



Частное образовательное учреждение
профессионального образования
«Западно-Уральский горный техникум»

ОП.10 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*Методические указания для самостоятельной работы студентов
заочной формы обучения*

Базовая подготовка

Пермь 2025

Методические указания разработаны в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) для среднего профессионального образования по специальности 21.02.02 Бурение нефтяных и газовых скважин, а также в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины.

Организация-разработчик: ЧОУ ПО «Западно-Уральский горный техникум»
(ЧОУ ПО «ЗУГТ»)

Разработчик: Белкин Н.М. – преподаватель ЧОУ ПО «ЗУГТ»

Методические указания рассмотрены методическим советом ЧОУ ПО
«ЗУГТ»

Протокол № 1 от 24.01. 2025 г.

Методические указания содержат теоретический материал по дисциплине, содержание практических занятий, задания для самостоятельной работы студентов и методические указания по выполнению контрольных работ.

1. ВВЕДЕНИЕ

Учебная дисциплина "Безопасность жизнедеятельности" относится к циклу общепрофессиональных дисциплин.

Дисциплина предусматривает изучение безопасного взаимодействия человека со средой его обитания (производственной, бытовой, природной) и вопросов защиты от негативных факторов, чрезвычайных ситуаций.

Изучение данной дисциплины базируется на знании следующих дисциплин: "Основы безопасной жизнедеятельности", "Охрана труда", "Экологические основы природопользования".

В результате изучения учебной дисциплины в области безопасности жизнедеятельности **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

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;

Целью изучения ОП.10 Безопасность жизнедеятельности является усвоение обучающимися теоретических знаний и приобретение умений, а также формирование **общих компетенций (ОК) (частично):**

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

профессиональных компетенций (ПК):

ПК 1.1. Выбирать оптимальный вариант проводки глубоких и сверхглубоких скважин в различных горно-геологических условиях.

ПК 1.2. Выбирать способы и средства контроля технологических процессов бурения.

ПК 1.3. Решать технические задачи по предотвращению и ликвидации осложнений и аварийных ситуаций.

ПК 1.4. Проводить работы по подготовке скважин к ремонту; осуществлять подземный ремонт скважин.

ПК 2.1. Производить выбор бурового оборудования в соответствии с геолого-техническими условиями проводки скважин.

ПК 2.2. Производить техническое обслуживание бурового оборудования, готовить буровое оборудование к транспортировке.

ПК 2.3. Проводить проверку работы контрольно-измерительных приборов, автоматов, предохранительных устройств, противовыбросового оборудования.

ПК 2.4. Осуществлять оперативный контроль за техническим состоянием наземного и подземного бурового оборудования.

ПК 2.5. Оформлять технологическую и техническую документацию по обслуживанию и эксплуатации бурового оборудования.

ПК 3.1. Обеспечивать профилактику производственного травматизма и безопасные условия труда.

ПК 3.2. Организовывать работу бригады по бурению скважины в соответствии с технологическими регламентами.

ПК 3.3. Контролировать и анализировать процесс и результаты деятельности коллектива исполнителей, оценивать эффективность производственной деятельности.

Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:
максимальной учебной нагрузки обучающегося - **78 ч**, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **6 ч**
из них лекции – **4 ч**, практические занятия – **2 ч**;
самостоятельной работы обучающегося - **72 ч**.

Самостоятельная работа студентов-заочников заключается в изучении литературы, список которой указан в методических указаниях, ответов (устных ответов) на вопросы для самоконтроля, расположенных в методических указаниях, и выполнения контрольной работы по своему варианту.

Формой итогового контроля по дисциплине **является зачёт**.

До зачета допускаются студенты, имеющие зачетную домашнюю контрольную работу.

2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование разделов и тем	Макс. нагрузка на студента , час	Количество аудиторных часов при заочной форме обучения		СРС, час
		Всего	Практ. работа	
Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и организация защиты населения	24	2		22
Раздел 2. Основы военной службы	24	2	1	22
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	24	2	1	22
Всего по дисциплине	78	6	2	72

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

Раздел 1. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ МИРНОГО И ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ

Студент должен:

знать: принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий природных и техногенных чрезвычайных ситуаций;

уметь: организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций

Тема 1.1 Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера

Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, источники их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам их распространения и тяжести последствий.

Чрезвычайные ситуации военного характера, которые могут возникнуть на территории России и случае локальных вооруженных конфликтов или ведения широкомасштабных боевых действий. Основные источники чрезвычайных ситуаций военного характера - современные средства поражения

Прогнозирование чрезвычайных ситуаций Теоретические основы прогнозирования чрезвычайных ситуаций. Прогнозирование природных и техногенных катастроф Порядок выявления и оценки обстановки.

Литература. 2; 3.. 7.

Методические указания

Источник чрезвычайных ситуаций - это опасное природное явление, авария или опасное техногенное происшествие, широкораспространенная инфекционная болезнь людей, сельскохозяйственных животных и растений, а также применение современных средств поражения, в результате чего произошла или может произойти чрезвычайная ситуация Чрезвычайные ситуации (ЧС) классифицируют по значительному числу признаков:

- по происхождению ЧС на ситуации техногенного, антропогенного и природного характера:

- по типам и видам событий, лежащих в основе этих ситуаций;
- по масштабу распространения;
- по сложности обстановки;
- по тяжести последствий.

Вопросы для самоконтроля

1. Классификация ЧС по масштабам их распространения.
2. ЧС военного характера.
3. Перечислите основные источники ЧС военного характера.
4. Охарактеризуйте современные средства поражения.
5. Прогнозирование ЧС.
6. Ликвидация ЧС.

Тема 1.2 Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Основные задачи МЧС России в области гражданской обороны, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основная цель создания этой системы, основные задачи РСЧС по защите населения от чрезвычайных ситуаций, силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций.

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

Литература: 1, 2, 7.

Методические указания

Для решения основных задач Федеральным Законом в РФ создана единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), которая объединяет силы и средства федеральных и региональных органов власти, органов самоуправления и других организаций, в полномочие которых входит решение вопросов по защите населения и территории от ЧС.

РСЧС объединяет, а МЧС координирует действия соответствующих подразделений, министерств, ведомств, а также различных общественных организаций по защите населения и территорий.

РСЧС включает в себя три подсистемы: территориальную, функциональную, ведомственную и имеет три уровня: местный, региональный, федеральный.

ГО - это составная часть системы общегосударственных оборонных мероприятий, проводимых в мирное и военное время.

ГО организуется по территориально-производственному принципу. Формирования служб ГО проводят специальные мероприятия во время спасательных работ, а также усиливают и обеспечивают действия формирований общего назначения.

Вопросы для самоконтроля

1. Организационная структура ГО на объекте.
2. Невоеенинизованное формирование, его назначение.
3. Назовите основные задачи РСЧС.
4. Структура РСЧС.
5. Перечислите основные задачи ГО.

Тема 1.3 Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Основные принципы и нормативно-правовая база защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Деятельность государства в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Федеральные законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации в области безопасности и жизнедеятельности.

Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций. Порядок использования инженерных сооружений для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Организация и выполнение эвакуационных мероприятий. Основные положения по эвакуации населения в мирное и военное время. Организация эвакуационных мероприятий при стихийных бедствиях, авариях и катастрофах.

Применение средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях. Назначение и порядок применения средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и средств медицинской защиты в чрезвычайных ситуациях.

Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций (АСДНР). Основа организации АСДНР. Особенности проведения АСДНР на территории, зараженной (загрязненной) радиоактивными и отравляющими (аварийно-химически опасными) веществами, а также при стихийных бедствиях.

Практическая работа: Организация получения и использования средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях.

Литература: 1, 7.

Методические указания

Основные нормативно-технические документы по ЧС объединены в комплекс стандартов "Безопасность в ЧС" (БЧС). Основные цели комплекса: повышение эффективности мероприятий по предупреждению и ликвидации ЧС на всех уровнях для обеспечения безопасности населения и объектов народного хозяйства в природных, техногенных, биолого-социальных и военных ЧС; предотвращение или снижение ущерба в ЧС.

При спасательных работах используются специально обученные спасательные формирования, создаваемые заблаговременно, а также вновь сформированные

подразделения из числа работников промышленного объекта (подразделений ГО объекта).

Спасательные формирования могут быть подчинены руководству объекта или администрации района, города, области.

Комплекс организационных лечебно-эвакуационных санитарно-гигиенических и противоэпидемиологических мероприятий направлен, прежде всего, на предупреждение или ослабление воздействия на людей поражающих факторов источника ЧС, оказание пораженным всех видов медицинской помощи и их лечение в зоне ЧС.

Для реализации данных мероприятий необходимо знать общее устройство, систему жизнеобеспечения убежит, укрытий, порядок оповещения населения о ЧС, порядок эвакуации и проведения спасательных работ в очагах поражения, уметь пользоваться индивидуальными средствами защиты.

Вопросы для самоконтроля

1. Порядок эвакуации населения из очагов.
2. Системы жизнеобеспечения убежищ, их возможности.
3. Санитарно-техническое оборудование укрытий.
4. Перечислите основные виды медицинской помощи в очагах ЧС.
5. Каково значение современного оказания первой медицинской помощи.
6. Назовите основные приемы оказания само- и взаимопомощи при возникновении ЧС.
7. Перечислите основные нормативно-технические документы в области безопасности жизнедеятельности.

Тема 1.4 Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики

Общие понятия об устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.

Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. Обеспечение надежной защиты рабочих и служащих, повышение надежности инженерно-технического комплекса, обеспечение надежности и оперативности управления производством, подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства.

Литература: 1.

Методические указания

Способность предприятия, объектов экономики предупреждать возникновение производственных аварий и катастроф, противостоять воздействию поражающих факторов в целях предотвращения или ограничения угрозы жизни и здоровья персонала и проживающего вблизи населения, а также обеспечивать восстановление

нарушенного производства в минимально короткий срок, зависит от устойчивости функционирования производства в условиях ЧС.

Во исполнение Федерального закона "О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера" правительство РФ утвердило положение о классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

В этом постановлении ЧС классифицируются в зависимости от количества людей, пострадавших в этих ситуациях, или людей, у которых оказались нарушены условия жизнедеятельности, размера материального ущерба, а также границы зон распространения поражающих факторов ЧС.

Нанесенный материальный ущерб складывается из прямого (разрушение промышленных объектов) и косвенного ущербов (неполученный доход, материальные ценности).

Для определения прямого ущерба, необходимо знать стоимость основных фондов производства до и после момента наступления ЧС. Их разность и есть размер прямого материального ущерба. Для его определения необходимо располагать данными о степени поражения объекта. Оно определяется, исходя либо из численного значения пораженной площади объекта по отношению к его общей площади, либо из числа пораженных элементов этого объекта к их общему числу. Ущерб и число жертв при ЧС подсчитывают при проведении комплекса спасательных работ или после них.

Устойчивость работы промышленного объекта - это способность объекта выпускать установленные виды продукции в объемах и номенклатуре, предусмотренных соответствующими планами в условиях ЧС, а также приспособленность этого объекта к восстановлению в случае повреждения. Для объектов, не связанных с производством материальных ценностей (транспорта, связи, линий электропередач и т.п.) устойчивость определяется его способностью выполнять свои функции.

Под устойчивостью технической системы понимается возможность сохранения ею работоспособности при ЧС. Повышение устойчивости технических систем и объектов достигается организационно-техническими мероприятиями, которым всегда предшествует исследование устойчивости конкретного объекта.

На первом этапе исследования анализируют устойчивость его элементов в условиях ЧС, а также оценивают опасность выхода из строя или разрушения элементов или всего объекта в целом.

На втором этапе разрабатывают мероприятия по повышению устойчивости и подготовке объекта к восстановлению после ЧС.

Исследования устойчивости функционирования объекта начинается до ввода его в эксплуатацию.

Вопросы для самоконтроля

1. От каких факторов зависит устойчивость предприятия в ЧС?
2. Перечислите мероприятия по повышению устойчивости систем водо-, газо- и теплоснабжения.

3. Порядок подготовки производства к остановке.
4. План ремонтно-восстановительных работ.
5. Дайте классификацию категорий помещений и зданий по пожаро- и взрывоопасности.

Раздел 2. ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ

Студент должен:

знать: основные требования Концепции национальной безопасности и Военной доктрины Российской Федерации, требования федеральных законов и других нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих порядок прохождения военной службы по призыву и по контракту, общие требования к уровню подготовки призывника;

уметь: развивать в себе необходимые познавательные, физические, психологические и профессиональные качества, отвечающие требованиям военной службы.

Тема 2.1 Основы обороны государства

Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации. Национальные интересы России. Основные угрозы национальной безопасности Российской Федерации Терроризм как серьезная угроза национальной безопасности России.

Военная доктрина Российской Федерации. Обеспечение военной безопасности Российской Федерации, военная организация государства, руководство военной организацией государства.

Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил, рода войск и их предназначение Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль в системе обеспечения национальной безопасности страны.

Другие войска, их состав и предназначение.

Литература: 2, с. 420: 7, 190... 195.

Методические указания

Воинская деятельность является формой общественной деятельности людей, она носит социально-политический характер. Посредством воинской деятельности осуществляется вооруженная защита интересов государства, обеспечивающая благоприятные внешние условия социально-экономического развития общества.

В состав Вооруженных сил РФ входят ракетные войска стратегического назначения, сухопутные войска, войска противовоздушной обороны, военно-воздушные силы, военно-морской флот, являющиеся видами Гражданской Обороны, а также тираничные и внутренние войска.

Каждый вид Вооруженных Сил в своем составе имеет основные роля войск (силы флота) и соединения, части, подразделения специальных войск (разведывательные, инженерные, химические, связи и другие).

Виды Вооруженных Сил РФ подчиняются главнокомандующим, которые являются заместителями Министра обороны РФ. Пограничными войсками руководит Комитет Государственной Безопасности РФ, а внутренними войсками - Министерство внутренних дел РФ. Согласованную деятельность видов Вооруженных Сил Гражданской Обороны РФ обеспечивает Генеральный штаб Вооруженных Сил РФ.

Вопросы для самоконтроля

1. Какие задачи возложены на Вооруженные Силы РФ?
2. Расскажите о видах Вооруженных Сил РФ.
3. В чем заключается обеспечение национальной безопасности РФ?
4. Назовите основные угрозы национальной безопасности РФ.
5. Как влияет научно-технический прогресс на развитие Вооруженных Сил РФ?

Тема 2.2 Военная служба - особый вид федеральной государственной службы

Правовые основы военной службы. Воинская обязанность, ее основные составляющие. Прохождение военной службы по призыву и по контракту.

Требования воинской деятельности, предъявляемые к физическим, психологическим и профессиональным качествам военнослужащего. Общие должностные и специальные обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Уголовная ответственность военнослужащих за преступления против военной службы.

Практическая работа: Основы военной службы.

Литература: 1,2.

Методические указания

Военнослужащий - это лицо, состоящее на действительной военной службе. В Вооруженных Силах военнослужащие подразделяются на солдат, матросов, сержантов, старшин, прапорщиков, мичманов и офицерский состав (младший, старший и высший).

Устав внутренней службы Вооруженных Сил определяет общие обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними, правила внутреннего распорядка в подразделениях и воинских частях, обязанности основных должностных лиц и другие вопросы повседневной жизни и быта подразделений и частей.

Дисциплинарный устав Вооруженных Сил определяет сущность воинской дисциплины, обязанности и права по ее поддержанию.

Преступлениями против военной службы признаются преступления против установленного порядка несения военной службы, совершенные военнослужащими,

проходящими военную службу по призыву, либо по контракту в Вооруженных Силах, других войсках и воинских формированиях РФ, а также гражданскими лицами, пребывающими в запасе во время прохождения ими сборов (ст. 331 УК).

Виды преступлений против военной службы:

- 1) Неисполнение приказа (ст. 332);
- 2) Сопротивление начальнику или принуждение его к нарушению обязанностей военной службы (ст. 333);
- 3) Насильственные действия в отношении начальника (ст. 334);
- 4) Нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими при отсутствии между ними отношений подчиненности (ст. 335);
- 5) Самовольное оставление части или места службы, дезертирство, уклонение от исполнения обязанностей военной службы путем симуляции болезни или иными способами (ст. 337-339).

Вопросы для самоконтроля

1. В чем заключается суть воинской обязанности?
2. Назовите основные составляющие воинской обязанности.
3. Какие требования предъявляет воинская деятельность к военнослужащим?
4. Назовите общие должностные и специальные обязанности военнослужащих.
5. Назовите виды преступлений против военной службы.

Тема 2.3 Основы военно-патриотического воспитания

Боевые традиции Вооруженных Сил России.

Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. Дружба, войсковое товарищество - основы боевой готовности частей и подразделений

Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы. Ордена - почетные награды за воинские отличия и заедут в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Литература: 1.

Методические указания

Военную присягу принимает каждый гражданин РФ страны, призванный на военную службу в Вооруженные Силы.

Солдаты и матросы принимают присягу после прохождения программы обучения молодого солдата (матроса) и усвоения своих основных обязанностей, значения воинской присяги, Боевого Знамени части и воинской дисциплины, но не позднее полутора месяцев со дня прибытия в воинскую часть. Принятие присяги проводится в торжественной обстановке под Боевым Знаменем части. День принятия присяги является для части нерабочим днем и проводится как праздник.

В военной присяг сформированы важные требования к морально-боевым качествам воинов: честность и правдивость, храбрость, мужество, дисциплинированность высокая бдительность, преданность Родине, народу.

Каждой воинской части при ее формировании вручается Боевое знамя. Боевое знамя сохраняется за воинской частью на все время ее существования. Оно всегда находится в части, а на поле боя - в районе ее боевых действий.

Вопросы для самоконтроля

1. Назовите боевые традиции Вооруженных Сил России.
2. Назовите основные качества защитника Отечества. Как эти качества должны проявляться в бою и в мирное время?
3. Что символизирует Боевое Знамя части. Флаг корабля?
4. Назовите ритуалы Вооруженных Сил РФ.

Раздел 3. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Студент должен:

знать: основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни, о влиянии на здоровье человека вредных привычек, о значении профилактики вредных привычек для сохранения здоровья;

уметь: тонировать свой режим дня, рационально сочетая в нем умственные и физические нагрузки, поддерживать необходимый уровень своего здоровья - работоспособность, оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Здоровье человека и здоровый образ жизни. Здоровье - одна из основных жизненных ценностей человека. Здоровье физическое и духовное, их взаимосвязь и влияние на жизнедеятельность человека. Общественное здоровье.

Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами.

Правовые основы оказания первой медицинской помощи. Ситуации, при которых человек нуждается в оказании первой медицинской помощи Первая медицинская помощь при ранениях. Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи.

Первая медицинская помощь при травмах.

Практическая работа:

1. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при кровотечениях.
2. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при травмах опорно-двигательного аппарата.

3. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при отравлении аварийно-химически опасными веществами (АХОВ).
4. Оказание первой медицинской помощи при ожогах.

Литература: 1.

Методические указания

Понятие здоровья делится на две части:

- "исполнительная" - обеспечивает целостность и эффективность действий человека (физическое и психическое здоровье);
- "управляющая" (общественная и духовная) - обеспечивает разумную целенаправленность действий, по отношению к которой можно применить понятие "духовное здоровье".

Пять критериев, определяющих здоровье человека: отсутствие болезни; нормальное функционирование организма в системе "человек - окружающая среда"; полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие: способность приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде; способность к полноценному выполнению основных социальных функций.

Общественное здоровье складывается в конечном итоге из здоровья членов общества. Индивидуальное здоровье - здоровье каждого человека.

Здоровый образ жизни - это индивидуальная система повседневного поведения человека, обеспечивающая ему физическое, душевное и социальное благополучие в реальной окружающей среде (природной, техногенной и социальной) и активное долголетие.

Основными задачами медицинской службы Гражданской обороны (МСГО) являются: своевременное оказание медицинской помощи пораженным и больным, их лечение с целью быстрее восстановления здоровья и возвращения к труду; предупреждение возникновения и распространения массовых инфекционных заболеваний среди населения; обеспечение санитарного благополучия населения и организация санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий по устранению неблагоприятных санитарных последствий применения противником оружия массового поражения.

Первая медицинская помощь оказывается непосредственно на месте поражения или вблизи от него самим пораженным (самопомощь) или другим лицом (взаимопомощь), личным составом санитарных постов и дружин и других формирований ГО. Первая медицинская помощь, оказываемая личным составом санитарных постов и дружин пострадавшим на месте поражения включает: наложение повязок на раневые и ожоговые поверхности, временную остановку наружного кровотечения, иммобилизацию переломов костей табельными или подручными средствами, введение обезболивающих средств, производство искусственного дыхания, непрямой массаж сердца и другие мероприятия.

Раны могут быть: огнестрельными, резанными, рубленными, колотыми, ушибленными, размозженными, рваными, укушенными.

Студенту необходимо изучить правила оказания первой медицинской помощи при всех видах травм и ранений.

Вопросы для самоконтроля

1. Каковы задачи первой медицинской помощи?
2. Какие мероприятия включаются в понятие первой медицинской помощи?
3. В чем заключаются основные правила оказания первой медицинской помощи?"
4. Какие табельные и подручные средства применяются при оказании первой медицинской помощи?
5. Как накладывается повязка по Маштафарову?

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЁТУ

1. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской части.
2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
3. Физический труд. Динамическая, статическая работа. Умственный труд, его виды, особенности
4. Источники электромагнитных полей (ЭМП), ионизирующих излучений. Основные методы защиты от действия ЭМП. Нормы радиационной безопасности.
5. Воздействие электрического тока на человека и защита от поражения электрическим током.
6. Защитные средства в электроустановках.
7. Условия труда. Факторы, воздействующие на человека в процессе труда.
8. Опасные и вредные производственные факторы.
9. Основные способы и принципы защиты от опасных и вредных факторов производства.
10. Номенклатура средств защиты.
11. Способы защиты от токсичных выбросов.
12. Испытание компрессоров, систем газоснабжения под давлением.
13. Испытание грузоподъемных механизмов.
14. Размеры и структуры зон загрязнений окружающей среды при производственных авариях.
15. Чрезвычайные ситуации (ЧС) мирного времени. Классификация ЧС по причинам возникновения, по скорости и масштабам распространения.
16. Стихийные бедствия, их классификация.
17. Техногенные аварии. Причины возникновения.
18. Зоны радиоактивного заражения. Действия населения в районе радиоактивного заражения.
19. Химически опасный объект. Виды химических аварий.

20. Наиболее распространенные в народном хозяйстве сильнодействующие ядовитые вещества (СДЯВ).

21. Пожаро-взрывоопасные объекты. Пожар, взрыв, условия их возникновения.

22. Способы предупреждения, ликвидация последствий пожара, взрыва.

23. Чрезвычайные ситуации военного времени. Понятие «оружие массового уничтожения».

24. Задачи, структура гражданской обороны (ГО).

25. Система жизнеобеспечения убежищ, укрытий, их санитарно-техническое оборудование.

26. Спасательные работы в очагах массового поражения, при взрывах, пожарах. Порядок эвакуации населения.

27. Раны, кровотечения, их виды. Оказание первой медицинской помощи.

28. Травмы, ушибы, переломы, их виды. Оказание первой медицинской помощи.

29. Ожоги, их классификация, оказание первой медицинской помощи.

30. Валеология - наука о здоровье. Здоровье и болезнь, третье состояние.

31. Воздействие негативных факторов и их нормирование.

32. Системы восприятия человеком состояния внешней среды.

33. Загрязнение регионов техносферы токсичными веществами.

34. Средства автоматического контроля и сигнализации

35. Влияние параметров микроклимата на самочувствие человека. Теплообмен человека с окружающей средой.

4. ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

Необходимым этапом самостоятельной работы для студентов заочной формы обучения над программным материалом является выполнение одной контрольной работы по предложенному варианту. Зачётная контрольная работа предъявляется до зачёта.

Контрольная работа - это самостоятельная работа студента с литературой, ответы на поставленные вопросы и выполнение конкретных заданий, она должна показать умение студента кратко и четко отвечать на поставленные в теме вопросы, подбирать и использовать необходимые для ответа материалы.

Цель конкретной работы - привить навыки самостоятельного изучения учебного материала, закрепление знаний по изучаемой дисциплине.

Контрольная работа должна быть выполнена в установленные учебным графиком сроки, по правильному варианту и выполнена в соответствии с требованиями.

К выполнению работы следует приступить только после тщательного изучения теоретического материала согласно содержанию программы.

Ответы на вопросы нужно начинать с новой страницы. Вопросы необходимо переписывать полностью. Ответы на них должны быть четкими и конкретными, содержать необходимые иллюстрации (схемы, графики, таблицы), ссылки на литературу.

Получив контрольную работу после проверки, студент должен ознакомиться с рецензией и с учетом замечаний доработать отдельные вопросы.

Незачтенная контрольная работа возвращается студенту, выполняется новая контрольная работа по указанному преподавателем варианту и сдается этому же преподавателю на проверку с незачтенной контрольной работой.

Контрольная работа, выполненная не по своему варианту, возвращается без проверки и зачета. Студенты, не выполнившие контрольные работы или получившие за них отрицательную оценку (незачет), к сдаче зачёта не допускаются.

При написании и оформлении контрольных работ необходимо соблюдать следующие правила:

1. Текст печатается на стандартных листах формата А4 с одной стороны шрифтом TimesNewRoman размером 14 кеглей (через 1,5 интервала), сноски, таблицы (шрифт – 12, через 1 интервал), с оставлением полей: слева – 30 мм, сверху – 25 мм, справа – 10 мм, снизу – 25 мм.

Расстановка переносов – автоматически, абзац – 1,25, выравнивание – по ширине без отступов.

2. В работе используется сквозная нумерация страниц, включая библиографию и приложения. На первой странице (титulyном листе) номер не ставится, оглавление работы нумеруется цифрой 2. Номер страницы проставляется арабскими цифрами в правом верхнем углу страницы.

Каждая часть, библиография, приложения начинаются с новой страницы.

3. Для контрольной работы используется титульный лист установленной формы (форма утвержденного титульного листа общая для всех контрольных работ находится на сайте техникума)

4. Таблицы, рисунки должны иметь порядковый номер и название;
5. Приложения должны иметь порядковый номер (Приложение 1 и т.д.)...,
6. Объем работы от 5 до 10 страниц без приложений.

7. Завершает работу список использованных источников, который должен быть оформлен строго в соответствии с установленными правилами.

8. В конце контрольной работы следует поставить дату выполнения контрольной работы и свою подпись.

9. Выбор варианта.

Контрольная работа содержит 30 вариантов. Вариант контрольной работы определяется по порядковому номеру в журнале теоретического обучения.

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

1. Боевые традиции Вооруженных Сил России.
2. Символы воинской части.
3. Терроризм как серьезная угроза национальной безопасности России.
4. Антропогенные физические факторы, их классификация.
5. Антропогенные химические факторы, их классификация.
6. Травмирующие и вредные факторы при бурении, эксплуатации и ремонте нефтегазовых скважин.
7. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
8. Физический труд. Динамическая, статическая работа.
9. Умственный труд, его виды, особенности
10. Фазы трудоспособности, способы ее повышения.
11. Аварийные ситуации при бурении, эксплуатации и ремонте нефтегазовых скважин.
12. Параметры микроклимата — температура, влажность, движение воздуха.
13. Параметры микроклимата - барометрическое давление, химический состав, ионизация воздуха.
14. Естественное освещение, световой коэффициент, угол падения, коэффициент естественной освещенности.
15. Искусственное освещение. Удельная мощность освещения. Нормативные требования.
16. Классификация негативных факторов в нефтегазовой промышленности.
17. Источники электромагнитных полей (ЭМП), ионизирующих излучений. Основные методы защиты от действия ЭМП. Нормы радиационной безопасности.
18. Воздействие электрического тока на человека и защита от поражения электрическим током.
19. Защитные средства в электроустановках.
20. Условия труда. Факторы, воздействующие на человека в процессе труда.
21. Опасные и вредные производственные факторы.
22. Основные способы и принципы защиты от опасных и вредных факторов производства.
23. Номенклатура средств защиты.
24. Экологический паспорт промышленного предприятия.
25. Способы защиты от токсичных выбросов.
26. Испытание компрессоров, систем газоснабжения под давлением.
27. Испытание грузоподъемных механизмов.
28. Травмирующие и вредные факторы в нефтегазовой промышленности.
29. Размеры и структуры зон загрязнений окружающей среды при производственных авариях.
30. Регистрация, учет и расследование несчастных случаев.
31. Планирование мероприятий по охране труда на рабочем месте.

32. Чрезвычайные ситуации (ЧС) мирного времени. Классификация ЧС по причинам возникновения, по скорости и масштабам распространения.
 33. Стихийные бедствия, их классификация.
 34. Основные требования поведения при стихийных бедствиях.
 35. Техногенные аварии. Причины возникновения.
 36. Радиационноопасный объект. Ионизирующее излучение.
 37. Зоны радиоактивного заражения. Действия населения в районе радиоактивного заражения.
 38. Химически опасный объект. Виды химических аварий.
 39. Наиболее распространенные в народном хозяйстве сильнодействующие ядовитые вещества (СДЯВ).
 40. Очаг химического поражения. Действия населения в зоне химического поражения.
 41. Пожаро-взрывоопасные объекты. Пожар, взрыв, условия их возникновения.
 42. Способы предупреждения, ликвидация последствий пожара, взрыва.
 43. Чрезвычайные ситуации военного времени. Понятие «оружие массового уничтожения».
 44. Ядерное оружие. Поражающие факторы.
 45. Способы защиты от поражающих факторов ядерного оружия.
 46. Химическое оружие. Основные виды по действию.
 47. Очаг химического поражения, способы защиты.
 48. Бактериологическое оружие. Основные виды и способы защиты.
 49. Задачи, структура гражданской обороны (ГО).
 50. Гражданская оборона на объектах экономики. Закон о ГО РФ от 27.01.98 г.
 51. Система жизнеобеспечения убежищ, укрытий, их санитарно-техническое оборудование.
 52. Дозиметрические приборы, принципы работы.
 53. Спасательные работы в очагах массового поражения, при взрывах, пожарах.
- Порядок эвакуации населения.
54. Раны, кровотечения, их виды. Оказание первой медицинской помощи.
 55. Травмы, ушибы, переломы, их виды. Оказание первой медицинской помощи.
 56. Ожоги, их классификация, оказание первой медицинской помощи.
 57. Экстремальные ситуации экологического характера.
 58. Возможные аварийные ситуации, их причины.
 59. Экономический ущерб от стихийных бедствий, аварий, катастроф.
 60. Валеология - наука о здоровье. Здоровье и болезнь, третье состояние.
 61. Воздействие негативных факторов и их нормирование.
 62. Системы восприятия человеком состояния внешней среды.
 63. Загрязнение регионов техносферы токсичными веществами.
 64. Средства электробезопасности.
 65. Средства автоматического контроля и сигнализации
 66. Защита от механического травмирования.
 67. Взрывозащита технологического оборудования.
 68. Анализ последствий ЧП.

69. Стандартные показатели несчастных случаев.
70. Численный анализ риска.
71. Функция опасности для системы ЧНС.
72. Анализ последствий отказов (АПО).
73. Предварительный анализ опасностей (ПАО).
74. Общий подход к анализу опасностей.
75. Техника вычисления вероятностей ЧП.
76. Понятия и аппарат анализа опасностей.
77. Комбинированное действие вредных веществ.
78. Вибрации и акустические колебания.
79. Характеристика органов чувств по скорости передачи информации.
80. Негативные факторы при чрезвычайных ситуациях.
81. Источники и вещества, загрязняющие почву.
82. Энергетические загрязнения техносферы.
83. Цветовое оформление производственного интерьера.
84. Источники света и осветительные приборы.
85. Основные светотехнические характеристики.
86. Промышленная вентиляция и кондиционирование.
87. Профилактика неблагоприятного воздействия микроклимата.
88. Терморегуляция организма человека.
89. Влияние параметров микроклимата на самочувствие человека.
90. Теплообмен человека с окружающей средой.

Табл. 1 - Номера вариантов и контрольных вопросов

№ варианта	№ вопросов	№ варианта	№ вопросов	№ варианта	№ вопросов
1	1, 31, 61	11	11, 41, 71	21	21, 51, 81
2	2, 32, 62	12	12, 42, 72	22	22, 52, 82
3	3, 33, 63	13	13, 43, 73	23	23, 53, 83
4	4, 34, 64	14	14, 44, 74	24	24, 54, 84
5	5, 35, 65	15	15, 45, 75	25	25, 55, 85
6	6, 36, 66	16	16, 46, 76	26	26, 56, 86
7	7, 37, 67	17	17, 47, 77	27	27, 57, 87
8	8, 38, 68	18	18, 48, 78	28	28, 58, 88
9	9, 39, 69	19	19, 49, 79	29	29, 59, 89
10	10, 40, 70	20	20, 60, 80	30	30, 60, 90

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-технические и руководящие документы:

1. "ГОСТ Р 22.11.09-2014. Национальный стандарт Российской Федерации. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Безопасность жизнедеятельности населения на радиоактивно загрязненных территориях. Мониторинг доз облучения населения. Общие требования"
2. "ГОСТ Р 22.11.08-2014. Национальный стандарт Российской Федерации. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Безопасность жизнедеятельности населения на радиоактивно загрязненных территориях. Обеспечение объектами социальной инфраструктуры. Основные положения»
3. "ГОСТ Р 22.11.07-2014. Национальный стандарт Российской Федерации. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Безопасность жизнедеятельности населения на радиоактивно загрязненных территориях. Медицинская помощь населению. Основные положения"
4. "ГОСТ Р 22.11.01-2014. Национальный стандарт Российской Федерации. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Безопасность жизнедеятельности населения на радиоактивно загрязненных территориях. Основные положения"
5. "ГОСТ Р 22.11.03-2014. Национальный стандарт Российской Федерации. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Безопасность жизнедеятельности населения на радиоактивно загрязненных территориях. Требования к инфраструктуре. Основные положения"
6. "ГОСТ Р 22.3.08-2014. Национальный стандарт Российской Федерации. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Культура безопасности жизнедеятельности. Термины и определения"
7. "ГОСТ Р 22.3.07-2014. Национальный стандарт Российской Федерации. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Культура безопасности жизнедеятельности. Общие положения"

Основная литература:

1. Еременко В.Д. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / В.Д. Еременко, В.С. Остапенко. М. : Российский государственный университет правосудия, 2016. — 368 с.
2. Ахкиямова Г.Р. Безопасность человека в чрезвычайных ситуациях: учебно-методическое пособие / Г.Р. Ахкиямова. Набережные Челны: Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2015. — 148 с
3. Соколов А.Т. Безопасность жизнедеятельности / А.Т. Соколов М. : Интернет-Университет Информационных Технологий (ИНТУИТ), 2016. — 61 с.
4. Безопасность жизнедеятельности: толковый словарь терминов / Г.В. Тягунов [и др.]. Екатеринбург: Уральский федеральный университет, 2015. — 236 с.

Дополнительная литература:

5. Гетия И.Г., Гетия СИ., Емеи В.Н., Комиссарова Т.А. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практические занятия. Учебное пособие для среднего

профессионального образования. /Под ред. И.Г. Гетия. - М.: Колос, ИПР СПО, 2002.

6. Армия государства Российского и защита Отечества. /Под общей ред. ВВ. Смирнова. - М: Просвещение. 2003.

7. Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя. Составители В.А. Васнев, С.А. Чинённый. - М.: Просвещение, 2003.

8. Безопасность жизнедеятельности. Основы безопасности жизнедеятельности в организациях минерально-сырьевого комплекса: учебник / Р.Е. Андреев [и др.]. СПб. : Санкт-Петербургский горный университет, 2015. — 347 с..

9. Анализ аварий и несчастных случаев в нефтегазовом комплексе России: Учеб.пособ./ Под. ред. Б.Е.Прусенко.-М.:ООО "Анализ опасностей",2002.

10. Дорошенко Е.В. Специалист по ремонту нефтяных и газовых скважин: учеб. пособ.-Волгоград: "Издательский Дом "Ин-фолио".-2009.

11. Безопасность жизнедеятельности. Безопасность технологических процессов и производств. Охрана труда-изд-е 3-е. испр.-М.:Высшая школа.2004.

12.Безопасность жизнедеятельности: Метод. указания и контр. задания для студ.-заоч. образ-х учрежд. СПО - (Минэнерго РФ Учебно-метод. кабинет по горн., нефтян. и энерг. образованию)

Электронные библиотеки	- Электронно-библиотечная система "Лань" - https://e.lanbook.com/ ;
	- Электронно-библиотечная система "Iprbookshop" http://www.iprbookshop.ru/6951.html .

Периодические издания:

13. Научно-методический журнал «ОБЖ. Основы безопасности жизни».

14. Журнал "Основы безопасности жизнедеятельности".

Интернет-ресурсы:

15. Форум «Безопасность жизнедеятельности». Электронный ресурс. Режим ввода: <http://mti.prioz.ru/showthread.php?t=160>

16. Портал «Охрана труда и безопасность жизнедеятельности». Электронный ресурс. Режим ввода: <http://ohrana-bgd.narod.ru>

17. Портал. Безопасность жизнедеятельности: ресурсы для изучения. Электронный ресурс. Режим ввода: <http://мирбжд.рф>