

**Негосударственное образовательное учреждение высшего образования  
«Международный институт экономики и права»  
(НОУ МИЭП)**

**Методические указания для проведения практических занятий  
по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»**

**(для студентов факультета «Экономики и управления»)**

Методические указания  
составил(и):

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*Н.В. Забуга к.в.н., доцент*

Методические указания для проведения  
практических занятий по дисциплине  
«Безопасность жизнедеятельности»

(для студентов ф-та «Экономики и управления»)

разработаны в соответствии с ФГОС ВО:

*Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования  
по направлению подготовки 38.03.02 МЕНЕДЖМЕНТ (уровень бакалавриата)  
(приказ Минобрнауки России от 12.01.16г. №7).*

составлены на основании учебного плана:

*утвержденного Учёным советом НОУ МИЭП.*

Методические указания одобрены на заседании кафедры

**Гуманитарных и естественно-научных дисциплин**

Протокол от

20 февраля 2018 года

№ 7

Срок действия программы:

2018/19 уч. год

Зав. кафедрой

Т.В. Карпенкова

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи методических указаний
2. Перечень тем практических занятий
3. Содержание и методика проведения практических занятий
4. Заключение. Освоение компетенций
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение

## 1. Цель и задачи методических указаний

Методические указания предназначены для выполнения практических работ по направлениям обучения по программе 38.03.02 и разработаны в соответствии с содержанием рабочей программы дисциплины. Рекомендации предназначены для оказания помощи обучающимся при выполнении задач, тестовых заданий, усвоении теоретических вопросов по курсу на практических занятиях.

Практическое занятие – это одна из форм учебной работы, которая ориентирована на закрепление изученного теоретического материала, его более глубокое усвоение и формирование умения применять теоретические знания в практических целях. Готовясь к практическому занятию, обучающийся должен освежить в памяти теоретические сведения, полученные на лекции, самостоятельном изучении. Только это обеспечит высокую эффективность практических учебных занятий.

Преподаватель имеет возможность в личном кабинете наблюдать за работой каждого обучающегося, оказывая ему необходимую методическую и консультационную помощь на практическом занятии.

Практические занятия являются важной формой, способствующей усвоению курса «Безопасность жизнедеятельности». Основные задачи этих занятий сводятся к тому, чтобы научить обучающихся, самостоятельно мыслить, изжить имеющиеся штампы и способствовать расширению общей психологической культуры. В ходе занятий обучающиеся должны сформировать способности использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

В процессе практических занятий обучающихся выполняют различные виды работы. Практические работы могут носить репродуктивный и поисковый характер.

Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении обучающихся пользуются подробными инструкциями, в которых указаны: цель работы, пояснения порядка выполнения работы, заполнения таблицы.

Работы, носящие поисковый характер, отличаются тем, что при их проведении обучающиеся не пользуются подробными инструкциями, им не задан порядок выполнения необходимых действий, от обучающихся требуется выбор способов выполнения работы, инструктивной и справочной литературы. Работы, носящие поисковый характер, отличаются тем, что обучающиеся должны решить новую для них проблему, опираясь на имеющиеся у них теоретические знания.

Содержание практических занятий является решением разного рода задач, работа с литературой, справочниками, составление таблиц, схем, и др.

Тематика, содержание и количество часов, отводимое на практические занятия, зафиксировано в рабочей программе дисциплины. Состав практических заданий планируется с таким расчетом, чтобы за отведенное время обучающиеся смогли их качественно выполнить.

При проведении практических занятий используются различные формы организации работы обучающихся: фронтальная, групповая, индивидуальная. Каждая из них позволяет решать определенные дидактические задачи: разнообразить работу обучающихся, повысить ответственность каждого студента за самостоятельное выполнение полного объема работ, повысить качество подготовки обучающихся.

Основными этапами практического занятия являются:

1. Проверка знаний обучающихся – их теоретической подготовленности к занятию.

2. Инструктаж, проводимый преподавателем.

3. Выполнение заданий, работ, упражнений, решение задач, тестовых задач.

4. Последующий анализ и оценка выполненных работ и степени овладения, обучающихся запланированными компетенциями.

Критерии и показатели, используемые при оценивании выполнения задания:

Знать: теоретические основы безопасности жизнедеятельности; основные техногенные опасности, их свойства и характеристики; характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду; основные понятия: чрезвычайная ситуация (ЧС), предупреждение ЧС, ликвидация ЧС, зона ЧС; основные характеристики чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; историю развития системы гражданской обороны и системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций; социально-экономические и экологические факторы, обуславливающие необходимость формирования системы законодательства в области промышленной безопасности, предупреждения ЧС, защиты населения, материальных и культурных ценностей от последствий аварий и катастроф; рекомендации по защите населения от радиоактивных веществ; защитные мероприятия на ХОО; оказание первой помощи при отравлении ОВ; использование средств коллективной защиты; эвакуация населения из зон химического заражения; санитарная обработка людей; обеззараживание зданий, сооружений и территорий; причины пожаров и взрывов

Уметь: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности; анализировать события и причины аварий и катастроф на объектах экономики, классифицировать ЧС техногенного характера, виды стихийных бедствий и их основные поражающие факторы, чрезвычайные ситуации военного времени; планировать и осуществлять мероприятия по защите персонала объекта экономики от пожаров, техногенных аварий, стихийных бедствий, террористических актов; распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах

Владеть: понятийно-терминологическим аппаратом в области безопасности и охраны окружающей среды; методами защиты от вредных и опасных факторов применительно к сфере своей профессиональной

деятельности; навыками всесторонней и объективной оценки и обобщения ЧС техногенного характера; способами и технологиями защиты в чрезвычайных ситуациях; информацией о нормативно-правовом обеспечении функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях; приемами оказания первой помощи пострадавшим в ЧС и экстремальных ситуациях.

## **2. Перечень тем практических занятий**

Практическое занятие № 1 «Гражданская оборона, предупреждение чрезвычайных ситуаций на объектах экономики»

Практическое занятие № 2 «Гражданская оборона, ликвидация чрезвычайных ситуаций на объектах экономики»

Практическое занятие № 3 «Защита населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени»

Практическое занятие № 4 «Приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций»

## **3. Содержание и методика проведения практических занятий:**

### **Практическое занятие № 1 «Гражданская оборона, предупреждение чрезвычайных ситуаций на объектах экономики»**

Цель: формирование целостного представления о предупреждении чрезвычайных ситуаций.

#### ***Перечень вопросов для обсуждения:***

1. Организация гражданской обороны на объектах экономики.
2. Основы устойчивости функционирования экономики и территорий в чрезвычайных ситуациях.
3. Нормативно-правовое обеспечение функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.

#### ***Задания:***

1. РСЧС имеет пять уровней: федеральный, региональный, территориальный, местный и объектовый. Пятый, объектовый, уровень является фундаментом всей структуры РСЧС. На объектах проводятся практически все основные мероприятия по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

• ***Что обязаны делать организации (объекты) по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в соответствии с требованиями Закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»?***

• ***Какой состав объектовой комиссии по чрезвычайным ситуациям крупного химического производства предложили бы Вы в случае такой необходимости?***

2. В «Каталоге основных понятий РСЧС» под устойчивостью функционирования экономики в чрезвычайных обстоятельствах понимается способность территориальных и отраслевых звеньев экономики удовлетворять основные жизненно важные интересы населения и общества на уровне,

обеспечивающем их защиту от опасностей, вызываемых источниками чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

- ***Что Вы понимаете под устойчивостью работы объекта в чрезвычайных ситуациях, устойчивость функционирования народного хозяйства в ЧС***

- ***Какие меры рекомендовали бы Вы руководству вашего предприятия для повышения устойчивости его работы и обеспечения защиты его трудового коллектива в чрезвычайных ситуациях?***

3. В период с 1996 г. по настоящее время значительная часть законов, подзаконных и иных правовых актов в области безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера приводится в соответствие с положениями новой Конституции и международными договорами, заключенными Российской Федерацией. Учен опыт решения социально-экономических, организационных и других проблем в сфере защиты объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.

- ***Чем, на Ваш взгляд, вызвана необходимость декларирования безопасности промышленного объекта?***

- ***Что является основанием для обязательной разработки декларации безопасности промышленного предприятия?***

### **Практическое занятие № 2 «Гражданская оборона, ликвидация чрезвычайных ситуаций на объектах экономики»**

Цель: формирование целостного представления о ликвидации чрезвычайных ситуаций.

#### ***Перечень вопросов для обсуждения:***

1. Организация гражданской обороны на объектах экономики.
2. Основы устойчивости функционирования экономики и территорий в чрезвычайных ситуациях.
3. Нормативно-правовое обеспечение функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.

#### ***Задания:***

1. РСЧС имеет пять уровней: федеральный, региональный, территориальный, местный и объектовый. Пятый, объектовый, уровень является фундаментом всей структуры РСЧС. На объектах проводятся практически все основные мероприятия по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

- ***Что обязаны делать организации (объекты) по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в соответствии с требованиями Закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»?***

- ***Какой состав объектовой комиссии по чрезвычайным ситуациям крупного химического производства предложили бы Вы в случае такой необходимости?***

2. В «Каталоге основных понятий РСЧС» под устойчивостью функционирования экономики в чрезвычайных обстоятельствах понимается

способность территориальных и отраслевых звеньев экономики удовлетворять основные жизненно важные интересы населения и общества на уровне, обеспечивающем их защиту от опасностей, вызываемых источниками чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

- ***Что Вы понимаете под устойчивостью работы объекта в чрезвычайных ситуациях, устойчивость функционирования народного хозяйства в ЧС***

- ***Какие меры рекомендовали бы Вы руководству вашего предприятия для повышения устойчивости его работы и обеспечения защиты его трудового коллектива в чрезвычайных ситуациях?***

3. В период с 1996 г. по настоящее время значительная часть законов, подзаконных и иных правовых актов в области безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера приводится в соответствие с положениями новой Конституции и международными договорами, заключенными Российской Федерацией. Учен опыт решения социально-экономических, организационных и других проблем в сфере защиты объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.

- ***Чем, на Ваш взгляд, вызвана необходимость декларирования безопасности промышленного объекта?***

- ***Что является основанием для обязательной разработки декларации безопасности промышленного предприятия?***

### **Практическое занятие № 3 «Защита населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени»**

Цель: формирование целостного представления о защите населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

#### ***Перечень вопросов для обсуждения:***

1. Радиационная защита.
2. Химическая защита.
3. Инженерная защита.

#### ***Задания:***

1. Чернобыльская катастрофа еще раз подтвердила необходимость строжайшего соблюдения мер безопасности, безупречной подготовки сотрудников радиационно опасных объектов и обучения населения действиям в условиях радиационной опасности.

- ***Как классифицируются аварии на радиационно опасном объекте?***
- ***Как Вы поступите, если обнаружите повышенный уровень радиации на предприятии или в месте проживания?***

2. В Российской Федерации функционируют более 3500 объектов экономики, имеющих значительные запасы опасных химических веществ. Сильнодействующие ядовитые вещества, ядохимикаты, используемые в сельском хозяйстве, бытовые химикаты постоянно перевозятся на транспорте.

- ***Перечислите виды аварийно-химических опасных веществ (АХОВ) применяемых на химически опасных объектах.***



3. Взрывы, пожары, обрушения зданий стали постоянными явлениями российской жизни. Ежегодные масштабные лесные пожары стали настоящим бедствием.

- **Каковы Ваши действия при возникновении пожара в квартире?**
- **Как Вы считаете, какие уроки можно извлечь из пожара в гостинице «Ленинград» (Ленинград, февраль 1991 г.)?**
- **Какие меры по предупреждению лесных пожаров предложили бы Вы?**

4. В организации инженерной защиты населения и объектов в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени наиболее трудоемким является накопление и содержание фонда защитных сооружений.

В основу разработки норм проектирования и строительства защитных сооружений положены следующие требования:

- Защита подлежит все население страны.

- Защита населения планируется и осуществляется дифференцированно в зависимости от военно-экономических и природных характеристик районов его расселения, видов и степени опасности возможных чрезвычайных ситуаций.

- Защита населения достигается путем комплексного использования различных способов защиты, при этом основными из них являются укрытие в защитных сооружениях и эвакуация из опасных районов.

- Для защиты населения проводятся мероприятия, которые подготавливаются заблаговременно и осуществляются согласно порядку, установленному законодательством.

- Объем планируемых и заранее подготавливаемых мероприятий по защите населения определяется исходя из принципа разумной достаточности.

- Обеспечивается личное участие граждан в обеспечении своей безопасности.

- **Что представляют из себя быстровозводимые сооружения?**
- **Что понимают под инженерной защитой населения и в чем заключается содержание инженерных мероприятий?**

5. Основными способами защиты людей при чрезвычайных ситуациях являются:

- укрытие в защитных сооружениях, метрополитенах, горных выработках и других защищенных местах;

- эвакуация из зон чрезвычайной ситуации;

- использование средств индивидуальной защиты.

- **Какова цель проведения эвакуационных мероприятий?**

• **Какие положительные и отрицательные выводы можно, на Ваш взгляд, извлечь из эвакуации при ЧС в г. Ионава в марте 1989 г.?**

6. Жизнеобеспечение населения в чрезвычайных ситуациях – комплекс взаимосвязанных мероприятий, обеспечивающих сохранение жизни, здоровья и работоспособности людей в экстремальных условиях.

• **Какие виды жизнеобеспечения необходимо организовать при землетрясении?**

• ***Что Вы знаете из опыта жизнеобеспечения населения при взрывах жилых домов в крупных городах?***

7. За последние годы в Российской Федерации наблюдается сложная санитарно-эпидемиологическая обстановка.

С одной стороны, значительно увеличилось количество крупных чрезвычайных ситуаций, вызванных инфекционными заболеваниями и пищевыми отравлениями людей.

С другой стороны, условия пребывания людей в районах чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера способствуют резкому росту заболеваемости. В такой обстановке медицинская помощь в очаге массового поражения оказывается как службой экстренной медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях, так и в порядке самопомощи.

• ***Чем Вы бы обосновали необходимость создания медицины катастроф? Каковы ее задача и структура формирований?***

• ***Каково предназначение и содержание аптечки индивидуальной АИ-2 и ИПП-8?***

#### **Практическое занятие № 4 «Приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций»**

Цель: формирование целостного представления о приемах первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

##### ***Перечень вопросов для обсуждения:***

1. Защита населения при ЧС. Средства индивидуальной защиты.
2. Медицинская помощь при ликвидации последствий ЧС.
3. Первая медицинская помощь пострадавшим.

##### ***Задания:***

1. Изучить приемы искусственной вентиляции легких. Составить алгоритм проведения искусственной вентиляции легких.
2. Изучить приемы непрямого массажа сердца. Составить алгоритм проведения непрямого массажа сердца.

Основные задачи при возвращении к жизни человека (реанимации), находящегося в клинической смерти, заключаются в обеспечении проходимости дыхательных путей, поддержания вентиляции легких и кровообращения.

Экстренное восстановление проходимости верхних дыхательных путей состоит из нескольких приемов. Прежде всего, больного укладывают горизонтально на спину. Голову максимально запрокидывают назад, под плечевой пояс подкладывают валик из ткани или кусок дерева (бревна), или спасатель подкладывает одну руку под шею, а другую помещает на лоб больного. Необходимость проведения этого приема связана с тем, что в бессознательном состоянии у человека происходит расслабление мышц шеи и головы. В результате этого происходит западение корня языка и надгортанника и закупорка дыхательных путей. Это явление возникает при горизонтальном положении больного на спине (даже на животе), а при наклоне головы

пострадавшего вперед (иногда несведущие люди, оказывающие помощь, даже подкладывают под голову подушку) закупорка наступает в 100% случаев. Хорошо известно, что значительная часть людей, впавших в бессознательное состояние, погибает от удушения собственным языком. При запрокидывании головы назад язык отодвигается вперед и освобождает дыхательные пути.

После запрокидывания головы делается пробный вдох «ото рта ко рту» (техника излагается ниже). В случае неэффективности пробного вдоха максимально выдвигают нижнюю челюсть вперед и вверх. Для этого либо поднимают подбородок одной рукой, помещая один палец в рот пострадавшего, либо захватывают нижнюю челюсть двумя руками у основания, зубы нижней челюсти должны располагаться впереди линии зубов верхней челюсти.

Оптимальные условия для обеспечения проходимости верхних дыхательных путей создаются при одновременном запрокидывании головы, предельном выдвигании нижней челюсти и раскрытии рта больного.

Причиной закупорки воздухоносных путей кроме корня языка могут быть инородные тела (зубные протезы, сгустки крови, слизь). Их необходимо быстро убрать при помощи платка на пальце или салфетки, затрачивая на эту манипуляцию минимальное время. Голова пострадавшего в это время должна быть повернута набок, чтобы предупредить попадание инородных тел в дыхательные пути.

Прежде чем проводить искусственную вентиляцию легких, необходимо подумать о собственной безопасности. Для этого можно использовать специальные маски для ИВЛ (если под рукой есть аптечка, н-р, автомобильная), лицевые пленки, салфетки или носовой платок, кусок бинта. Можно использовать обычный целлофановый пакетик, пробив пальцем дырку для прохода воздуха.

Самый естественный способ оживления - путем вдыхания воздуха в нос или в рот больного. Ученые подсчитали, что воздух, выдыхаемый спасателем, дает больному вполне достаточно кислорода. При возможности выбора способа лучше использовать метод «изо рта в рот», т.к. узость носовых ходов создает повышенное сопротивление на выдохе, кроме того, они часто бывают забиты слизью и кровью.

Техника искусственной вентиляции легких методом «изо рта в рот»:

1. Встать сбоку от пострадавшего.
2. Положить одну руку на лоб пострадавшего, а другую под затылок, произвести запрокидывание головы больного, при этом рот, как правило, открывается. Если рот не открывается, то надо выдвинуть нижнюю челюсть.
3. Спасатель делает глубокий вдох, слегка задерживает выдох, и, нагнувшись к пострадавшему, полностью герметизирует своими губами область его рта, создавая как бы непроницаемый для воздуха купол над ротовым отверстием больного. При этом ноздри больного надо зажать 1-ым и 2-ым пальцами руки, лежащей на лбу. Отсутствие герметичности - частая ошибка при реанимации. Утечка воздуха через нос или углы рта пострадавшего сводит на нет все усилия спасателя.
4. После герметизации нужно сделать быстрый выдох, вдывая воздух в

дыхательные пути пострадавшего. Эта процедура должна длиться около 1 секунды. Объем вдуваемого воздуха должен быть не менее 1-1,5 литра, что необходимо для стимуляции дыхательного центра. Спасатель должен обратить внимание на то, как поднимается грудная клетка больного при искусственном вдохе. Если амплитуда движения грудной клетки небольшая, то это значит, что мал объем воздуха, либо западает язык.

5. После окончания вдоха спасатель разгибается и освобождает рот пострадавшего, ни в коем случае не прекращая переразгибания его головы, т.к. иначе язык западет и будет препятствовать спонтанному вдоху пострадавшего, происходящему за счет эластичности легких. Выдох пострадавшего длится около двух секунд. Надо следить, чтобы выдох был в 2 раза продолжительнее вдоха.

6. В период выдоха пострадавшего спасатель делает 1-2 коротких вдоховыдоха для себя.

7. Цикл повторяется сначала, частота таких циклов - 12-15 в минуту. Следует иметь в виду, что при вдувании воздуха часть его попадает в желудок, вздутие которого затрудняет оживление. Поэтому периодически надо надавливать на подложечную область пострадавшего с целью освобождения желудка от воздуха.

Техника искусственной вентиляции легких методом «изо рта в нос»:

1. Положив одну руку на лоб пострадавшего, а другую - на его подбородок, разгибают голову и одновременно прижимают нижнюю челюсть к верхней.

2. Пальцами руки, поддерживающей подбородок, нужно прижать нижнюю губу, герметизируя тем самым рот.

3. После глубокого вдоха губами накрывают нос пострадавшего, создавая над ним непроницаемый для воздуха купол.

4. Производят короткое сильное вдувание воздуха через ноздри (1-1,5 л), следя при этом за движением грудной клетки. После окончания искусственного вдоха нужно обязательно освободить не только нос, но и рот больного; мягкое небо может препятствовать выходу воздуха через нос и тогда при закрытом рте выдоха вообще не будет. При оживлении детей вдувание воздуха производят одновременно через нос и рот. Начиная с 60-х годов прошлого столетия, при клинической смерти стали применять непрямой или закрытый массаж сердца. При остановке сердца прекращается кровообращение, и кислород не поступает в ткани. Главной задачей является немедленное восстановление кровотока. Восстановление кровообращения производится с помощью непрямого массажа сердца. Сердце находится между двумя костными образованиями: грудиной и позвоночником. Если человека в состоянии клинической смерти положить позвоночником на жесткое основание (пол, жесткую кушетку) и на нижнюю треть грудины нажать двумя руками с такой силой, чтобы грудина прогибалась на 4-5 см, то сердце сдавливается между двумя костными поверхностями - происходит искусственное сжатие сердца. Это систола, во время которой кровь из сердечных полостей выталкивается в крупные сосуды. Стоит отпустить грудину, как сердце за счет своей эластичности возвращается к первоначальному объему и кровь из крупных вен заполняет его полости -

происходит диастола (расслабление). Частота надавливаний на грудину должна соответствовать естественной частоте сокращений сердца - 60-70 раз в минуту.

Техника непрямого массажа сердца:

1. Больной должен находиться на спине, на жесткой основе (земля, пол). Массаж на мягком основании неэффективен и опасен (можно повредить печень). Расстегивают поясной ремень или аналогичную часть одежды, стягивающую верхнюю часть живота, чтобы избежать травмы печени. Расстегивают на груди верхнюю одежду.

2. Зона приложения силы рук спасателя находится строго по средней линии на нижней трети грудины, на три-четыре поперечных пальца выше места прикрепления к грудине мечевидного отростка. Любое другое место приложения рук спасателя - слева от грудины, выше средней линии, на уровне мечевидного отростка - совершенно недопустимо. Надо нажимать на грудину, а не на область сердца.

3. Спасатель становится с любой стороны больного, кладет одну ладонь на другую и производит надавливание на грудину. Руки спасателя выпрямлены в локтевых суставах, давление производит только запястье, пальцы обеих рук приподняты и не касаются грудной клетки. Руки спасателя должны быть перпендикулярны по отношению к поверхности грудной клетки пострадавшего. Компрессия грудной клетки производится за счет тяжести туловища спасателя. Только при соблюдении этих условий можно добиться смещения грудины по направлению к позвоночнику на 4-5 см и вызвать сдавливание сердца.

4. Продолжительность одного сдавливания грудной клетки - 0,5 сек. Интервал между сжатиями - 0,5-1 сек. Темп массажа - 60 массажных движений в 1 минуту. В интервалах руки с грудины не снимают, пальцы остаются приподнятыми, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах.

При проведении реанимации одним человеком после двух быстрых вдуваний воздуха в легкие пострадавшего приходится 10-12 надавливаний грудной клетки, т.е. соотношение вентиляции и массажа равняется 2:12. Если в реанимации участвуют два человека, то это соотношение составляет 1:5.

Детям до 10 лет массаж проводят одной рукой, а младенцам - двумя пальцами (2-ым и 3-им) с частотой 100-120 надавливаний в минуту. При проведении непрямого массажа возможно осложнение в виде перелома ребер, что определяется по характерному хрусту во время надавливаний. Это само по себе неприятное осложнение ни в коей мере не должно служить основанием для прекращения массажа.

Обязательным условием проведения массажа сердца является постоянный контроль за его эффективностью.

Критериями эффективности массажа следует считать: 1. Изменение цвета кожи, она начинает розоветь. 2. Появление пульсового толчка на сонной и бедренной артериях, иногда на лучевой артерии. 3. Сужение зрачков и появление реакции на свет. 4. Иногда - появление самостоятельных дыхательных движений. Если в течение 25-30 минут признаки эффективности не появляются, то мероприятия по оживлению следует считать мало перспективными. И все же реанимацию лучше не прекращать до прихода врача.

Всегда следует помнить, что жизнь человека с внезапной остановкой кровообращения в руках того, кто увидит его первым.

#### 4. Заключение. Освоение компетенций

Реализация компетенции ОК-8 - способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

1. Степень завершенности и правильности ответов на задания ПТК: полнота раскрытия вопросов; обоснованность способов и методов работы с материалом; умение работать с литературой; умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы, быть способным использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

2. Полнота и целостность выполнения задания, полнота использования литературных источников по вопросам; анализа учебной литературы по безопасности жизнедеятельности для решения профессиональных задач и формирования способности использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

3. Соблюдение требований к решению задач: правильное оформление; грамотность и культура изложения; владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы, способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

Преподаватель анализирует оценочную таблицу. Выставляет и мотивирует итоговые оценки.

1. оценки **«отлично»** заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «отлично» выставляется студентам, усвоившим взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала;

2. оценки **«хорошо»** заслуживает студент, обнаруживший полные знания учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе. Как правило, оценка «хорошо» выставляется студентам, показавшим систематический характер знаний по дисциплине и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности;

3. оценки **«удовлетворительно»** заслуживает студент, обнаруживший знание учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой. Как правило, оценка «удовлетворительно» выставляется студентам, допустившим погрешность в ответе на экзамене и при выполнении экзаменационных заданий, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством

преподавателя;

4. оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Преподаватель сообщает о достижении целей занятия – формирование способности использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-8).

На основании заключительной беседы с обучающимися преподаватель делает вывод, о том насколько достигнуты цели практического занятия.

## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение

5.1. Основная литература						
Код	Авторы	Заглавие	Назначение	Издательство	Год издания	Количество
Л1.1	Сергеев В. С.	Безопасность жизнедеятельности	учебник	Издательство Владос	2018	ЭБС
Л1.2	Холостова Е.И., Прохорова О.Г.	Безопасность жизнедеятельности	учебник	М.: Дашков и К	2017	ЭБС
Л1.3	Танашев В.Р.	Безопасность жизнедеятельности	учебное пособие	М.: Директ-Меди	2015	ЭБС
Л1.4	Муравей Л.А.	Безопасность жизнедеятельности	учебное пособие	М.: Юнити-Дана	2015	ЭБС
Л1.5	Плошкин В.В.	Безопасность жизнедеятельности	учебное пособие	М.: Директ-Меди	2015	ЭБС
5.2. Дополнительная литература						
Л2.1	Микрюков В.Ю.	Безопасность жизнедеятельности	учебник	М.: Кнорус	2016	
Л2.2	Соломин В.П.	Безопасность жизнедеятельности	учебник и практикум	М.: Юрайт	2016	
5.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»						
	Наименование ресурса			Адрес		
Э1	Библиотека Гумер – Гуманитарные науки. Учебники по психологии и педагогике			<a href="http://www.gumer.info">http://www.gumer.info</a>		
Э2	Основы безопасности жизнедеятельности			<a href="http://0bj.ru">http://0bj.ru</a>		
Э3	Официальный сайт МЧС России			<a href="http://www.mchs.gov.ru">http://www.mchs.gov.ru</a>		
5.4. Перечень информационных и дистанционных образовательных технологий						
6.3.1.1	Операционная система Windows 7;					
6.3.1.2	Интегрированный пакет прикладных программ Microsoft Office 2010 (Access, Excel, Power Point, Word и т.д.).					
6.3.2.1	Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека он-лайн»;					
6.3.2.2	Справочно-правовая система «Консультант Плюс»;					
6.3.2.3	Информационно-правовая система Гарант;					
6.3.3.1	Система дистанционного обучения «Прометей»;					
6.3.3.2	Система видеоконференцсвязи «Mirapolis Virtual Room»;					
6.3.3.3	Галактика Портал внутренних и внешних коммуникаций учебного заведения (личный кабинет обучающегося/преподавателя в ЭИОС НОУ МИЭП).					