут носок вынесенной вперед ноги.

Ноги не ставятся твердо на всю ступню.

Нарушается строевая стойка.

Темп движения значительно меньше (больше) 110-120 шагов в минуту.

Контрольные вопросы

1. Для чего применяется строевой шаг?
2. Высота подъема ноги при строевом шаге?

3. Какая команда подается для движения строевым шагом?
4. Какая команда подается для движения походным шагом?

Литература

Строевой устав ВС РФ.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 13

Тема: Повороты в движении.

Цель:

1. Выработать навыки в выполнении строевого приема повороты в движении.
2. Дать практику в подаче команд.
3. Выработка строевой выправки обучаемых.

Задачи:

1. Практически отработать строевой прием повороты в движении.

Оборудование:

Строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ

Продолжительность: 2 часа

Ход выполнения работы:

Повороты в движении применяются для изменения направления движения.

Работа в аудитории

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.

На практическом занятии осуществляется:

1. Поворот направо в движении разучивается по разделениям на 3 счета по команде "Поворот в движении направо, по разделениям: делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ". По счету "делай – РАЗ" необходимо сделать строевой шаг левой ногой вперед, произведя взмах руками в такт шага, и остановить в положении с опущенными руками; по счету "делай – ДВА" резко повернуться на носке левой ноги одновременно с поворотом вынести правую ногу вперед и сделать шаг в новом направлении, по счету "делай – ТРИ" приставить левую ногу. Под следующий счет "делай – РАЗ", "делай – ДВА", "делай – ТРИ" прием

повторяется сначала и т.д. Для тренировки рассчитать подразделение на первый и второй, расположить обучаемых друг против друга в восьми шагах с интервалом в 4 шага, чтобы каждый из них находился против малого квадрата на внутренних линиях строевой площадки. Тренировка производится на 4 счета с движением три шага вперед по команде "Поворот в движении направо на 4 счета, шагом – МАРШ" и подсчитывает "раз, два, три, ЧЕТЫРЕ". Под счет "раз, два, три" солдаты делают три строевых шага вперед вдоль линии квадрата, а под громкий счет "ЧЕТЫРЕ" – поворот направо и шаг. Под следующий счет "раз, два, три, ЧЕТЫРЕ" упражнение повторяется. Обучаемые совершают движение по квадрату 4x4 шага. Вначале темп движения 60 шагов в минуту, а затем 110-120 шагов в минуту под барабан.

2. Поворот налево выполняется так же, как поворот в движении направо, с той лишь разницей, что поворот налево производится после 4 шагов, а под очередной счет "раз" выполняется поворот на носке правой ноги.

Исполнительная команда подается одновременно с постановкой на землю левой ноги. Для тренировки расположить подразделение на внешней линии прямоугольника. Выполнение поворота начинается по команде "Поворот в движении налево на 4 счета, шагом – МАРШ" и затем ведется под счет "РАЗ, два, три, четыре", а под следующий громкий счет "РАЗ" обучаемые делают поворот и шаг, под счет "два, три, четыре" продолжают движение. Завершаться тренировка может под счет самих обучаемых или под барабан.

3. Поворот в движении кругом в отличие от поворотов направо, налево выполняется на носках обеих ног и движение после поворота начинается с левой ноги в тот момент, когда ноги находятся на носках. Опускаться на пятки после поворота не разрешается. Для поворота кругом в движении исполнительная команда "Марш" подается одновременно с постановкой на землю правой ноги, а затем на три счета выполняется поворот. Обучение повороту кругом в движении начинается по разделением на 4 счета по команде "Поворот в движении кругом, по разделением: делай – РАЗ, делай – ДВА, делай – ТРИ, делай – ЧЕТЫРЕ". По счету "делай – РАЗ" солдаты делают шаг вперед с левой ноги и остаются в таком положении, по счету "делай – ДВА" выносят правую ногу на полшага вперед и несколько влево и, резко повернувшись в сторону левой руки на носках обеих ног, остаются в таком положении. По счету "делай – ТРИ" делают шаг с левой ноги вперед, а по счету "делай – ЧЕТЫРЕ" приставляют правую ногу. При выполнении поворота кругом особое внимание обращается на резкость поворота, а также на движение рук в такт шага, т.е. когда по счету "делай – ДВА" вначале выносятся правая нога на полшага вперед, следует вместе с ней посылать левую руку вперед, а правую назад. Как только правая нога опустилась на носок, руки должны быть опущены. В момент начала поворота на носках обеих ног руки, двигаясь в такт шага, окажутся внизу. По счету "делай – ТРИ" правая рука начинает движение вперед, а левая назад. Тренировка в выполнении этого приема может производиться в комплексе с движением три шага вперед по команде "Поворот

кругом с движением три шага вперед, шагом – МАРШ", а под счет "раз, два, три" делаются три шага, а под счет "четыре" – поворот кругом.

Поворот в движении выполнен несвоевременно.

Поворот направо (налево) производится не на носке правой (левой) ноги.

При повороте не выполняется движение руками в такт шага.

Поворот кругом выполняется не на носках обеих ног.

Контрольные вопросы

1. Для чего применяются повороты в движении?

2. Какие команды подается для выполнения поворотов в движении?

Литература

Строевой устав ВС РФ

Практическая работа 14

Тема: Строевая подготовка

Цель:

1. Ознакомить студентов с задачами строевого устава.

2. Изучить раздел строевого устава «Строй и управление ими»

Оборудование: тетрадь, раздаточный материал, видео фильм

Справочный материал:

1. Устав строевой подготовки

<https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=65549>

Порядок выполнения работы:

1. Прислушать устно разъяснения преподавателя по данной теме;

2. Дополнить фразы:

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 –

3. Сдать конспект работы;

Краткие теоретические сведения

Строй и управление ими

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.

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 образуют свое движение остальные военнослужащие (подразделения, машины).

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

Практическая работа 15

Тема: Строевая подготовка

Цель:

1. Ознакомить студентов с правилами выполнения строевой стойки
2. Изучить правила выполнения команды «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!», повороты на месте, движение строевым шагом.

Оборудование: тетрадь, раздаточный материал, видео фильм

Справочный материал:

1. Устав строевой подготовки

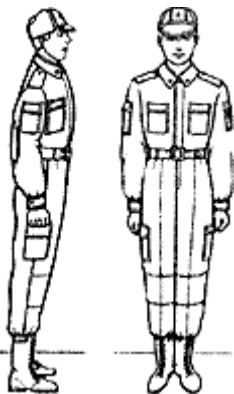
<https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=65549>

Порядок выполнения работы:

1. Прослушать устно разъяснения преподавателя по данной теме;
2. Изучить правила выполнения команды «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!», повороты на месте, движение строевым шагом.
3. Сдать работу;

Краткие теоретические сведения

«



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,

Рис. 1.
Строевая

стойка при докладе, во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

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

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 к ноге.

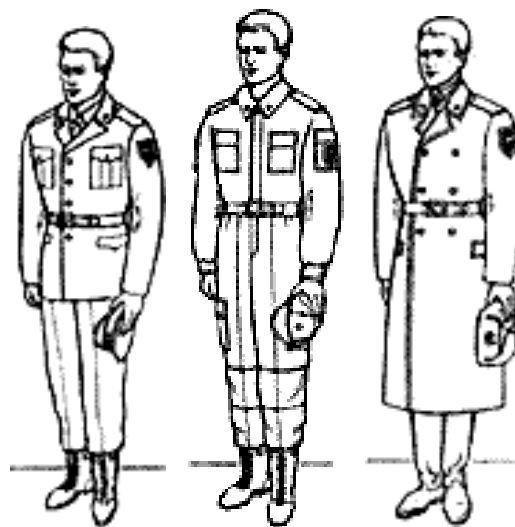


Рис. 2. Положение снятого головного убора: а - фуражки; б - фуражки полевой хлопчатобумажной; в - шапки-ушанки

Повороты на месте

Повороты на месте выполняются по командам: «**Напра-ВО**», «**Нале-ВО**», «**Кру-ГОМ**». Повороты кругом, налево производятся в сторону левой руки на левом каблуке и на правом носке; повороты направо — в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке.

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

Движение

Движение совершается шагом или бегом. Движение шагом осуществляется с темпом 110—120 шагов в минуту. Размер шага — 70—80 см. Движение бегом осуществляется с темпом 165—180 шагов в минуту. Размер шага — 85—90 см.

Шаг бывает строевой и походный.

Строевой шаг применяется при прохождении подразделений торжественным маршем; при выполнении ими воинского приветствия в

движении; при подходе военнослужащего к начальнику и при отходе от него; при выходе из строя и возвращении в строй, а также на занятиях по строевой подготовке.

Походный шаг применяется во всех остальных случаях.

Движение строевым шагом начинается по команде «**Строевым шагом — МАРШ**» (в движении «Строевым — МАРШ»), а движение походным шагом — по команде «**Шагом — МАРШ**».

По предварительной команде подать корпус несколько вперед, перенести тяжесть его больше на правую ногу, сохраняя устойчивость; по исполнительной команде начать движение с левой ноги полным шагом. При движении строевым шагом (рис. 3) ногу с оттянутым вперед носком выносить на высоту 15—20 см от земли и ставить ее твердо на всю ступню.

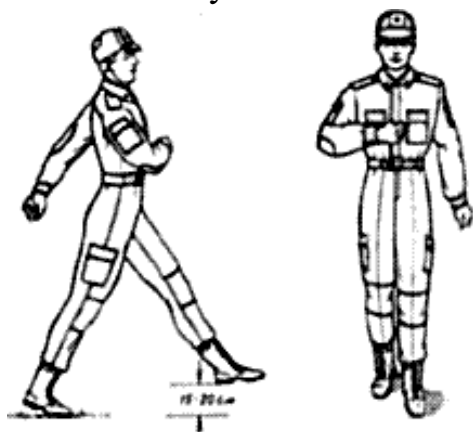


Рис. 3. Движение строевым шагом

Руками, начиная от плеча, производить движения около тела: вперед — сгибая их в локтях так, чтобы кисти поднимались выше пряжки пояса на ширину ладони и на расстоянии ладони от тела, а локоть находился на уровне кисти руки; назад — до отказа в плечевом суставе. Пальцы рук полусогнуты, голову держать прямо, смотреть перед собой.

При движении походным шагом ногу выносить свободно, не оттягивая носок, и ставить ее на землю, как при обычной ходьбе; руками производить свободные движения около тела. При движении походным шагом по команде «**СМИРНО**» перейти на строевой шаг.

При движении строевым шагом по команде «**ВОЛЬНО**» идти походным шагом.

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.

Практическая работа 15

Тема: Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки («Строевая стойка - практика»).

Цель:

2. Отработать команды «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!», повороты на месте, движение строевым шагом.

Оборудование: строевая площадка

Справочный материал:

1. Устав строевой подготовки

<https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=65549>

Порядок выполнения работы:

4. Выполнить команды:

«Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Заправиться!», повороты на месте :«Напра-ВО!» «Нале-ВО», «Кру- ГОМ», «Строевым шагом - МАРШ!», повороты в движении: :«Напра-ВО!» «Нале-ВО», «Кругом – МАРШ!».

Выполнить воинское приветствие на месте и в движении.

Краткие теоретические сведения

«Выполнение строевых приемов и движение без оружия»

1. Выполнение строевой стойки
2. Выполнение поворотов на месте
3. Движение шагом или бегом (строевой шаг, походный шаг)
4. Выполнение поворотов в движении

Практическая работа 16.

Тема: Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.

Цель:

1. Выработать навыки в выполнении строевого приема воинского приветствия без оружия на месте и в движении.

2. Дать практику в подаче команд.

3. Выработка строевой выправки обучаемых.

Задачи:

1. Практически отработать строевой прием движение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.

Оборудование:

Строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ

Продолжительность: 2 часа

Ход выполнения работы:

Воинское приветствие является воплощением товарищеской сплоченности военнослужащих, свидетельством взаимного уважения и проявлением вежливости и воспитанности. Все военнослужащие обязаны при встрече (обгоне) приветствовать друг друга, соблюдая правила, установленные Строевым уставом Вооруженных Сил Российской Федерации.

Работа в аудитории

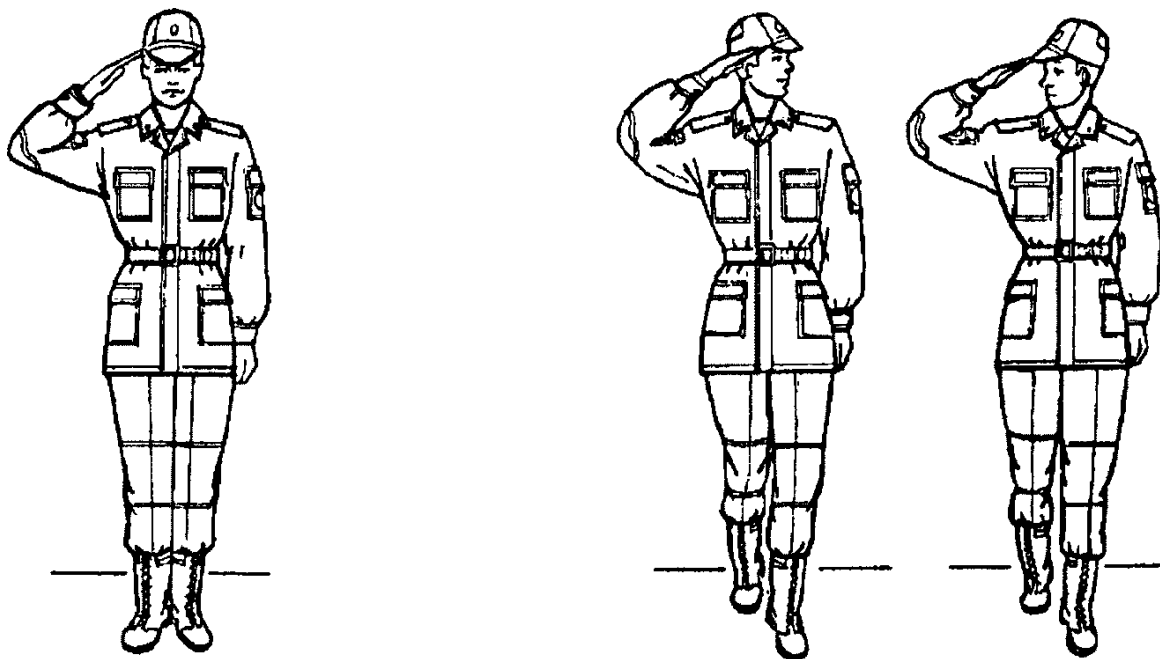
Воинское приветствие выполняется четко и молодежато, с точным соблюдением правил строевой стойки и движения.

На практическом занятии осуществляется:

1. Обучение правилам выполнения воинского приветствия на месте надо проводить вначале без головного, а потом с надетым головным убором. Рассказав и показав солдатам правила выполнения воинского приветствия на месте, начинать разучивание их по разделениям на два счета по команде "Для выполнения воинского приветствия на месте, начальник с фронта (справа, слева, сзади), по разделениям: делай – РАЗ, делай – ДВА". При подходе начальника за три-четыре шага по счету "делай – РАЗ" обучаемые должны принять положение строевой стойки, если необходимо – повернуться в его сторону, с одновременным приставлением ноги энергично повернуть голову с приподнятым подбородком в сторону начальника, смотреть в лицо начальнику, поворачивая вслед за ним голову. По счету "делай – ДВА" голову ставят прямо и принимают положение "вольно". И так повторяются команды для выполнения воинского приветствия начальнику, идущему с разных направлений.
2. Обучение приемам выполнения воинского приветствия на месте при надетом головном уборе проводится по разделениям в том же порядке, что и без головного убора. При этом следует вначале обучить правильно прикладывать руку к головному убору. Для этого показать и рассказать, что правая рука прикладывается к головному убору после принятия положения "смирно" кратчайшим путем, а при повороте в сторону начальника – одновременно с приставлением сзади стоящей ноги. Обратить внимание солдат на то, что правая рука должна иметь прямую ладонь, пальцы вместе, средний палец касается не головы у виска, а нижнего края головного убора (у козырька), локоть при этом должен быть на линии и на высоте плеча. Обучение приему прикладывания руки к головному убору начинается по команде "Прикладывание руки к головному убору и опускание ее по разделениям: делай – РАЗ, делай – ДВА". По счету "делай – РАЗ" обучаемые, находясь в разомкнутом одношереножном строю, энергично прикладывают правую руку к головному убору, по счету "делай – ДВА" энергично опускают правую руку вниз. Тренировать обучаемых в выполнении воинского приветствия в целом.

3. В движении без оружия воинское приветствие отдается при встрече друг с другом и при обгоне. Обучение выполнению воинского приветствия в движении при надетом головном уборе производится на шесть счетов. По счету "делай – РАЗ" сделать шаг левой ногой и с постановкой ноги на землю голову повернуть в сторону начальника, одновременно приложить руку к головному убору, левую руку опустить вниз к бедру. По счету "делай – ДВА", "делай – ТРИ", "ЧЕТЫРЕ", делать шаги правой (левой) ногой; "делай – ПЯТЬ" одновременно с постановкой левой ноги на землю голову поставить прямо, правую руку опустить от головного убора вниз. По счету "делай – ШЕСТЬ" правую ногу приставить к левой, а правую руку опустить к бедру. Убедившись, что обучаемые правильно поняли прием, выстроить отделение в колонну по одному и приступить к тренировке под счет обучаемых или под барабан. Для проверки умения обучаемых выполнять воинское приветствие в движении выстроить отделение в колонну по одному, подать команду "Для выполнения воинского приветствия, дистанция 10 шагов, шагом – МАРШ" и пропустить отделение мимо себя. Обучаемые поочередно проходят мимо и выполняют воинское приветствие.

Показав прием в целом и по подразделениям, пояснить, что для выполнения воинского приветствия вне строя без головного убора за три-четыре шага до начальника (старшего) одновременно с постановкой ноги на землю необходимо прекратить движение руками, повернуть голову в его сторону и, продолжая движение, смотреть ему в лицо; пройдя начальника, голову поставить прямо и продолжать движение руками. Изучение этого приема командир отделения начинает по подразделениям на четыре-шесть счетов. Прием разучивается по команде "Выполнение воинского приветствия в движении, начальник справа (слева), по подразделениям: делай – РАЗ, делай – ДВА" и т. д. По счету "делай – РАЗ" сделать шаг левой ногой, одновременно с постановкой ее на землю прекратить движение руками и повернуть голову в сторону начальника. По счету "ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ" движение продолжать с прижатыми руками и повернутой головой, по счету "делай – ПЯТЬ" одновременно с постановкой левой ноги на землю голову поставить прямо. По счету "делай – ШЕСТЬ" правую ногу приставить к левой.



Выполнение воинского приветствия на месте Выполнение воинского
приветствия в движении

Воинское приветствие выполняется менее или более чем за 3-4 шага.
Пальцы руки, приложенной к головному убору, не вместе, ладонь согнута, средний палец не касается нижнего края головного убора (у козырька).
Локоть руки не на линии и высоте плеча.
При повороте головы изменилось положение руки у головного убора.
Рука прикладывается к головному убору не кратчайшим путем.

Контрольные вопросы

1. Для чего применяется воинское приветствие?
2. Какие команды подается для выполнения воинского приветствия?

Литература

Строевой устав ВС РФ.

Практическая работа 17.

Тема: Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него

Цель:

1. Выработать навыки в выполнении строевого приема выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.
2. Дать практику в подаче команд.

3. Выработка строевой выправки обучаемых.

Задачи:

1. Практически отработать строевой прием выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.

Оборудование:

Строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ

Продолжительность: 2 часа.

Ход выполнения работы:

Выход из строя применяется:

для выхода из строя по вызову;

для выхода из строя на указанное количество шагов.

Подход к начальнику применяется:

для подхода к начальнику по вызову;

для подхода к начальнику вне строя.

Отход от начальника применяется:

для отхода от начальника вне строя;

для отхода от начальника в строю.

Возвращение в строй применяется:

для постановки в строй после выхода по вызову;

для постановки в строй после выхода на указанное количество шагов.

Работа в аудитории

Для выхода военнослужащего из строя подается команда.

Например: "Рядовой Иванов. ВЫЙТИ ИЗ СТРОЯ НА СТОЛЬКО-ТО ШАГОВ" или "Рядовой Иванов. КО МНЕ (БЕГОМ КО МНЕ)".

На практическом занятии осуществляется:

Обучаемый, услышав свою фамилию, отвечает: "Я", а по команде о выходе (о вызове) из строя отвечает: "Есть". По первой команде обучаемый строевым шагом выходит из строя на указанное количество шагов, считая от первой шеренги, останавливается и поворачивается лицом к строю. По второй команде военнослужащий, сделав один-два шага от первой шеренги прямо, на ходу поворачивается в сторону начальника, кратчайшим путем строевым шагом подходит (подбегает) к нему и, остановившись за два-три шага, докладывает о прибытии.

Доклад о прибытии. Например: "Товарищ лейтенант. Рядовой Иванов по вашему приказу прибыл" или "Товарищ полковник. Капитан Петров по вашему приказу прибыл".

Для возвращения военнослужащего в строй подается команда.

Например: "Рядовой Иванов. СТАТЬ В СТРОЙ" или только "СТАТЬ В СТРОЙ".

По команде "Рядовой Иванов" военнослужащий, стоящий лицом к строю, услышав свою фамилию, поворачивается лицом к начальнику и отвечает: "Я", а по команде "СТАТЬ В СТРОЙ", если он без оружия или с оружием в положении "за спину", прикладывает руку к головному убору, отвечает: "Есть",

поворачивается в сторону движения, с первым шагом опускает руку, двигаясь строевым шагом, кратчайшим путем становится на свое место в строю.

Если подается только команда "СТАТЬ В СТРОЙ", военнослужащий возвращается в строй без предварительного поворота к начальнику.

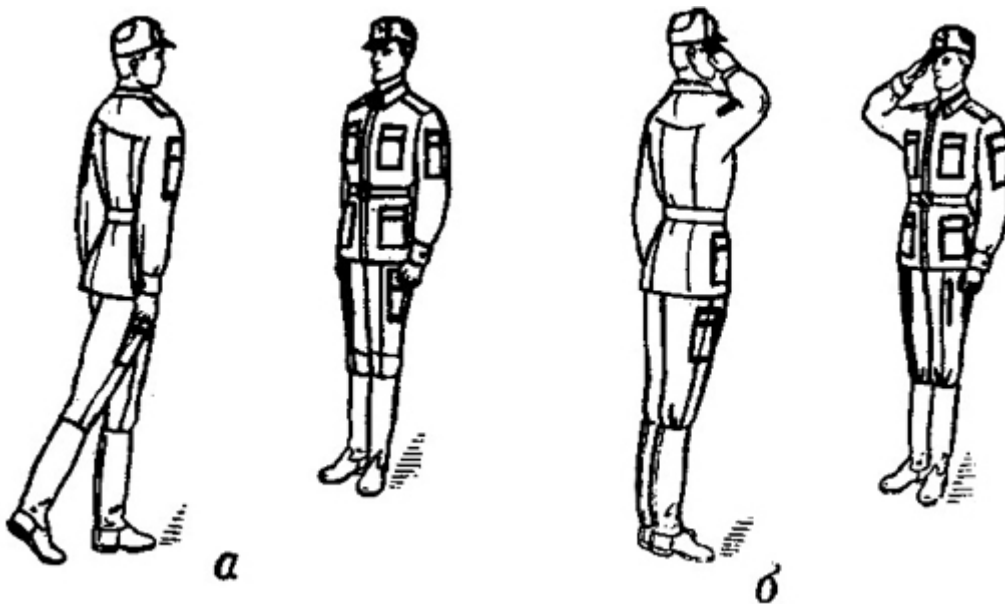
1. Подход к начальнику рекомендуется разучивать по разделениям на три счета.

По счету "делай – РАЗ" левой ногой сделать строевой шаг вперед, произведя движение руками в такт шага, и зафиксировать положение на левой ноге, руки опущены к бедрам. По счету "делай – ДВА" приставить правую ногу и одновременно приложить правую руку к головному убору. По счету "делай – ТРИ" руку опустить к бедру. После этого упражнение повторяется.

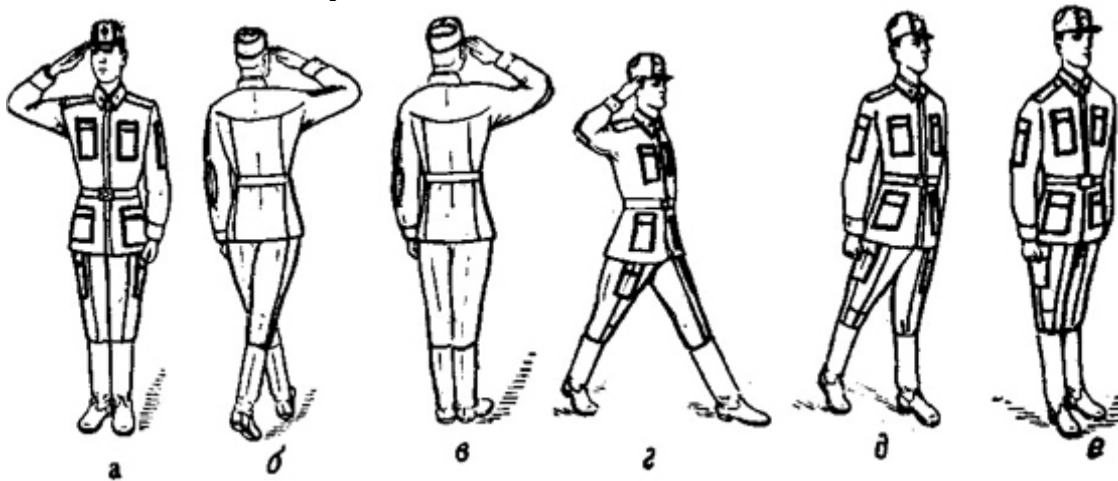
2. Разучивание подхода к начальнику можно проводить на четыре счета с движением вперед на три шага. По команде "Подход к начальнику, по разделениям на четыре счета, с движением три шага вперед – начи – НАЙ". По счету "РАЗ, ДВА, ТРИ" сделать три строевых шага вперед, по счету "четыре" приставить правую ногу к левой и одновременно правую руку приложить к головному убору. По следующему счету "раз, два, три" руку держать у головного убора, а по счету "четыре" опустить. Упражнение повторяется несколько раз.

3. Разучивание отхода от начальника по разделениям рекомендуется проводить на четыре счета по команде "Отход от начальника, по разделениям на четыре счета – начи – НАЙ". По счету "делай – РАЗ" все солдаты отделения прикладывают правую руку к головному убору и отвечают: "Есть". По счету "делай – ДВА" поворачиваются кругом (направо, налево) и приставляют правую ногу. По счету "делай – ТРИ" с первым шагом (с постановкой левой ноги на землю) опускают руку. По счету "делай – ЧЕТЫРЕ" приставляют правую ногу к левой.

4. Для привития обучаемым твердых навыков в действиях при подходе к начальнику и отходе от него рекомендуется тренировать их в обычном темпе на девять счетов. Для этого отделение выстраивается в колонну по одному. По команде "Подход к начальнику и отход от него, на девять счетов, с подсчетом вслух – начи – НАЙ" военнослужащие по первым трем счетам делают три шага вперед, начиная с левой ноги. По счету "ЧЕТЫРЕ" одновременно с приставлением правой ноги к левой прикладывают правую руку к головному убору, по счету "ПЯТЬ" опускают руку. По счету "ШЕСТЬ" вновь прикладывают руку к головному убору. По счету "СЕМЬ", "ВОСЕМЬ" поворачиваются кругом. По счету "ДЕВЯТЬ" приставляют правую ногу к левой.



Подход к начальнику



Выход из строя и возвращение в строй производится походным шагом.

Выход из строя осуществлен не на указанное количество шагов.

После выхода не осуществлен поворот лицом к строю.

Нет ответа: } Есть~ после команды о выходе из строя.

По команде, например: “Рядовой ИВАНОВ”, военнослужащий, стоящий лицом к строю, не повернулся к начальнику или не ответил “Я”.

По команде “Стать в строй” военнослужащий не приложил руку к головному убору или не ответил “Есть”.

Нарушается положение строевой стойки.

Возвращение в строй производится не кратчайшим путем.

Остальные недостатки те же, что и при движении строевым шагом.

Подход к начальнику вне строя и отход от него.

Военнослужащий, услышавший свое воинское звание и фамилию, не повернулся лицом к начальнику и не ответил “Я”.

При подходе к начальнику за 5-6 шагов не перешел на строевой шаг.

Получив приказ, военнослужащий не приложил или неправильно приложил руку к головному убору.

Нет ответа “Есть” после получения приказа.

При отходе не сделал 3-4 шага строевым шагом.

Остальные недостатки те же, что и при выполнении предыдущих приемов.

Подход к начальнику из строя и отход от него.

При выходе из строя военнослужащий не сделал 1-2 шага от первой шеренги прямо или не выполнил в движении поворот в сторону начальника.

Подход (отход) осуществлен не кратчайшим путем.

При подходе военнослужащий не одновременно с приставлением ноги приложил руку к головному убору.

Остальные недостатки те же, что при выходе и возвращении в строй.

Отход от начальника: а – приложить руку к головному убору; б – повернуться кругом; в – приставить ногу; г – шаг вперед; д – опустить руку; е – приставить ногу

Контрольные вопросы

Для чего применяется строевой прием выход из строя?

Для чего применяется строевой прием подход к начальнику?

Команды, подаваемые для выполнения строевых приемов?

Литература

Строевой устав ВС РФ.

Практическая работа 18.

Тема: Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте

Цель:

1. Выработать навыки в выполнении строевого приема перестроение в одно шереножный и двух шереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте.

2. Дать практику в подаче команд.

3. Выработка строевой выправки обучаемых.

Задачи:

1. Практически отработать строевой прием перестроение в одно шереножный и двух шереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте.

Оборудование:

Строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ

Продолжительность: 2 часа.

Ход выполнения работы:

Развернутый строй - строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одно шереножном или двух шереножном строю или в линию колонн на интервалах, установленных Уставом или командиром.

Развернутый строй, как правило, применяется для проведения проверок, расчетов, смотров, парадов, а также в других необходимых случаях.

Работа в аудитории

Развернутый строй отделения может быть одно шереножный или двух шереножный.

На практическом занятии осуществляется:

Построение отделения в одно шереножный (двух шереножный) строй производится по команде «Отделение, в одну шеренгу (в две шеренги) - СТАНОВИСЬ».

При необходимости выровнять отделение на месте подается команда "РАВНЯЙСЬ" или "Налево - РАВНЯЙСЬ".

По команде "РАВНЯЙСЬ" все, кроме правофлангового обучаемого, поворачивают голову направо (правое ухо выше левого, подбородок приподнят) и выравниваются так, чтобы каждый видел грудь четвертого человека, считая себя первым. По команде "Налево - РАВНЯЙСЬ" все, кроме левофлангового обучаемого, голову поворачивают налево (левое ухо выше правого, подбородок приподнят).

По команде "Отделение - РАЗОЙДИСЬ" обучаемые выходят из строя. Для сбора отделения подается команда "Отделение - КО МНЕ", по которой обучаемые бегом собираются к командиру и по его команде выстраиваются.

Для размыкания отделения на месте подается команда "Отделение, вправо (влево, от середины) на столько-то шагов, разом-КНИСЬ (бегом, разом-КНИСЬ)". По исполнительной команде все обучаемые, за исключением того, от которого производится размыкание, поворачиваются в указанную сторону, одновременно с приставлением ноги поворачивают голову в сторону фронта строя и идут учащенным полушагом (бегом), смотря через плечо на идущего сзади и не отрываясь от него; после остановки идущего сзади каждый делает еще столько шагов, сколько было указано в команде, и поворачивается налево (направо).

Для смыкания отделения на месте подается команда "Отделение, вправо (влево, к середине), сом-КНИСЬ (бегом, сом-КНИСЬ)". По исполнительной команде все обучаемые, за исключением того, к которому назначено смыкание, поворачиваются в сторону смыкания, после чего учащенным полушагом (бегом) подходят на установленный для сомкнутого строя интервал и по мере подхода самостоятельно останавливаются и поворачиваются налево (направо).

Для перестроения отделения из одной шеренги в две предварительно производится расчет на первый и второй по команде "Отделение, на первый и второй - РАССЧИТАЙСЬ".

По этой команде каждый обучаемый, начиная с правого фланга, по очереди быстро поворачивает голову к стоящему слева от него обучаемого, называет

свой номер и быстро ставит голову прямо. Левофланговый обучаемый голову не поворачивает.

Так же производится расчет по общей нумерации, для чего подается команда "Отделение, по порядку - РАССЧИТАЙСЬ".

В двухшереножном строю левофланговый обучаемый второй шеренги по окончании расчета строя по общей нумерации докладывает: "Полный" или "Неполный".

Перестроение отделения на месте из одной шеренги в две производится по команде "Отделение, в две шеренги - СТРОЙСЯ".

По исполнительной команде вторые номера делают с левой ноги шаг назад, не приставляя правой ноги, шаг вправо, чтобы стать в затылок первым номерам, приставляют левую ногу.

Для перестроения отделения на месте из сомкнутого двухшереножного строя в одношереножный строй отделение предварительно размыкается на один шаг, после чего подается команда "Отделение, в одну шеренгу - СТРОЙСЯ".

По исполнительной команде вторые номера выходят на линию первых, делая с левой ноги шаг влево, не приставляя правой ноги, шаг вперед, и приставляют левую ногу.

Контрольные вопросы

Какие строи бывают?

Для чего применяется одно шереножный и двух шереножный строй?

Команды, подаваемые для перестроения?

Литература

Строевой устав ВС РФ

Практическая работа 19.

Тема: Построение и отработка движения походным строем

Цель:

1. Выработать навыки движения походным строем
2. Дать практику в подаче команд.
3. Выработка строевой выправки обучаемых.

Задачи:

1. Практически отработать строевую слаженность группы

Оборудование:

Строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ

Продолжительность: 2 часа

Ход выполнения работы:

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

Походный строй применяется для передвижения подразделений при совершении марша, прохождения торжественным маршем, с песней, а также в других необходимых случаях.

Работа в аудитории

Походный строй отделения может быть в колонну по одному или в колонну по два.

На практическом занятии осуществляется:

Построение отделения в колонну по одному (по два) на месте производится по команде "Отделение, в колонну по одному (по два) - СТАНОВИСЬ". Приняв строевую стойку и подав команду, командир отделения становится лицом в сторону движения, а отделение выстраивается согласно штату.

С началом построения командир отделения поворачивается крутом и следит за выстраиванием отделения.

Отделение численностью четыре человека и менее строится в колонну по одному.

Перестроение отделения из развернутого строя в колонну производится поворотом отделения направо по команде "Отделение, напра-ВО". При повороте двух шереножного строя командир отделения делает полшага вправо.

Перестроение отделения из колонны в развернутый строй производится поворотом отделения налево по команде "Отделение, нале-ВО". При повороте отделения из колонны по два командир отделения делает полшага вперед.

Перестроение отделения из колонны по одному в колонну по два производится по команде "Отделение, в колонну по два, шагом - МАРШ" (на ходу - "МАРШ").

По исполнительной команде командир отделения (направляющий военнослужащий) идет в полшага, вторые номера, выходя вправо, в такт шага занимают свои места в колонне, отделение двигается в полшага до команды "ПРЯМО" или "Отделение - СТОЙ".

Перестроение отделения из колонны по два в колонну по одному производится по команде "Отделение, в колонну по одному, шагом - МАРШ" (на ходу - "МАРШ").

По исполнительной команде командир отделения идет полным шагом, а остальные - в полшага; по мере освобождения места вторые номера в такт шага заходят в затылок первым и продолжают движение полным шагом.

Для перемены направления движения колонны подаются команды:

"Отделение, правое (левое) плечо вперед - МАРШ"; направляющий военнослужащий заходит налево (направо) до команды "ПРЯМО", остальные следуют за ним;

"Отделение, за мной - МАРШ (бегом - МАРШ)"; отделение следует за командиром.

Контрольные вопросы

1. Какие строи бывают?
2. Для чего применяется одно шереножный и двух шереножный строй?
3. Команды, подаваемые для перестроения?

Литература
Строевой устав ВС РФ.

Практическая работа 20.

Тема: Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении

Цель:

1. Выработать навыки в выполнении воинского приветствия в строю на месте и в движении.
2. Дать практику в подаче команд.
3. Выработка строевой слаженности группы.

Задачи:

1. Практически отработать навыки в выполнении воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Оборудование:

Строевой плац (строевая площадка), строевой устав ВС РФ

Продолжительность: 2 часа

Ход выполнения работы:

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

Походный строй применяется для передвижения подразделений при совершении марша, прохождения торжественным маршем, с песней, а также в других необходимых случаях.

Работа в аудитории

Походный строй отделения может быть в колонну по одному или в колонну по два.

На практическом занятии осуществляется:

Для выполнения воинского приветствия в строю на месте, когда начальник подойдет на 10 - 15 шагов, командир отделения командует: "Отделение, СМИРНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО, на-СРЕДИНУ)".

Обучаемые 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, 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.

Для выполнения воинского приветствия в строю в движении за 10 - 15 шагов до начальника командир отделения командует: "Отделение, СМИРНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО)". По команде "СМИРНО" все военнослужащие переходят на строевой шаг, а по команде "Равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО)" одновременно поворачивают голову в сторону начальника и прекращают движение руками или рукой, не занятой оружием. По прохождении начальника или по команде "Вольно" командир отделения командует: "ВОЛЬНО" - и опускает руку.

Контрольные вопросы

1. Какие строи бывают?
2. Для чего применяется одно шереножный и двух шереножный строй?
3. Команды, подаваемые для перестроения?

Литература

Строевой устав ВС РФ.

Практическая работа 21.

Тема: Огневая подготовка

Цель:

1. Ознакомление обучаемых с порядком проведения неполной разборки и сборки автомата.
2. Формирование навыков умелого обращения с оружием.
3. Воспитание чувства гордости за Отечественное оружие.

Задачи:

1. Выработать практические навыки в проведении неполной разборки и сборки автомата.

Оборудование:

Автомат АК-74, стол для сборки-разборки оружия, руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

Продолжительность: 2 часа

Ход выполнения работы:

Разборка автомата может быть неполная и полная:

- неполная разборка применяется для чистки, смазки и осмотра автомата;
- полная разборка применяется для чистки при сильном загрязнении автомата, после нахождения его под дождем или в снегу, при переходе на новую смазку и при ремонте.

Работа в аудитории

Разборку и сборку автомата производить на столе или чистой подстилке; части и механизмы класть в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не класть одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов. При сборке автомата сличить номера на его частях; у каждого автомата номеру на ствольной коробке должны соответствовать номера на газовой трубке, затворной раме, затворе, крышке ствольной коробки и других частях автомата. На практическом занятии осуществляется:

1. Порядок неполной разборки автомата.

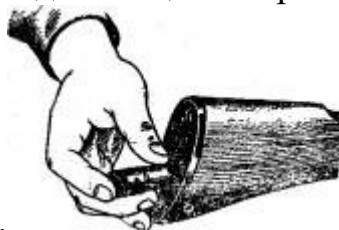
Отделить магазин. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин; нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его.

Проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого



взвода.

Вынуть пенал с принадлежностью из гнезда приклада. Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда; раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ершик, отвертку, выколотку и шпильку. У автомата со складывающимся прикладом пенал



носится в кармане сумки для магазинов.

Отделить шомпол. Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки, и вынуть шомпол вверх. При отделении шомпола разрешается пользоваться



выколоткой.

Отделить у автомата дульный тормоз-компенсатор. Утопить отверткой фиксатор дульного тормоза-компенсатора. Свернуть дульный тормоз-компенсатор с резьбового выступа основания мушки (со ствола), вращая его против хода часовой стрелки.

Отделить крышку ствольной коробки.левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня

возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки



ствольной коробки и отделить крышку.

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



Отделить затворную раму с затвором. Продолжая удерживать автомат левой рукой правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее



вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.

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



вывести затвор вперед.

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



1. Порядок сборки автомата после неполной разборки.

Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой камеры и прижать задний конец ствольной накладки к стволу;

повернуть с помощью пенала принадлежности замыкатель на себя до входа его фиксатора в выем на колодке прицела.

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

Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке. Взять затворную раму в правую руку так, чтобы затвор удерживался большим пальцем в переднем положении.левой рукой обхватить шейку приклада, правой рукой ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы, небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.

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

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

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 (на ствол) до упора.

Присоединить, шомпол.

Вложить пенал в гнездо приклада. Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой.

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

Контрольные вопросы

1. Назначение и ТТХ АК-74?
2. В каких случаях производится неполная и полная разборка и сборка АК-74?
3. Назначение частей АК-74?

Литература

Руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

Практическая работа 22.

Тема: Огневая подготовка

Цель:

1. Отработать с обучаемыми нормативы по огневой подготовке №7,8.
2. Формирование навыков умелого обращения с оружием.
3. Воспитание чувства гордости за Отечественное оружие.

Задачи:

1. Практическая отработка нормативов по огневой подготовке №7,8 по неполной разборке и сборке автомата

Оборудование:

Автомат АК-74, стол для сборки-разборки оружия, руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

Продолжительность: 2 часа

Ход выполнения работы:

Выполнение нормативов по огневой подготовке способствует уверенному и грамотному обращению обучаемого с оружием, использованию его по назначению в любых условиях складывающейся обстановки.

Задание

Практическая отработка нормативов по огневой подготовке №7,8 по неполной разборке и сборке автомата.

Необходимые принадлежности

1. Автомат АК-74.
2. Столы для сборки-разборки оружия.
3. Руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

Работа в аудитории

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

На практическом занятии осуществляется:

1. Порядок неполной разборки автомата.

Отделить магазин. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин; нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его.

Проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить

рукоятку затворной рамы и спустить курок с боевого



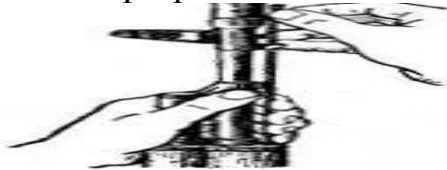
взвода.

Вынуть пенал с принадлежностью из гнезда приклада. Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда; раскрыть пенал и вынуть из него протирку, ершик, отвертку, выколотку и шпильку. У автомата со складывающимся прикладом пенал



носится в кармане сумки для магазинов.

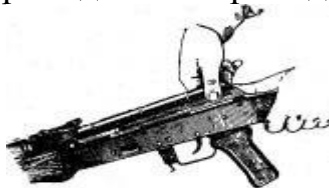
Отделить шомпол. Оттянуть конец шомпола от ствола так, чтобы его головка вышла из-под упора на основании мушки, и вынуть шомпол вверх. При отделении шомпола разрешается пользоваться



выколоткой.

Отделить у автомата дульный тормоз-компенсатор. Утопить отверткой фиксатор дульного тормоза-компенсатора. Свернуть дульный тормоз-компенсатор с резьбового выступа основания мушки (со ствола), вращая его против хода часовой стрелки.

Отделить крышку ствольной коробки.левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки



ствольной коробки и отделить крышку.

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



Отделить затворную раму с затвором. Продолжая удерживать автомат левой рукой правой рукой отвести затворную раму назад до отказа, приподнять ее



вместе с затвором и отделить от ствольной коробки.

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



вывести затвор вперед.

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



Наименование норматива

Условия (порядок) выполнения норматива

Вид оружия-АК-74

Оценка по времени

отлично-15 сек.

хорошо-17 сек.

удовлетворительно-19 сек.

Неполная разборка оружия

Оружие – на подстилке. Обучаемый находится у оружия. Норматив выполняется одним обучаемым.

Время отсчитывается от команды «К неполной разборке оружия приступить» до доклада обучаемого «Готов».

1. Порядок сборки автомата после неполной разборки.

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

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

Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке. Взять затворную раму в правую руку так, чтобы затвор удерживался большим пальцем в переднем положении.левой рукой обхватить шейку приклада, правой рукой ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы, небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.

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

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

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 (на ствол) до упора.

Присоединить, шомпол.

Вложить пенал в гнездо приклада. Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой.

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

Наименование норматива

Условия (порядок) выполнения норматива

Вид оружия-АК-74

Оценка по времени

отлично-25 сек.

хорошо-27 сек.

удовлетворительно-32 сек.

Сборка оружия после неполной разборки

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

Контрольные вопросы

1. Назначение и ТТХ АК-74?
2. В каких случаях производится неполная и полная разборка и сборка АК-74?
3. Назначение частей АК-74?
4. Временные показатели выполнения нормативов № 7,8.

Литература

Руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

Практическая работа 23.

Тема: Огневая подготовка

Цель:

1. Практически отработать с обучаемыми действия по принятию положения для стрельбы лежа.
2. Практически отработать с обучаемыми действия по выполнению нормативов № 1,2 по огневой подготовке.
3. Формирование навыков умелого обращения с оружием

Задачи:

1. Отработка нормативов по огневой подготовке №7,8 по неполной разборке и сборке автомата.

Оборудование:

Автомат АК-74, стол для сборки-разборки оружия, руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

Продолжительность: 2 часа.

Ход выполнения работы:

Автоматчик изготавливается к стрельбе по команде или самостоятельно. На учебных занятиях команда для изготовления к стрельбе может подаваться отдельно, например: «На рубеж открытия огня, Шагом - Марш», и затем «Заряжай». Если нужно, перед командой «Заряжай» указывается положение для стрельбы.

Задание

Практическая отработка нормативов по огневой подготовке №7,8 по неполной разборке и сборке автомата.

Необходимые принадлежности

1. Автомат АК-74.

2. Столы для сборки-разборки оружия.

3. Руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

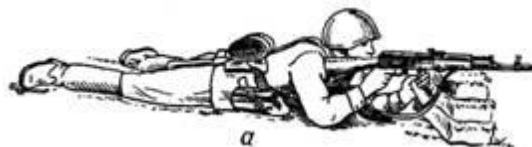
Работа в аудитории

Изготовка к стрельбе включает принятие положения для стрельбы и заряжания автомата.

На практическом занятии осуществляется:



Порядок принятия положения для стрельбы лежа из автомата:
а – автоматчик опирается на левое колено и левую руку; б – автомат удерживается левой рукой за цевье



Положение при стрельбе лежа с упора:
а – удержание автомата за магазин;

б - удержание автомата за цевье

Принятия положения для стрельбы лежа

Если автомат находится в положении «на ремень», подать правую руку по ремню несколько вверх и, снимая автомат с плеча, подхватить его левой рукой за спусковую скобу и ствольную коробку, затем взять автомат правой рукой за ствольную накладку и цевье дульной частью вперед. Одновременно с этим сделать полный шаг правой ногой вперед и немного вправо. Наклоняясь вперед, опуститься на левое колено и поставить левую руку на землю впереди себя, пальцами вправо. Затем, опираясь последовательно на бедро левой ноги и предплечье левой руки, лечь на левый бок и быстро повернуться на живот, раскинув ноги слегка в стороны носками наружу; автомат при этом положить цевьем на ладонь левой руки.

Приемы стрельбы лежа с упора

Для стрельбы из автомата лежа с упора положить автомат цевьем на упор и удерживать его левой рукой за магазин или цевье, а правой за пистолетную рукоятку.

Жесткий упор для смягчения перекрыть дерном, свернутой плащ-палаткой, скаткой шинели и т.п.

Выполнение нормативов № 1, 2

Наименование

норматива

Условия

(порядок)

выполнения

норматива

Вид оружия

Оценка по времени

«отл.»

«хор.»

«уд.»

1.

Изготовка к стрельбе из различных положений (лежа, с колена, стоя, из-за укрытия) при действиях в пешем порядке.

Обучаемый (расчет) с оружием в исходном положении в 10 м от огневой позиции (места для стрельбы). Автомат, ручной пулемет в положении «На ремень».

Магазин, снаряженный пятью учебными патронами, в сумке. Сумка застегнута. Руководитель указывает огневую позицию (место для стрельбы), положение для стрельбы, сектор стрельбы и подаёт команду: «К БОЮ». Обучаемый (расчет) изготавливается к стрельбе (переводит оружие из походного положения в боевое, заряжает оружие) и докладывает: «Такой-то к бою готов». На прицелах должны быть нулевые установки, пузырьки уровнем - на середине.

Время отсчитывается от команды «К БОЮ» до доклада «Такой-то к бою готов»

Автомат

7 с

8 с

10 с

2.

Разряжание оружия при действиях в пешем порядке.

Обучаемый (расчет) выполнил команду «К БОЮ» (оружие заряжено). Руководитель подает команду: «РАЗРЯЖАЙ», «ОТБОЙ». Обучаемый (расчет) разряжает оружие (переводит оружие из боевого в походное положение). У автомата извлекает из магазина патроны, кладет магазин в сумку и становится в исходное положение в 10 м от огневой позиции, имея оружие и сумку в положении, указанном в нормативе № 1. Время отсчитывается от команды «РАЗРЯЖАЙ», «ОТБОЙ» до занятия исходного положения в 10 м от огневой позиции, имея оружие в положении,

указанном в нормативе № 1, и представления доклада «Оружие разряжено, поставлено на предохранитель»

Автомат

16 с

17 с

20 с

Контрольные вопросы

1. Назначение и ТТХ АК-74?

2. В каких случаях производится неполная и полная разборка и сборка АК-74?

3. Назначение частей АК-74?

4. Временные показатели выполнения нормативов № 1, 2, 7, 8.

Литература

Руководство по 5.45-мм автомату Калашникова (АК74, АКС74, АК74Н, АКС74Н) и 5.45 РПК (РПК 74, РПКС 74, РПК 74 Н, РПКС 74 Н).

Практическая работа 24

Тема: Огневая подготовка

Цели работы:

1. Изучить и отработать нормативы по стрельбе из пневматической винтовки;

2. Изучить меры безопасности при выполнении стрельб из малокалиберной и пневматической винтовок;

3. Отработать способы чистки и смазки пневматической винтовки.

Продолжительность: 2 часа.

Оборудование:

1. Смирнов А.Т. и др. Основы военной службы: Учеб. пособие для студентов учреждений сред. проф. образования/А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Веснев;

Под общей ред. А.Т. Смирнова. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр

«Академия»: Мастерство: Высшая школа, 2001.

2. Общевоинские Уставы ВС РФ

3. Макет автомата АК-74;

4. Пневматическая винтовка.

План работы.

1. Учебное место №1.

Выполнение стрельбы из пневматической винтовки.

2. Учебное место №2.

Изучение правил и мер безопасности при выполнении учебных стрельб из пневматической винтовки;

3. Учебное место №3.

Изучение материальной части пневматической винтовки.

4. Учебное место №4.

Неполная разборка и сборка АК-74.

Письменно ответить на вопросы:

1. Назначение, боевые свойства и общее устройство малокалиберной винтовки ТОЗ-8.

Заключительная часть:

1. Особенности ухода, чистка и смазка ТО-8.

Практическая работа 25

Тема: Огневая подготовка

Цель:

1. Изучить имеющиеся на вооружении ВС РФ гранаты.
2. Практически отработать с подготовку гранаты к броску.
3. Формирование навыков умелого обращения с оружием.

Задачи:

1. Практическая отработка вопросов переноски, подготовки и броска наступательной и оборонительной гранаты.

Оборудование:

Гранаты РГД-5, Ф-1, наставление по стрелковому делу

Продолжительность: 2 часа

Ход выполнения работы:

Граната́ (исп. Granada — гранат) — взрывчатый боеприпас, предназначенный для поражения живой силы и техники противника с помощью ручного метания.

Работа в аудитории

Изучение и зарисовка устройства ручных и оборонительных гранат.

На практическом занятии осуществляется:

Изучение ручных осколочных гранат

Ручная осколочная граната Ф-1— граната дистанционного действия, предназначенная для поражения живой силы преимущественно в оборонительном бою. Метать гранату можно из различных положений и только из-за укрытия, из бронетранспортера или танка (самоходно-артиллерийской установки).

Характеристики осколочной гранаты Ф-1

Тип гранаты – Оборонительная

Вес гранаты - 600 грамм

Вес разрывного заряда - 60 грамм

Тип запала - УЗРГМ

Время горения замедлителя - 3,2-4,2 сек

Радиус разлета убойных осколков - 200 м

Радиус зоны эффективного поражения живой силы - 7 м

Средняя дальность броска - 20-40 м



Ручная осколочная граната Ф-1 состоит из корпуса, разрывного заряда и запала.

Ручная осколочная граната РГД-5 — граната дистанционного действия, предназначенная для поражения живой силы противника в наступлении и в обороне. Метание гранаты осуществляется из различных положений при действиях в пешем порядке и на бронетранспортере (автомобиле).

Характеристики осколочной гранаты РГД-5

Тип гранаты: наступательная

Вес гранаты - 310 гр

Вес разрывного заряда - 60 гр

Тип запала УЗРГМ

Время горения замедлителя - 3,2-4,2 сек

Радиус разлета убойных осколков - 25 м

Радиус зоны эффективного поражения живой силы - 5 м

Средняя дальность броска - 30-45 м

Устройство гранаты РГД-5

1 - трубка для запала с манжетой

2 - колпак с вкладышем

3 - поддон с вкладышем



Запал гранаты УЗРГМ (унифицированный запал ручной гранаты модернизированный) предназначен для взрыва разрывного заряда.

Ударный механизм служит для воспламенения капсюля-воспламенителя запала. Он состоит из трубки ударного механизма, соединительной втулки, направляющей шайбы, боевой пружины, ударника, шайбы ударника, спускового рычага и предохранительной чеки с кольцом.

Трубка ударного механизма является основанием для сборки всех частей запала.

Соединительная втулка служит для соединения запала с корпусом гранаты. Она надета на нижнюю часть трубки ударного механизма.

Направляющая шайба является упором для верхнего конца боевой пружины и направляет движение ударника. Она закреплена в верхней части трубки ударного механизма.

Устройство УЗРГМ

Он состоит из ударного механизма и собственно запала.

- 1 – трубка ударного механизма
- 2 – направляющая шайба
- 3 – боевая пружина
- 4 – ударник
- 5 – шайба ударника
- 6 – спусковой рычаг
- 7 – предохранительная чека с кольцом
- 8 – соединительная втулка

- 9 – капсуль – воспламенитель
- 10 – втулка замедлителя
- 11 – замедлитель
- 12 – капсуль - детонатор

Взаимодействие частей УЗРГМ

1. Чека выдернута, граната брошена, рычаг отделился, ударник наколол капсуль – воспламенитель

2. Пороховой состав замедлителя прогорел, срабатывает капсуль - детонатор
При метании гранату берут в руку так, чтобы спусковой рычаг был прижат пальцами к корпусу гранаты. Продолжая плотно прижимать спусковой рычаг, свободной рукой сжимаются (выпрямляются) концы предохранительной чеки, которая выдерживается из запала пальцем за кольцо. После выдерживания чеки положение частей запала не меняется. В момент броска гранаты спусковой рычаг отделяется и освобождает ударник. Ударник под действием боевой пружины накалывает капсуль-воспламенитель. Луч огня от капсуля воспламеняет замедлитель и, пройдя его, передается капсулю-детонатору. Взрыв капсуля-детонатора инициирует подрыв разрывного заряда. Взрыв разрывного заряда дробит корпус гранаты на осколки.

Характеристики осколочной гранаты РГО

Тип гранаты – Оборонительная

Вес гранаты - 530 гр

Вес разрывного заряда - 92 гр

Тип запала - УДЗ

Время горения замедлителя - 3,3-4,3 сек

Радиус разлета убойных осколков - 150 м

Радиус зоны эффективного поражения живой силы - 12 м

Средняя дальность броска - 20-40 м

Устройство гранаты РГО

- 1 – стакан с манжетой

- 2 – верхние наружная и внутренняя полусферы
- 3 - нижние наружная и внутренняя полусферы

Характеристики осколочной гранаты РГН

Тип гранаты - Наступательная

Вес гранаты - 310 гр

Вес разрывного заряда - 114 гр

Тип запала - УДЗ

Время горения замедлителя - 3,3-4,3 сек

Радиус разлета убойных осколков - 24 м

Радиус зоны эффективного поражения живой силы - 8 м

Средняя дальность броска - 30-45 м

Устройство гранаты РГН

1 – стакан с манжетой

2 – верхняя полусфера

3 - нижняя полусфера

Контрольные вопросы

1. Назначение и ТТХ оборонительных гранат?

2. Назначение и ТТХ наступательных гранат?

3. Назначение и устройство запала?

Литература

Наставление по стрелковому делу.

Практическая работа 26

Тема: Огневая подготовка

Цель:

1. Изучить меры безопасности при проведении стрельб.
2. Воспитать чувство ответственности за бережное отношение к оружию.
3. Формирование навыков умелого обращения с оружием

Задачи:

1. Изучить меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами

Оборудование:

Курс стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков ВС РФ, 2003г.

Продолжительность: 2 часа

Ход выполнения работы:

От правильности обращения с оружием и боеприпасами зависит жизнь и здоровье не только противника, но и лица, в чьих руках находится оружие.

Работа в аудитории

Запись с подробным разбором меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.

На практическом занятии осуществляется:

Меры безопасности при проведении стрельб:

Безопасность при стрельбе обеспечивается четкой организацией стрельб, точным соблюдением Курса стрельб, установленных правил и мер безопасности, высокой дисциплинированностью всех военнослужащих.

На каждом объекте, на котором проводятся стрельбы, с учетом его особенностей и местных условий разрабатывается инструкция по мерам безопасности, которую должен знать личный состав подразделений, выведенный на стрельбу.

Личный состав, не усвоивший меры безопасности, к стрельбе и обслуживанию стрельбы **НЕ ДОПУСКАЕТСЯ!**

Каждый военнослужащий должен выполнять меры безопасности при стрельбе.

Командиры частей и подразделений несут полную ответственность за точное соблюдение подчиненным им личным составом мер безопасности.

Перед стрельбой мишенное поле должно быть осмотрено и сего территории должны быть удалены люди, животные и транспорт.

Передвижения на объекте стрельбы разрешаются только по дорогам и в районах, которые указаны начальником учебного центра.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ заходить (выезжать на участки, где имеются неразорвавшиеся снаряды, мины, бомбы, взрыватели и другие взрывоопасные вещества. Эти участки должны быть обозначены указками и знаками с соответствующими предупредительными надписями.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ трогать неразорвавшиеся снаряды, мины и другие взрывоопасные предметы и средства имитации. О каждом неразорвавшемся снаряде (гранате), имитационном заряде докладывать старшему руководителю стрельбы и начальнику учебного центра установленным порядком.

При отсутствии (потере) связи экипажей стреляющих боевых машин с руководителем стрельбы запрещается открывать и вести огонь; огонь немедленно прекращается также при возникновении пожара на мишенном поле и на территории излётного пространства, при потере ориентировки экипажами стреляющих боевых машин и при отставании от соседних боевых машин более чем на 100 метров.

По сигналам прекращения огня и по командам "Стой", "Прекратить огонь" боевые машины (стреляющие) прекращают огонь, останавливаются, оружие разряжается и ставится на предохранитель (выключаются электропуски).

ЗАПРЕЩАЕТСЯ открывать люки и выходить из боевых машин до возвращения их в исходное положение (до подачи команды "К машинам").

При метании боевых ручных гранат вставлять запал разрешается только перед ее метанием по команде руководителя. Переносить боевые ручные гранаты вне гранатных сумок **ЗАПРЕЩАЕТСЯ!**

Выходить из укрытия разрешается по истечении не менее 10 с после взрыва оборонительной и противотанковой гранаты.

Если заряженная боевая граната не была брошена (предохранительная чека не вынималась), разряжение ее производить только по команде и под непосредственным наблюдением руководителя.

Ведение огня каждым стреляющим должно немедленно прекращаться

самостоятельно или по команде руководителя в случаях:

- появления людей, машины или животных на мишенном поле, низко летающих самолетов и вертолетов над районом стрельбы;
- падения гранат за пределы безопасной зоны или вблизи блиндажа, занятого людьми, и потери связи с блиндажом;
- поднятия белого флага (включения фонаря белого света) на командном пункте или на блиндаже, а также подачи из блиндажа другого условленного сигнала о прекращении огня (взрыв-пакета, дымовой шашки, ракеты и т.п.);
- доклада или подачи с поста оцепления установленного сигнала об опасности продолжения стрельбы;
- возникновения пожара на мишенном поле.

Для прекращения огня подается сигнал "Отбой" и выставляется белый флаг (включается белый фонарь) вместо красного, а также подается команда: "Стой, прекратить огонь". Сигнал "Отбой" должны немедленно принять все стреляющие и, оставаясь на местах, прекращать огонь, не дожидаясь команд или сигналов своих командиров.

От сигнала "Отбой" до сигнала "Огонь" запрещается кому бы то ни было находиться на огневой позиции (месте для стрельбы) и подходить к оставленному на ней оружию.

КАТЕГОРИЧЕСКИ запрещается:

- заряжать оружие боевыми и холостыми патронами, а также боевыми и инертными газами до сигнала "Огонь" (команды руководителя, командира);
- направлять оружие на людей, в сторону и в тыл стрельбища независимо от того, заряжено оно или нет;
- открывать и вести огонь из неисправного оружия, неисправными боеприпасами, в опасных направлениях стрельбы, при поднятом белом флаге на командном (участковом) пункте и укрытиях (блиндажах);
- оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать его другим лицам, оставлять на огневой позиции (место для стрельбы) индивидуальное оружие без команды руководителя (командира);
- находиться людям и располагать боеприпасы, взрывчатые и горючие вещества сзади ручного противотанкового гранатомета в секторе 90 градусов и ближе 30 м;
- упирать казенный срез ствола гранатомета в какие-либо предметы или в грунт; использовать гранаты, имеющие наружные повреждения;
- снимать предохранительный колпачок с головной части взрывателя боевой гранаты при стрельбе в дождь и сильный снег.

Контрольные вопросы

1. Кто не допускается к стрельбе?
2. Что запрещается стреляющему?
3. Когда прекращается стрельба?

Литература:

Курс стрельб из стрелкового оружия, боевых машин и танков ВС РФ, 2003г.

Практическая работа 27

Тема: Медико-санитарная подготовка.

Цели:

1. Изучить понятия и виды кровотечения;
2. Отработать способы остановки кровотечений;
3. Воспитывать внимательность и аккуратность при оказании помощи при кровотечениях.

Оборудование:

1. Учебные пособия по подготовке санитарных дружинниц.
2. Кровоостанавливающий жгут, бинт, матерчатый жгут.

План работы.

1. Что называется кровотечением?
2. Охарактеризовать артериальное кровотечение:
 - по цвету крови;
 - по интенсивности выброса из раны.
3. Отработать приём остановки кровотечения пальцевым прижатием.
4. Отработать способ остановки кровотечения с помощью кровоостанавливающего резинового жгута.
5. Отработать способ остановки кровотечения с помощью матерчатого жгута.
6. Охарактеризовать венозное кровотечение:
 - по цвету крови;
 - по интенсивности выброса из раны.
7. Отработать способ остановки кровотечения с помощью максимально фиксированного сгибания конечности.

Письменно ответить на вопросы:

1. Капиллярное кровотечение. Оказание доврачебной помощи.
2. Внутреннее (паренхиматозное) кровотечение. Оказание доврачебной помощи.

Заключительная часть:

1. Наиболее эффективные способы остановки кровотечения. Почему? Дать характеристику.

Литература:

1. Фефилова, Л. К. Оказание экстренной медицинской помощи в ЧС [Текст] Учебно-методическое пособие / Л.К. Фефилова, Н. Ф.Королева. Кемерово, 2008. С. 128-134.
2. Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст] : учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Г.Я. Ястребов; под редакцией Б.В. Карабухина. Изд. 3 –е. – Ростов н / Д : Феникс, 2008. – С. 248-266

Практическая работа № 28

I. Тема: Медико-санитарная подготовка

II. Цель. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Задачи.

1. Решить ситуационные задачи.
2. Научиться останавливать кровотечение при помощи закрутки.
3. Научиться накладывать повязки на голову, руки, ноги.
4. Научиться накладывать шины

IV. Время выполнения 2ч.

V. Оборудование. Ситуационные задачи, учебник БЖД, закрутки, бинты, шины.

VI. Задание.

1. Решить ситуационные задачи.
2. Изучить материал учебника БЖД стр. 248-266. Ответить на контрольные вопросы письменно.
3. Работа в парах: наложить закрутку, наложить повязки на руку, голову, ногу, наложить шину при переломе голени.

VII. Контрольные вопросы.

Дайте формулировку кровотечения.

Перечислите виды кровотечений.

Что такое асептика?

Что такое антисептика?

Перечислите виды ран.

Какие способы остановки кровотечений существуют?

Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов.

Как оказать помощь при открытом переломе?

Как оказать помощь при закрытом переломе?

VIII Литература

1. Фефилова, Л. К. Оказание экстренной медицинской помощи в ЧС [Текст] Учебно-методическое пособие / Л.К. Фефилова, Н. Ф.Королева. Кемерово, 2008. С. 128-134.

2. Ястребов, Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст] : учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования / Г.Я. Ястребов; под редакцией Б.В. Карабухина.

Изд. 3 –е. – Ростов н / Д : Феникс, 2008. – С. 248-266;

3. Кошелев А.А. Медицина катастроф. Теория и практика. Учебное пособие.- СПб.,

"Паритет", 2000.-256с.

Практическая работа № 29

Тема: Медико-санитарная подготовка

Цель:

1. Изучить способы проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.
2. Научиться методике проведения, искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.
3. Правильно определять точку надавливания на сердечную мышцу.

Оборудование: учебник, тетради**Справочный материал:****Порядок выполнения работы:**

1. Произвести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца на тренажере.
2. Заполнить таблицу «Способы реанимации».

Краткие теоретические сведения

Независимо от причины, вызвавшей нарушение дыхательной деятельности, непосредственными *показаниями к применению искусственного дыхания* являются:

-отсутствие дыхания;

-резкое его нарушение (поверхностное редкое дыхание, особенно с нарушением ритма, дыхание в виде «хватающих воздух» вдохов, неритмичное, неравномерное по глубине дыхание при наличии цианоза);

-дыхание с большими перерывами, особенно в тех случаях, когда оно сопровождается появлением цианоза (синюшность слизистых губ и кожных покровов лица) и наблюдается у пострадавших, находящихся в бессознательном состоянии.

При обнаружении у пострадавших указанных признаков и наличии у них сердечной деятельности искусственное дыхание должно быть начато без промедления.

Способы выполнения искусственного дыхания делятся на неаппаратные и аппаратные.

Неаппаратные способы менее эффективны, чем аппаратные, но могут при необходимости немедленно выполняться без каких-либо приспособлений и приборов как в очагах поражения атомным и химическим оружием, так и в условиях чрезвычайных ситуаций мирного времени.

На этапах медицинской эвакуации, в специализированных машинах «скорой помощи» и стационарах искусственное дыхание может выполняться с помощью специальных аппаратов, которые обеспечивают вдувание и удаление воздуха из легких через резиновую трубку, вставленную в дыхательные пути, или через маску, надетую на лицо пострадавшего. В данном случае речь идет об *аппаратных* способах выполнения искусственного дыхания.

При использовании аппаратных способов применяются аппараты искусственного дыхания РПА (ручной портативный аппарат), а также дыхательные приборы, работающие по принципу «вдувание и отсасывание», и «горноспасатели».

Неаппаратные способы искусственного дыхания делятся на два вида:

искусственное дыхание выдыхаемым воздухом («рот ко рту», «рот к носу», «рот к воздуховоду») и *ручные способы*. Из ручных способов наиболее эффективными считают те, при выполнении которых активным являются как вдох, так и выдох.

Если по условиям боя оказывающий помощь вынужден маскироваться (лежать), целесообразно использовать способы «поворот на бок» (способ Степанского) и «сильное сжатие руками груди плюс поднятие одной руки».

Там, где маскировка не требуется, обычно применяют способ Калистова или способ Нильсена.

При *способе Калистова* пострадавшего укладывают лицом вниз с вытянутыми вперед руками. Под лицо подкладывают что-нибудь мягкое (предмет одежды). Оказывающий помощь становится у головы пострадавшего, лицом к нему, берет два соединенных вместе ремня (или один длинный ремень, или ляжку для переноса раненых) и накладывает их на лопатки пострадавшего, выводя концы впереди из-под его плеч. После этого, взяв концы ремней в руки, оказывающий помощь принимает наклонное положение. Затем он выпрямляется, не сгибая рук. При этом пострадавший приподнимается над землей (на ремне), рефлекторно делая вдох. Для выполнения выдоха пострадавшего опускают на землю (надо следить за тем, чтобы его лицо не ударилось о землю). В минуту предельвают 12—14 подъемов-опусканий.

При *способе Нильсена* пострадавшего укладывают лицом вниз. Руки его сгибают в локтях, а кисти кладут под лоб или висок (ладонями вниз). Оказывающий помощь становится на одно (правое) или оба колена у головы пострадавшего и кладет свои кисти ему на спину ниже его лопаток — так, чтобы большие пальцы располагались на расстоянии 2,5 — 5 сантиметров по обеим сторонам позвоночника, а остальные пальцы были раздвинуты.

Для производства выдоха необходимо наклониться вперед и массой тела — через выпрямленные руки — оказывать постепенное равномерное давление на нижнюю часть груди пострадавшего. Затем следует прекратить давление, быстро отняв руки от спины пострадавшего.

Для выполнения вдоха оказывающий помощь откидывается назад и захватывает пострадавшего выше локтей. После этого, продолжая откидываться назад, он тянет спасаемого за руки вверх и по направлению к себе. Поднимать пострадавшего нужно в такой степени, чтобы почувствовать натяжение и сопротивление его плеч. По окончании этой манипуляции руки пострадавшего опускают осторожно на землю, а оказывающий помощь вновь кладет кисти своих рук ему на спину ниже лопаток.

Давление на грудь производят по счету «раз, два»; отнятие рук от спины и поднятие рук пострадавшего выполняют по счету «три, четыре, пять, шесть», а опускание рук оказывающего помощь приходится на счет «семь, восемь». Частота дыхательных манипуляций по этому способу — 12 — 14 в минуту.

При *способе «поворот Степанского»* (На бок) пострадавшего укладывают лицом вниз. Под его эпигастральную область поперек

подкладывают валик из одежды. Руки вытягивают вдоль туловища. Оказывающий помощь ложится рядом с пострадавшим на бок (с любой стороны) — так, чтобы коленом «нижней» ноги прижимать к земле обращенное к нему плечо пострадавшего и упираться этим же коленом в боковую поверхность его груди. Затем оказывающий помощь подсовывает свою «нижнюю» руку под голову пострадавшего, охватывая его подбородок, и, если удастся, извлекает у него изо рта язык, который с помощью платка или куска марли надо удерживать в руке. «Верхняя» рука оказывающего помощь охватывает «верхнее» плечо пострадавшего у локтя (или на нее накидывают петлю из ремня).

Для производства вдоха оказывающий помощь «верхней» рукой тянет пострадавшего за плечо, поворачивая его на бок, стремясь при этом оттянуть руку пострадавшего как можно дальше назад и сблизить его локти. «нижняя» рука оказывающего помощь удерживает голову пострадавшего лицом вниз. В таком положении (на боку) пострадавший удерживается приблизительно три секунды по счету «раз, два, три».

Для выполнения выдоха пострадавшего возвращают в исходное положение и удерживают в нем около двух секунд по счету «четыре, пять». Дыхательные движения по способу «поворот на бок» совершают 12—14 раз в минуту.

В настоящее время установлено, однако, что наиболее эффективными способами искусственного дыхания являются те, что выполняются путем вдувания в легкие пострадавшего выдыхаемого воздуха спасающего. *искусственное дыхание (оживление) выдыхаемым воздухом.*

Приступая к проведению искусственного дыхания, по возможности необходимо обеспечить приток к пострадавшему свежего воздуха — расстегнуть ему воротник, ремень, пояс и другие стесняющие дыхание части одежды.

Указательным пальцем, обернутым платком или куском марли, рот пострадавшего очищают от слизи, песка и пр. Наиболее простым и в то же время самым эффективным является искусственное дыхание по способу «*изо рта в рот*». Голову пострадавшего максимально запрокидывают назад. Чтобы удержать ее в таком положении, под лопатки что-нибудь подкладывают. Удерживая одной рукой голову пострадавшего в запрокинутом положении, другой отводят ему нижнюю челюсть книзу для того, чтобы рот оказался полуоткрытым. Затем, сделав глубокий вдох, оказывающий помощь прикладывает свой рот через платок или кусок марли ко рту пострадавшего и выдыхает воздух. Одновременно пальцами руки, удерживающей голову, он зажимает пострадавшему нос. Грудная клетка пострадавшего при этом расширяется — происходит вдох. Когда вдувание воздуха прекращается, грудная клетка опадает — происходит выдох. Вдувание воздуха в легкие можно производить и через специальную трубку — воздуховод.

К числу достоинств способа *искусственное дыхание выдыхаемым воздухом* относится следующее:

- его может выполнить каждый человек;
- с учетом физических возможностей оказывающего помощь его можно выполнять в течение 30 — 60 минут;
- при частоте дыхания 12 — 20 раз в минуту количество вдуваемого воздуха достигает 100 — 1500 миллиметров, что полностью обеспечивает достаточную степень насыщения кислородом артериальной крови и выведение из организма углекислоты;
- он применим при нарушениях дыхания любого патогенеза;
- с его помощью можно вентилировать легкие даже при наличии бронхоспазма;
- во время его проведения возможен контроль за эффективностью искусственного дыхания, в частности за проходимостью дыхательных путей пострадавшего и за появлением у него самостоятельного активного дыхания.

Отказ от искусственного дыхания или его прекращение допустимы только в том случае, если у пострадавшего будут обнаружены неоспоримые признаки смерти.

Вывод:

Таким образом, в ходе практической работы были изучены основные виды и способы выполнения искусственного дыхания. Аппаратные способы выполнения искусственного дыхания считаются более эффективными, чем неаппаратные.

Краткие теоретические сведения

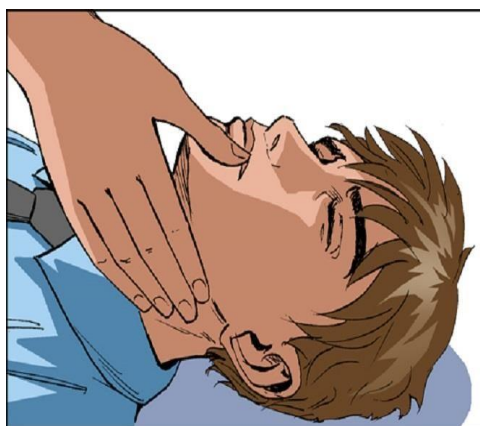
Проведение искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Прежде чем говорить о действиях в каких-то конкретных ситуациях, необходимо запомнить правила проведения сердечно-легочной реанимации. Эти несложные действия должен знать каждый, поскольку они могут спасти жизнь человеку и помочь ему продержаться до приезда скорой помощи.



Сердечно-легочная реанимация включает в себя проведение искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. В этом случае мы не даем организму пострадавшего человека (в особенности его головному мозгу) остаться без кислорода. Действовать нужно как можно быстрее, поскольку каждая упущенная минута может стать роковой. Необходимо попросить кого-то вызвать “Скорую помощь”, а самому немедленно приступить к действию.

Когда человек находится в бессознательном состоянии, первым делом проверьте, дышит ли он. Проще всего определить это по движению груди. Однако иногда дыхание бывает настолько слабым, что этого недостаточно. В этом случае поднесите к лицу пострадавшего зеркало. Если оно запотело, значит, дыхание есть.



Конечно, бывают ситуации, когда зеркала под руками нет. Подойдет и плоский кусок прозрачного стекла. На худой конец, попробуйте определить дыхание, поднеся к лицу больного тыльную сторону ладони. После этого определите, работает ли сердце человека. Проще всего сделать это по пульсу. Не тратьте драгоценные секунды на поиск пульса на запястье: в некоторых ситуациях его может и не быть, однако это еще не значит, что сердце остановилось. Лучше всего определять пульс сразу на сонной артерии.

Если она не бьется под пальцами, значит, сердце не работает, и нужно делать непрямой массаж сердца. При нарушении или остановке у поражённого естественного дыхания ему делают искусственное дыхание. При его осуществлении следует соблюдать ряд правил:

- по возможности обеспечить приток к пострадавшему свежего воздуха, освободить его от стесняющей одежды;
- при наличии во рту поражённых рвотных масс, песка, земли и др. веществ, закупоривающих горло – очистить рот от них указательным пальцем, обёрнутым платком или куском марли;
- если язык запал – вытянуть его;
- соблюдать нормальный ритм дыхания (60 раз в минуту для взрослого, 100 раз в минуту для ребёнка).

Проведение искусственной вентиляции легких двумя методами:



Способ “изо рта в рот”, “изо рта в нос”. Поражённого кладут на спину и запрокидывают голову назад (под лопатки подкладывают что-нибудь твёрдое). Удерживая одной рукой голову поражённого в указанном положении, другой рукой ему оттягивают нижнюю челюсть к низу так, чтобы рот был полуоткрыт.

Сделав глубокий вдох, оказывающий помощь прикладывает через платок или кусок марли свой рот ко рту поражённого и вдыхает в него воздух из своих лёгких 10 раз. Одновременно, пальцами рук, удерживающий голову, он сжимает поражённому нос.

Грудная клетка пострадавшего при этом расширяется – происходит вдох. Затем оказывающий помощь отнимает свои губы ото рта поражённого и надавливая руками в течение 2 - 3 секунд на его грудную клетку, выпускает воздух из лёгких – происходит выдох. Эти действия повторяют 16 - 18 раз в минуту. Наряду с остановкой дыхания у поражённого может прекратиться деятельность сердца. В этом случае, одновременно с искусственным дыханием, следует произвести непрямой массаж сердца.

Если помощь оказывают два человека, то один делает искусственное дыхание по способу “изо рта в рот.” 1 раз, второй же, встав возле поражённого с левой стороны, кладёт ладонь одной руки на нижнюю треть его грудины, а вторую – на первую и при выдохе поражённого ритмически делает 5 толчкообразных надавливания.



Сердечно-легочная реанимация



Если помощь оказывает один человек, то, надавив 10 раз на грудину, он прерывает массаж и один раз вдвует воздух в лёгкие поражённого, затем повторяет надавливания на грудину и вдвует воздух 2 раза. При непрямом массаже сердца делают 60 –70 движений в минуту.

И так до тех пор, пока поражённый не начнёт самостоятельно дышать. Каждый обучаемый должен практически выполнить приёмы укладки пострадавшего, непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.

Практическая работа № 30

Тема: Медико-санитарная подготовка

Цель:

1. Закрепить пройденный материал.

Порядок выполнения работы:

Тестовое задание:

1. По каким признакам диагностируется состояние биологической смерти, при котором реанимационные действия уже не проводятся?

+ Зрачок деформируется во время сдавливания глазного яблока, есть трупные пятна, роговица глаза высохшая

- Отсутствует пульс в сонной артерии, отсутствует сознание, зрачки не реагируют на свет

- Отсутствует пульс в сонной артерии, сознания нет более 6 минут, зрачки не реагируют на свет

2. По каким признакам диагностируется состояние внезапной смерти, требующее безотлагательных реанимационных действий?

- Отсутствует пульс в сонной артерии, сознания нет более 4 минут, зрачки не реагируют на свет

+ Отсутствует пульс в сонной артерии, отсутствует сознание, зрачки не реагируют на свет

- Зрачок деформируется во время сдавливания глазного яблока, есть трупные пятна, роговица глаза высохшая

3. При признаках внезапной смерти необходимо:

- Сделать 15 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха искусственного дыхания, приподнять ноги пострадавшего и ожидать медицинский персонал

- Сделать 10 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха искусственного дыхания, приподнять ноги пострадавшего, приложить холод к голове и ожидать медицинский персонал

+ Сделать 15 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха искусственного дыхания, приподнять ноги пострадавшего, приложить холод к голове, реанимацию не прекращать до прибытия медицинского персонала

4. Порядок действий при термическом ожоге с целыми ожоговыми пузырями:

+ охладить место ожога (струя холодной воды в течение 10-15 мин/приложить холод на 20-30 мин) не вскрывая ожоговый пузырь и не удаляя загрязнения

- вскрыть ожоговый пузырь, очистить место ожога от загрязнения, приложить холод

- вскрыть ожоговый пузырь, очистить место ожога от загрязнения, обработать жиросодержащим веществом

5. Порядок действий при термическом ожоге с поврежденными ожоговыми пузырями:

- охладить место ожога (струя холодной воды в течение 10-15 мин/приложить холод на 20-30 мин)

+ накрыть повреждение сухой чистой тканью, охладить поверхность ткани

- очистить место ожога от загрязнения, обработать жиросодержащим веществом, накрыть повреждение сухой чистой тканью

6. Что следует делать при обморожении?

- Доставить в теплое помещение, снять обувь и одежду, растереть место обморожения спиртовым раствором, смазать жиром

+ Доставить в теплое помещение, снять обувь и одежду, обеспечить сухое согревание (одеяло) и обильное теплое питье до медицинской помощи

- Растереть снегом, доставить в теплое помещение, снять обувь и одежду, согреть в ванной с теплой водой

7. Порядок действий при переохлаждении:

- растереть снегом, доставить в теплое помещение, дать алкоголь, снять обувь и одежду, согреть в ванной с теплой водой

+ доставить в теплое помещение, дать теплое питье, снять обувь и одежду, согреть в ванной с теплой водой, обеспечить сухое согревание (одеяло)

- дать алкоголь, доставить в теплое помещение, снять обувь и одежду, растереть спиртосодержащим веществом, обеспечить сухое согревание (одеяло)

8. Что прикладывается к месту растяжения или ушиба:

+ холод

- тепло

- спиртовой компресс

9. Что не входит в комплекс мер по оказанию первой медицинской помощи при подозрении на ботулизм?

- Промывание желудка кипяченой водой с последующим промыванием 2% раствором пищевой соды

- Установка щелочной очистительной клизмы и обильное питье солевого слабительного

+ Обильное питье сладкой теплой жидкости

тест 10. Порядок действий при отравлении дымом, если пострадавший находится в сознании:

- обеспечить доступ свежего воздуха, уложить горизонтально, дать понюхать нашатырный спирт и принять во внутрь лекарство с сорбирующими свойствами

- вывести из зоны задымления, обеспечить доступ свежего воздуха, дать крепкий сладкий чай

+ вывести из зоны задымления, облегчить дыхание (разорвать или расстегнуть одежду), дать понюхать нашатырный спирт и напоить крепким сладким чаем, дать лекарство с сорбирующими свойствами

11. Порядок действий при отравлении дымом, если пострадавший находится без сознания:

+ вынести из зоны задымления, облегчить дыхание (разорвать или расстегнуть одежду), проверить наличие пульса, провести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца, после появления дыхания положить набок, укрыть, дать понюхать нашатырный спирт и напоить крепким сладким чаем, дать лекарство с сорбирующими свойствами

- вынести из зоны задымления, облегчить дыхание (разорвать или расстегнуть одежду), после появления дыхания положить набок, укрыть

- вынести из зоны задымления, облегчить дыхание (разорвать или расстегнуть одежду), дать понюхать нашатырный спирт и напоить крепким сладким чаем, дать лекарство с сорбирующими свойствами

12. Что не входит в комплекс мер по оказанию первой помощи утопающему?

- Уложить пострадавшего на колени спасателя лицом вниз и вызвать механическим путем рвоты (заложить, дав пальца в рот и надавить на корень языка)

+ Уложить на бок, дать согревающее питье

- Перевернуть на спину, освободить ротовую полость от рвотных масс, тины, приступить к непрямому массажу сердца и искусственному дыханию

13. Когда можно прекращать реанимационные действия по оказанию первой помощи утопающему?

+ Признаки дыхательной недостаточности полностью исчезли

- Есть незначительное нарушение ритма дыхания

- Дыхание есть, но оно учащенное

14. При каком кровотечении наложение жгута нецелесообразно?

- При венозном

- При артериальном

+ При капиллярном

15. На какое максимальное время можно оставлять жгут, наложенный на конечность при кровотечении?

+ Летом - не более чем на 2 часа, зимой - не более чем на час

- До 3 часов независимо от температуры окружающей среды

- Летом - не более чем на 1 час, зимой - не более чем на 2 часа

16. Что нельзя делать при оказании первой помощи при переломах?

- Останавливать кровотечение

- Фиксировать поврежденную конечность

+ Вправлять на место кости

17. Порядок действий при оказании первой помощи при открытом переломе:

+ остановить кровотечение, дать обезболивающее средство, обработать края раны обеззараживающим раствором и закрыть рану стерильной повязкой,

наложить транспортную шину со стороны неповрежденных кожных покровов

- вправить кость и наложить тугую повязку, дать обезболивающее средство, наложить транспортную шину со стороны неповрежденных кожных покровов

- дать обезболивающее средство, наложить транспортную шину со стороны неповрежденных кожных покровов

18. Как остановить артериальное кровотечение конечностей?

- Наложить тугую повязку на место вытекания крови, приподнять конечность

- Приподнять конечность и зафиксировать в таком положении
- + Приподнять конечность, наложить жгут (закрутку из подручных средств) выше раны

19. В каком месте накладывается жгут для остановки венозного кровотечения?

- На место ранения
- + Ниже на 10-15 см раны
- Выше на 10-15 см раны

тест-20. Как быстро остановить кровотечение из сонной артерии?

- Наложить жгут
- Закрыть рану сдавливающей повязкой
- + Артерию зажать пальцем ниже раны

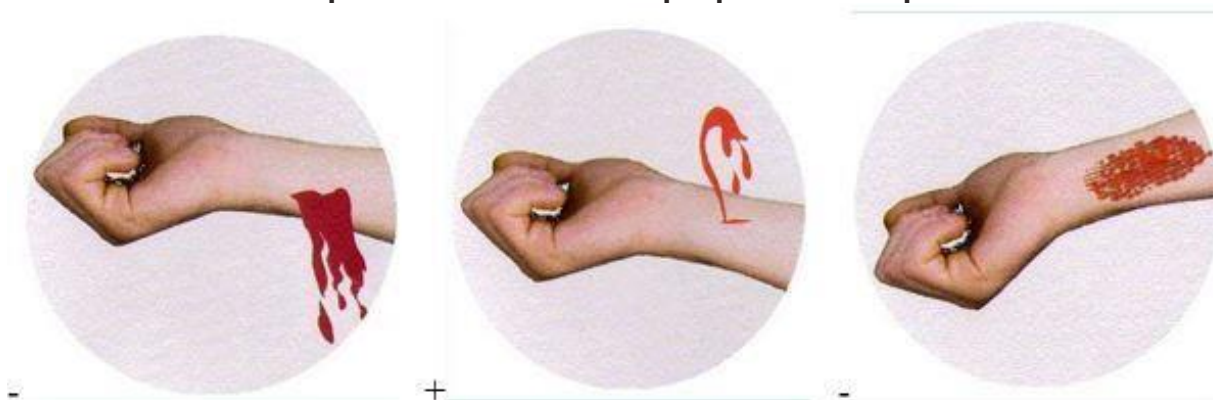
21. Что можно использовать в качестве транспортной шины при переломах?

- + прямой кусок доски или ветки, зонт, лыжи, жесткий картон
- прямой кусок доски или ветки, ткань, целлофан
- лыжи, картон, ткань

22. Как приостановить кровотечение на конечностях при невозможности наложения жгута?

- Обезболивающие таблетки
- + Фиксация конечности в максимально согнутом состоянии
- Теплый компресс

23. На каком из изображений показано артериальное кровотечение?



24. Какие из признаков определяют открытый перелом конечностей?

- + Боль, есть открытая рана, видны кости
- Боль, просматривается деформация конечности
- Боль, пострадавший жалуется на ограниченность движения конечностью

25. Какие действия относятся к временному прекращению кровотечения?

- Закрытие раны давящей повязкой, сгибание конечности, закрытие раны пластырем
- Закрытие раны давящей антисептической повязкой, поднятие конечности вверх, закрытие раны пластырем
- + Закрытие раны давящей повязкой, максимально возможное сгибание конечности, наложение жгута, прижатие пальцами

Практическая работа № 31

Тема: Медико-санитарная подготовка

Цель:

1. Изучить основные виды переломов.
2. Научиться методике проведения, оказания первой помощи при переломах различного вида.

Оборудование: учебник, тетради

Краткие теоретические сведения

Основные виды переломов

Чаще всего переломы делят на закрытые и открытые. В первом случае кожный покров не повреждается, во втором – кожа рвется, а части кости могут выступать за пределы раны. При открытом переломе происходит инфицирование тканей, потому восстановление более долгое.

По характеру повреждения костей и прилегающих тканей выделяют следующие виды переломов:

оскольчатый – кость разрушается с образованием множества осколков;

осложненный – вместе с костью задеваются нервные волокна, внутренние органы;

смещенный – отломки кости смещаются относительно друг друга;

Также перелом может быть частичным в виде трещины. Такое нарушение целостности кости чаще встречается у детей в силу эластичности костной ткани.

Принципы оказания доврачебной помощи

С помощью первой медицинской помощи можно значительно снизить риск развития осложнений – инфицирования, болевого шока, смещения отломков.

Принципы действий схожи при открытых и закрытых переломах, однако есть некоторые нюансы, с которыми нужно ознакомиться.

Первая помощь при переломе конечностей

Рассмотрим алгоритм действий и правила доврачебной помощи при переломе конечностей:

Осмотреться и удостовериться в отсутствии опасности для себя и пострадавшего.

Если человек находится без признаков жизни – принять меры по реанимации и только потом оказывать помощь при переломе.

Вызвать бригаду СМП.

Если имеется артериальное кровотечение – принять меры по его остановке.

Стараться не менять положение тела и конечностей пострадавшего, особенно при подозрении на перелом позвоночника. Если нужно снять одежду или обувь – делать это аккуратно, начиная со здоровой конечности.

Принять меры по предупреждению болевого шока.

Обеспечить иммобилизацию.

До прибытия «скорой помощи» нужно находиться рядом с пострадавшим, контролировать дыхание, пульс и сознание, а также стараться его успокоить.

Дополнительно читайте:

Виды наружных кровотечений и первая помощь

Если перелом открытый – нужно осторожно, не меняя положения травмированной конечности, остановить кровотечение, выбрав наиболее подходящий метод. Участок кожи вокруг раны нужно обработать антисептическим раствором, затем наложить чистую повязку. После этого можно готовить шину, которая должна соответствовать длине и фиксировать поврежденную конечность. До прибытия бригады скорой помощи нужно обеспечить пострадавшему покой. При переломе ключицы в подмышечную впадину нужно вложить валик, руку согнуть в локте, подвесить на косынке и прибинтовать к телу.

Предупреждение болевого шока

По причине повреждения мягких тканей и нервных волокон при переломе возникает сильная боль. Если не оказать помощи в этом направлении – может начаться травматический шок, который опасен для жизни.

Чтобы избежать этого состояния, нужно:

дать пострадавшему 3-4 таблетки анальгина или 1-2 грамадола (либо другое обезболивающее);

приложить к месту травмы холодный компресс – лед, снег и т.д.

Развитию болевого шока способствует общее охлаждение организма, поэтому в холодное время года пострадавшего нужно укрыть. Профилактике шока способствует и иммобилизация.

Правила иммобилизации

Иммобилизация – это комплекс мер, направленных на обеспечение неподвижности поврежденной конечности. Для этого используют различные шины, в том числе и сделанные из подручных материалов – палок, досок, прутьев и т.д.

Правила наложения шины

При наложении шины нужно соблюдать ряд правил:

Наложить ее нужно как можно раньше. Перелом сопровождается отеком, который не даст провести шинирование правильно.

Шину накладывают после обезболивания, а не наоборот.

Предмет накладывают с двух сторон поврежденной конечности, фиксируют с помощью бинта на всем протяжении, кроме места перелома.

При переломе бедренной кости шина накладывается от подмышечной впадины до стопы.

Если перелом открытый – сначала обрабатывают рану, накладывают стерильную или чистую повязку и только потом приступают к шинированию.

Кровь нужно остановить до наложения шины. Если использовался жгут – шину накладывают так, чтобы его можно было убрать не нарушая иммобилизации.

Руку подвешивают на перевязке, если сломана нога – под нее подкладывают что-нибудь мягкое.

В холодное время года поврежденную конечность укутывают теплой тканью.

Для контроля за кровообращением первые фаланги пальцев оставляют открытыми.

При перевозке пострадавшего в медицинское учреждение нужно обеспечить правильное положение тела. При переломе ног больного перевозят в положении «лежа», подложив под поврежденную конечность мягкий валик. При переломе руки допускается транспортировка сидя.

Дополнительно читайте:

Травмы скелета: виды

Первая помощь при переломе костей черепа

Во время различных происшествий возможны переломы костей черепа, но первое время трудно понять, поврежден ли головной мозг. Поэтому пострадавшего нужно как можно скорее доставить в больницу.

Последовательность оказания помощи при переломе костей черепа следующая:

Для создания неподвижности головы применяют ватно-марлевую баранку, пращевидную повязку или сподручные средства (одежду, одеяло), формируя из них валик вокруг головы.

Если человек без сознания – освободить ротовую полость от рвотных масс и приступить к реанимационным мероприятиям.

Для нормализации работы сердца, если возможно, дают настой корвалола (до 20 капель).

Если рана образовалась в области затылка или пострадавший без сознания – перевозить его нужно на боку. Это положение предупредит развитие удушья из-за рвотных масс или западения языка.

Если у пострадавшего перелом костей носа – перевозить его нужно в положении «полусидя». Если сломана челюсть – в положении сидя, а потерявших сознание – лежа на животе. Нижнюю челюсть при переломе иммобилизируют пращевидной повязкой, а если сломана верхняя – вставляют между челюстями линейку или кусок фанеры, которые фиксируют к голове.

Первая помощь при переломах

Первая помощь при переломе костей таза

При падении с высоты, ДТП или ударах может возникнуть перелом кости таза. Первую помощь в этом случае оказывают до прибытия бригады СМП. Для этого нужно:

Принять меры по предупреждению травматического шока.

Положить пострадавшего на твердую поверхность.

Придать телу положение «лягушки». Ноги согнуть под углом 45° в коленях и в ТБС, немного развести в стороны. Под ноги положить мягкий валик из одежды или одеяла.

При необходимости в позе «лягушки» человека можно и перевозить в медицинское учреждение.

Как и в случае с другими переломами, нужно контролировать физиологические показатели, следить за частотой пульса, дыхания. С пострадавшим нужно

разговаривать, стараться его успокоить, а при потере сознания – повернуть голову вбок, чтобы исключить асфиксию рвотными массами.

Общие меры предосторожности

Часто очевидцы происшествия не имеют специальных знаний и потому, пытаясь оказать пострадавшему первую помощь, допускают грубейшие ошибки. Неправильные действия могут увеличить время восстановления а в худшем случае – стоить пострадавшему жизни.

При переломе запрещается:

Давать что-либо выпить или скушать, за исключением случаев профилактики болевого шока.

Пытаться выпрямить поврежденную ногу или руку.

При открытом переломе доставать отломки кости из раны.

Без необходимости перемещать пострадавшего, менять положение травмированной конечности.

Самостоятельно «вправлять» сломанные кости.

Заливать непосредственно в рану йод, спирт и другие средства (вызывают болевой шок).

Использовать загрязненные материалы для обработки раны и повязки.

При переломе запрещается

О мерах профилактики болевого шока нужно сообщить прибывшей бригаде скорой помощи. Информация об обезболивающих препаратах или спирте может стать полезной, если для последующего лечения перелома потребуется общий наркоз.

Практическая работа № 32

Тема: Медико-санитарная подготовка

Цель:

1. Закрепить пройденный материал.

Порядок выполнения работы:

Тестовое задание:

Вопрос 1

По отношению к полостям раны делят на:

Варианты ответов

- колотые, резаные, огнестрельные
- сквозные, касательные, слепые
- проникающие, непроникающие
- разможенные, огнестрельные
- хирургические, боевые, случайные

Вопрос 2

В каком порядке проводятся мероприятия первой помощи при ранениях?

Варианты ответов

- остановка кровотечения, наложение повязки
- остановка кровотечения, обеззараживание раны, наложение повязки
- обеззараживание раны, наложение повязки, остановка кровотечения

Вопрос 3

В чем заключается оказание первой помощи при незначительных открытых ранах?

Варианты ответов

- заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку
- смазать рану вазелином или кремом
- промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом

Вопрос 4

Каким образом оказывается первая медицинская помощь при ушибах, растяжениях?

Варианты ответов

- наложением тепла на место ушиба
- наложить на повреждённое место гипс
- наложением холода на место ушиба

Вопрос 5

Каким образом оказывается первая помощь при ушибах, растяжениях?

Варианты ответов

- наложением на место ушиба тугой повязки и обеспечением повреждённому месту покоя
- наложением тепла на место ушиба
- наложить на повреждённое место шину

Вопрос 6

Какой должна быть первая помощь при открытых переломах?

Варианты ответов

- вправить вышедшие наружу кости
- остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком
- на рану в области перелома поставить компресс и не давать пострадавшему обезболивающие средство

Вопрос 7

Какой должна быть первая помощь при закрытых переломах?

Варианты ответов

- место травмы потеплее укутать и дать пострадавшему обезболивающее средство
- провести иммобилизацию места перелома
- устранить искривление конечности

Вопрос 8

При повреждении костей плеча и бедра шину накладывают?

Варианты ответов

- с захватом трех суставов, двух ниже и одного выше места перелома
- с захватом только двух суставов, выше и ниже места перелома
- с захватом только верхнего, по отношению к месту перелома, сустава

Вопрос 9

Что нужно делать при нахождении ножа или другого инородного предмета в ране?

Варианты ответов

- вытащить нож и быстро, без обработки раны антисептиком, наложить повязку
- оставить ранящий предмет в ране, зафиксировать предмет в ране, наложив вокруг него повязку
- применить пальцевое прижатие, наложить жгут выше места ранения, вытащить ранящий предмет, наложить повязку

Вопрос 10

Укажите способы временной остановки крови

Варианты ответов

- придание возвышенного положения конечности, наложение асептической повязки
- пальцевое прижатие, максимальное сгибание конечности, наложение жгута (закрутки), наложение давящей повязки
- частичное сгибание конечности, наложение пластыря, наложение давящей повязки

Вопрос 11

Перечислите основные точки пальцевого прижатия артерий

Вопрос 12

При иммобилизации фиксируют

Варианты ответов

- все суставы
- повреждённый и соседний сустав
- повреждённый сустав

Вопрос 13

В качестве шины можно использовать

Варианты ответов

- полотенце, гибкий кабель
- лыжную палку, доску, полотенце
- обрезок доски, подходящую ветку дерева, лыжу

Информационное обеспечение обучения

Основные литература:

- 1 Ченин, А. Н. Расчет опасных зон : методические рекомендации / А. Н. Ченин. — Брянск : Брянский ГАУ, 2020. — 22 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 2 Охрана труда : учебно-методическое пособие / И. С. Мартынов, Е. Ю. Гузенко, Ю. Л. Курганский, Д. В. Сёмин. — Волгоград : Волгоградский ГАУ, 2015. — 76 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. Режим доступа: для авториз. пользователей.
- 3 Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17400-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru>

Дополнительные источники:

1. Опасности техногенного характера и защита от них : учебное пособие / составитель Т. Ю. Денщикова. — Ставрополь : СКФУ, 2016. — 141 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Опасные ситуации природного характера и защита от них : учебное пособие / составитель В. М. Иванов. — Ставрополь : СКФУ, 2016. — 170 с. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Безопасность жизнедеятельности : учебник для спо / Н. В. Горькова, А. Г. Фетисов, Е. М. Мессинева, Н. Б. Мануйлова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 220 с. — ISBN 978-5-8114-9372-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. Режим доступа: для авториз. пользователей.

Учебно-методические материалы:

1. Методические указания к практическим/лабораторным работам (Электронный ресурс)/ Коровин Ю.И., Горохов Д.В., – Москва: РГАУ-МСХА, 2021 – ЭБС –«РГАУ-МСХА»

Интернет – ресурсы

1. Электронно-библиотечная система РГАУ-МСХА им. К.А. Тимирязева (далее ЭБС) сайт www.library.timacad.ru
2. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» - <https://cyberleninka.ru/>
3. Сетевая электронная библиотека аграрных вузов - <https://e.lanbook.com/books>
4. Культура безопасности жизнедеятельности. [Электронный ресурс] / Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий: сайт // Режим доступа: <http://www.culture.mchs.gov.ru/testing/?SID=4&ID=5951>.
5. Портал МЧС России [Электронный ресурс]: сайт // Режим доступа: <http://www.mchs.gov.ru/>.
6. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. —Режим доступа: URL:<http://bzhde.ru>.
7. Официальный сайт МЧС РФ [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.mchs.gov.ru>.

8. Безопасность в техносфере [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <http://www.magbvt.ru>.
9. База данных информационной системы «Единое окно доступа к образовательным ресурсам». Режим доступа: <http://window.edu.ru/>.
10. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» <http://нэб.рф/>.
11. Университетская информационная система «РОССИЯ» <http://uisrussia.msu.ru/>.
12. www.goucr32441.narod.ru (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009)).