

**Санкт Петербургское государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Академия управления городской средой, градостроительства и права»**

**УТВЕРЖДАЮ**

**Заместитель директора  
по учебно-методической работе**

**О.В.Фомичева**

**«26» декабря 2025 г.**

**Методические рекомендации  
по выполнению практических работ  
по дисциплине**

**ОД.13 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ**

Для специальностей технологического профиля и социально – экономического,  
естественнонаучного и гуманитарного профилей

**Санкт-Петербург  
2025г.**

**Разработчик:**

**С.Н. Чернова, преподаватель СПб ГБПОУ «Академия управления городской средой, градостроительства и права»**

**Одобрены на заседании цикловой комиссии**

**Естественнонаучных дисциплин и БЖД**

**Протокол №4**

**От «11» 12 2025 г.**

**Баранова Н.И.**

## Карта практических работ по дисциплине «Основы безопасности и защиты Родины»

Наименование практических занятий	Количество часов
ПЗ 1 Действия в экстремальной и опасной ситуации.	2
ПЗ 2 Порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними . Действия в экстренных случаях	1
ПЗ 3 Решение ситуационных задач по безопасному поведению в повседневной жизни и при организации дорожного движения.	1
ПЗ 4 Действия при пожаре	1
ПЗ 5 Экологическая грамотность и разумное природопользование	2
ПЗ 6 Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья	2
ПЗ 7 Отработка навыков наложения повязок	2
ПЗ 8 Способы разрешения конфликтных ситуаций	2
ПЗ 9 Меры по противодействию идеологии терроризма	1
ПЗ 10. Оповещение о чрезвычайной ситуации. Отработка моделей поведения при ЧС. Правила выживания в экстремальной ситуации	1
ПЗ 11. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	1
	16

Содержание программы «Основы безопасности и защиты родины направлено на достижение следующих **целей**:

Целью изучения учебного предмета на уровне среднего общего образования является достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с актуальными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

-способность применять принципы и правила безопасного поведения в повседневной жизни на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин и механизмов возникновения и развития различных опасных и чрезвычайных ситуаций, готовности к применению необходимых средств и действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций;

- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;

-знание и понимание роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины» обеспечивает достижение следующих **результатов**:

### ***ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ***

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в российском обществе правилами и нормами поведения.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБ и защиты Родины, должны способствовать процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, развития внутренней позиции личности, патриотизма, гражданственности и проявляться, прежде всего, в уважении к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, гордости за российские достижения, в готовности к осмысленному применению принципов и правил безопасного поведения в повседневной жизни, соблюдению правил экологического поведения, защите Отечества, бережном отношении к окружающим людям, культурному наследию и уважительном отношении к традициям многонационального народа Российской Федерации и к жизни в целом.

*Гражданское воспитание:*

- сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни;
- уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности;
- сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;
- готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
- готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения;
- готовность к участию в деятельности государственных социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения комплексной безопасности личности, общества и государства .

*Патриотическое воспитание:*

- сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота;
- ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей;
- сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убеждённость и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу.

*Духовно-нравственное воспитание:*

- осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства;
- сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;

- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;

- ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества.

*Эстетическое воспитание:*

- эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;

- понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни .

*Физическое воспитание:*

- осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

- знание приёмов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости;

- потребность в регулярном ведении здорового образа жизни;

6 осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.

*Трудовое воспитание:*

- готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности;

- готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности;

- интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность;

- готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни.

*Экологическое воспитание:*

- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности личности, общества и государства;

- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования;

- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их;

- расширение представлений о деятельности экологической направленности.

*Ценности научного познания:*

- сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественнонаучных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности;

- понимание научно-практических основ учебного предмета, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;
- способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях).

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБ и защиты Родины, должны отражать овладение универсальными учебными действиями.

Овладение универсальными познавательными действиями

#### **Базовые логические действия:**

-самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы безопасности личности, общества и государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать, разрабатывать алгоритмы их возможного решения в различных ситуациях;

-устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в области безопасности жизнедеятельности, выявлять их закономерности и противоречия;

-определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации рискориентированного поведения;

-моделировать объекты (события, явления) в области безопасности личности, общества и государства, анализировать их различные состояния для решения познавательных задач, переносить приобретённые знания в повседневную жизнь;

-планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи;

-развивать творческое мышление при решении ситуационных задач.

#### *Базовые исследовательские действия:*

-владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности;

-владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ;

-анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учётом установленных (обоснованных) критериев;

- раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни;

-критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях;

-характеризовать приобретённые знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях;

-использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь.

*Работа с информацией:*

-владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности;

-создавать информационные блоки в различных форматах с учётом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;

-оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;

-владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;

-использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

*Овладение универсальными коммуникативными действиями*

*Общение:*

-осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь;

- распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков; определять признаки деструктивного общения;

-владеть приёмами безопасного межличностного и группового общения; безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций;

-аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

*Совместная деятельность:*

-понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации;

-ставить цели и организовывать совместную деятельность с учётом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);

-оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям;

-осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу .

*Овладение универсальными регулятивными действиями*

*Самоорганизация:*

-ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

-самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях;

-делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за своё решение;  
-оценивать приобретённый опыт;  
-расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счёт привлечения научно-практических знаний других предметных областей; повышать образовательный и культурный уровень

*Самоконтроль:*

-оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям;

-использовать приёмы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения.

*Принятие себя и других:*

-принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, невозможности контроля всего вокруг;

-принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации; признавать право на ошибку свою и чужую.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства. Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и способности построения модели индивидуального и семейного безопасного поведения в повседневной жизни .

Предметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБ и защиты Родины, должны обеспечивать:

физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;

формирование и развитие установок экологически целесообразного и здорового образа жизни;

понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности и защиты Родины;

овладение основами современной культуры безопасности жизнедеятельности, понимание ценности экологического качества окружающей среды как естественной основы безопасности жизни;

понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения;

установление связей между жизненным опытом обучающихся и знаниями из разных предметных областей.

Предметные результаты изучения предметной области «Основы безопасности и защиты Родины» **должны отражать:**

1) знание основ законодательства Российской Федерации, обеспечивающих национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера;

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

3) сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении защиты государства; знание положений Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации;

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

5) сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него;

6) сформированность представлений о применении беспилотных летательных аппаратов и морских беспилотных аппаратов; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя;

7) сформированность необходимого уровня военных знаний как фактора построения профессиональной траектории, в том числе в образовательных организациях, осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка;

8) сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

9) сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных ситуаций; знание порядка действий в чрезвычайных ситуациях;

10) сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

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

12) знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знание порядка действий при угрозе пожара и пожаре в быту,

общественных местах, на транспорте, в природной среде; знание прав и обязанностей граждан в области пожарной безопасности;

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

14) знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

15) сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

16) сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства деструктивной идеологии, в том числе экстремизма, терроризма; овладение знаниями о роли государства в противодействии терроризму; умение различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности, при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции.

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

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

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

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

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

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

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

## ПЗ 1 Действия в экстремальной и опасной ситуации.

### Теоретическая часть

1. Понятие о выживании и автономном существовании, их примеры.
2. Основные причины вынужденного автономного существования в природных условиях: чрезвычайные, экстремальные и аварийные ситуации (стихийные бедствия, резкие изменения погодных условий, потеря ориентировки, аварии на транспорте) в условиях природной среды.
3. Условия, определяющие успех выживания.
4. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортных средств.
5. Основные правила принятия решения ожидать помощь на месте аварии.
6. Основные правила принятия решения об уходе с места аварии.

*Основные причины вынужденного автономного существования. Первоочередные действия потерпевших бедствие*

Современная цивилизация, техническая революция окружили человека определенным комфортом. Появление современных конструкций кораблей, самолетов, автомобилей, создание эффективных средств радиосвязи, телевидения и бытовой техники изменили его жизнь, отучили жить среди дикой природы. Но нередко случается так, что человек оказывается вырванным из привычного образа жизни. Представьте, что это происходит в безлюдной местности, в океане, пустыне, непроходимом лесу или тундре. В этом случае у него моментально возникает проблема автономного существования (выживания) в природных условиях.

Выживание — активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях.

Автономное существование - нахождение человека в определенных, часто сложных, природных или других условиях изолированности, когда ограничена или исключена вероятность помощи от людей и возможность использования технических и других достижений.

Основное условие, определяющее успех выживания или гибель, — настрой человека на выход из этой ситуации, его желание возвратиться домой, моральные обязательства перед близкими людьми и обществом, сознание того, что ему еще многое нужно сделать.

Аварийная ситуация обычно возникает внезапно, и ее развитие не всегда можно предсказать. Поэтому порядок действий в таких ситуациях зависит от конкретной обстановки.

Опыт многих людей, побывавших в экстремальных ситуациях, связанных с авариями транспортных средств (самолета, поезда, автотранспорта и др.), позволил определить общую схему первоочередных действий потерпевших бедствие.

Что надо сделать в первую очередь, если вы потерпели бедствие при аварии транспортных средств:

- перебраться самим и помочь перебраться пострадавшим в безопасное место;
- покидая транспортное средство, взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования;
- оказать пострадавшим первую медицинскую помощь;
- сориентироваться на местности и уточнить свое местонахождение;
- при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие.

После выхода из опасной ситуации, непосредственно угрожающей жизни, необходимо решить, что делать: ждать помощи на месте или попытаться добраться до ближайшего населенного пункта.

***Решение оставаться на месте аварии принимают в тех случаях, когда:***

- сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи

аварийной радиостанции;

- место происшествия точно не определено, местность незнакомая и труднопроходимая (горы, лес, глубокие овраги, болота, мощный слой снежного покрова и т. п.);
- направление на ближайший населенный пункт и расстояние до него неизвестны;
- большая часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм. Приняв решение оставаться на месте аварии, необходимо придерживаться основных правил безопасного поведения, которые позволят выжить и дождаться помощи спасателей.

***Решение об уходе с места аварии принимают, если:***

- точно известно местонахождение ближайшего населенного пункта, расстояние до него невелико и состояние здоровья людей позволяет преодолеть его;
- возникла непосредственная угроза жизни: лесной пожар, разлом ледяного поля, наводнение и т. п.;
- люди не могут быть обнаружены спасателями на этом месте из-за окружающей их густой растительности;
- в течение трех суток нет связи и помощи.

На месте происшествия необходимо обозначить направление своего ухода: выложить стрелку, сделать зарубки на деревьях, связать пучки травы и т. п.

**Практическая часть**

1. Отработка практических действий потерпевших бедствие при условной аварии транспортного средства (машина, речное судно, самолет).
2. Отработка действий на месте аварии до прибытия помощи.
3. Отработка действий при уходе с места аварии.

***Задание.***

- самостоятельно составить схему последовательности действий на месте аварии до прибытия помощи;
- самостоятельно составить схему последовательности действий при уходе группы с места аварии.

***Контрольные вопросы.***

1. Назовите основные принципы вынужденного автономного существования в природных условиях.
2. Приведите примеры (из жизни, книг или фильмов) выживания людей в природной среде.
3. Какие качества помогают выжить людям, попавшим в беду?
4. Какие первоочередные действия необходимо предпринять потерпевшим бедствие в безлюдной местности?
5. В каких случаях принимают решение оставаться на месте?
6. В каких случаях принимают решение об уходе с места аварии?

## **ПЗ 2 Порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними . Действия в экстренных случаях**

**Алгоритм действий при вызове экстренных служб по телефону «112»**

**При пожаре:**

- сообщите диспетчеру характер происшествия (пожар) и точный адрес. Если Вы стали свидетелем пожара в незнакомой местности – сообщите видимые ориентиры на местности,

название близлежащего населенного пункта, километр автодороги;

- сообщите точно известную Вам информацию о наличии пострадавших или о возможной угрозе людям.

#### **При дорожно-транспортном происшествии:**

- если вы стали свидетелем ДТП - остановитесь, и незамедлительно сделайте звонок в службу 112. (На трассе сотовая связь не везде устойчива - при отсутствии связи на месте ДТП следует проехать по дороге, пока прием не будет устойчив);

- сообщите диспетчеру характер и точное место происшествия – название улицы с номерами расположенных рядом домов, километр автодороги, тип попавших в ДТП транспортных средств (пассажирский автобус, легковая машина, тягач и т.д.);

- сообщите точно известную Вам информацию о наличии пострадавших и о возможной угрозе развития негативных последствий – например: люди остались зажатыми в машине, произошел разлив горючего, его горение и т.д.

- по возможности сообщите марки автомобилей и присвоенные им государственные номера.

- оказать посильную помощь пострадавшим – Ваш гражданский долг!

#### **При происшествии на воде или на льду водоема:**

- если Вы на берегу, или передвигаетесь на судне, остановитесь и незамедлительно сделайте звонок в службу 112;

- сообщите диспетчеру характер случившегося и точное место происшествия – название водоема, известные Вам или примерные координаты местности;

- сообщите точно известную Вам информацию о наличии пострадавших и о возможной угрозе развития негативных последствий.

#### **При запахе бытового газа:**

- ни в коем случае не включайте и не выключайте электроприборы, в том числе мобильный телефон в помещении, в котором Вы почувствовали запах газа;

- незамедлительно покиньте загазованное помещение и сделайте звонок в службу 112;

- сообщите диспетчеру точный адрес здания, в котором Вы обнаружили запах газа;

- предупредите соседей, вместе с ними приступите к эвакуации.

#### **Общие правила общения с диспетчером по телефону «112»:**

Сделав звонок, желательно, чтобы Вы представились диспетчеру – так вам обоим будет легче общаться.

Постарайтесь не перебивать диспетчера, внимательно выслушайте его уточняющие вопросы и советы.

Сделав сообщение, ещё раз убедившись, что Вам ничто не угрожает, постарайтесь не покидать место происшествия.

Дождавшись прибытия оперативных служб, передайте им всю известную Вам информацию.

### **ПЗ 3 Решение ситуационных задач по безопасному поведению в повседневной жизни и при организации дорожного движения.**

#### **Задача 1. Одна секунда на дороге – это много или мало?**

Ответ: Пешеход за одну секунду делает один шаг. Автомобиль, движущийся со скоростью 60 км/час, за одну секунду проезжает по ровному сухому асфальту около 17 метров. Это

тормозной путь автомобиля. Если сюда добавить путь, пройденный автомобилем за время реакции водителя и время срабатывания тормозов, то остановочный путь автомобиля составит около 50 метров. Пешеход думает, что водитель успеет затормозить, и переходит проезжую часть перед близко идущим транспортом. Он не хочет понимать, что при всем своём старании водитель не сумеет остановить автомобиль. А если дорога скользкая, то остановочный путь удлинится значительно. Например, при скорости 80 км/час на скользкой зимней дороге автомобиль окончательно остановится только через 400 метров (почти полкилометра!).

**Задача 2.** Изобразить на листе бумаги дорожные знаки «Въезд запрещен», «Движение мотоциклов запрещено», «Движение на велосипедах запрещено» и «Велосипедная дорожка», которые должны знать велосипедисты. Рассказать где не может ехать велосипедист.

**Задача 3.** Изобразить на бумаге мотоциклиста или велосипедиста со стороны спины, которые подают сигналы рукой, соответствующие повороту направо, налево или торможению.

**Задача 4.** Изобразить на листе бумаги предупреждающий дорожный знак «Пересечение с велосипедной дорожкой», запрещающий дорожные знаки «Въезд запрещен» и «Движение на велосипедах запрещено», а также предписывающий - «Велосипедная дорожка», которые должны знать велосипедисты.

**Задача 5.** 1. Можно ли буксировать велосипедом прицеп?

*A - да, если для этого предназначен; B - да; C - нет.*

2. Вы пересекаете дорогу по нерегулируемой велосипедной дорожке. Будете ли вы уступать дорогу другим ТС?

*A - да; B - нет; C - нет, т. к. имею преимущество.*

3. Ребенку не исполнилось 14 лет, можно ли ему учиться ездить на велосипеде во дворе?

*A - да; B - нет; C - да, под надзором друзей.*

4. Можно ли ездить по обочине дороги на велосипеде?

*A - да; B - нет; C - да, под надзором друзей.*

5. Разрешается ли велосипедисту ездить, держась за руль одной рукой?

*A - да; B - нет; C - нет, т.к. это может привести к падению.*

6. Можно ли на велосипеде возить взрослых?

*A - да; B - нет; C - да, при наличии дополнительного сидения.*

7. Может ли велосипедист повернуть налево при наличии двух и более полос движения в одном направлении?

*A - да; B - нет; C - да, при отсутствии помех.*

8. Можно ли велосипедисту выезжать на середину полосы движения?

*A - нет; B - да; C - да, для объезда.*

9. Можно ли двигаться по дороге, если рядом находится велосипедная дорожка?

*A - да; B - нет; C - да, т.к. дороги предназначены для движения ТС.*

Можно ли на велосипеде перевезти ящик 1,5 x 1,5 м?

*A - нет; B - да; C - да, на багажнике.*

Ответы: 1 - A; 2 - A; 3 - A; 4 - A; 5 - A; 6 - B; 7 - B; 8 - C; 9 - B; 10 - A.

**Задача 6**

1. К какой группе дорожных знаков относится знак «Велосипедная дорожка»?

*A - первой; B - третьей; C - четвертой.*

2. Какой из перечисленных ниже дорожных знаков за городом устанавливается дважды?

*A - «Крутой спуск»; B - «Опасный поворот»; C - «Железнодорожный переезд со шлагбаумом».*

3. Что обозначает сплошная желтая линия дорожной разметки?

*A - «Остановка запрещена»; B - «Стоянка запрещена»; C - «Остановка автобуса».*

4. О чем предупреждает желтый мигающий сигнал светофора?

- А - о смене сигнала; В - впереди нерегулируемый перекресток; С - регулируемый переход.*
5. Подростку исполнилось 15 лет, можете ли он ездить на мопеде по улицам города?  
*А - да; В - нет; С - да, после 14 лет.*
6. В каких единицах замеряется уклон на дорожном знаке «Крутой спуск»?  
*А - в процентах; В - в градусах; С - в метрах.*
7. По какой стороне улицы вы будете двигаться, ведя неисправный велосипед?  
*А - против движения; В - по правой стороне; С - попутном направлении движения.*
8. Кто не может двигаться по дороге, на которой установлен знак «Дорога для автомобилей»?  
*А - мопед; В - автобус; С - легковой автомобиль.*
- Ответы: 1 - С; 2 - С; 3 - А; 4 - В; 5 - В; 6 - А; 7 - С; 8 - А; 9 - В; 10 - В.

### **Задача 7.**

1. Может ли трамвай ездить по проезжей части дороги?  
*А - да, В - да, если дорога узкая, С - нет.*
2. Как называется с точки зрения ПДД лицо, находящееся в инвалидной коляске без двигателя?  
*А - водитель, В - пассажир, С - пешеход.*
3. Можно ли регулировщика назвать участником дорожного движения?  
*А - да, В - да, т. к. регулирует движение, С - нет.*
4. Может ли пешеход ходить по проезжей части дороги?  
*А - да, В - да, если создает помехи другим пешеходам на тротуаре, С - нет.*
5. Можете ли вы перейти улицу, если регулировщик стоит левым боком, правая рука вытянута вперед?  
*А - да; В - нет; С - да, за спиной регулировщика.*
6. Нарушил ли водитель ПДД, если проехал перекресток задним ходом?  
*А - нет, если горел зеленый сигнал светофора, В - нет, С - да.*
7. Можете ли Вы проехать железнодорожный переезд, если скорость ТС менее 8 км/ч?  
*А - нет, В - да, с разрешения ГИБДД, С - да с разрешения начальника дистанции пути.*
8. Можете ли Вы перевозить детей в кузове грузового автомобиля при наличии удостоверения на право управления ТС категории «С» и стажа работы 2 года?  
*А - да, В - да, если ТС оборудовано, С - нет.*
9. Можно ли перевозить людей в прицепе-даче?  
*А - да, В - да, при хороших тормозах, С - нет.*
10. Выполняете ли вы ПДД, если перевозите на велосипеде удочку длиной 4,5м?  
*А - да, В - да, если удочка установлена вертикально, С - нет.*
- Ответы: 1 - С, 2 - С, 3 - С, 4 - В, 5 - С, 6 - С, 7 - С, 8 - С, 9 - С, 10 - С.

### **Задача 8**

1. Являются ли участниками дорожного движения регулировщик и погонщик вьючных животных?  
*А - да, В - нет, С - погонщик да, регулировщик нет.*
2. Что обязан иметь при себе водитель?  
*А - водительское удостоверение, В - талон о прохождении технического осмотра, С - регистрационный документ на ТС.*
3. Что проверяет водитель перед выездом?  
*А - наличие масла, В - наличие охлаждающей жидкости, С - исправность ТС.*
4. Регулировщик стоит левым боком. Можете ли вы повернуть направо?  
*А - да, В - нет, С - да, пропустив помеху.*
5. Можно ли развернуться у знака «Двустороннее движение»?  
*А - нет, В - да, С - да, при отсутствии помех.*
6. Знак аварийной остановки в населенном пункте устанавливается на расстоянии не менее ...  
*А - 15 м, В - 20 м, С - 30 м.*
7. Знак «Рекомендуемая скорость» относится к группе дорожных знаков ...

*А - 4 группе, В - 6 группе, С - 8 группе.*

8. Скорость движения 40 км/ч устанавливается ...

*А - минимальная на автомагистрали, В - если ТС не развивает большие, С - если имеются ограничения по тех. причинам.*

9. С какой максимальной скоростью можно двигаться по дороге, если минимальная скорость установлена в 70 км/ч?

*А - 90, В - 100, С - 110.*

10. Можно ли водителю ТС остановиться в зоне, ограниченной двумя сплошными линиями и обозначенной буквой «А»?

*А - да, В - да, если нет помехи, С - нет.*

Ответ: 1 – С; 2 – А,В,С; 3 – С; 4 – С; 5 – А; 6 – А; 7 – В; 8 – А,В,С; 9 – А; 10 – С.

**Задача 9.** В сковороде на включённой плите загорелось масло, которое вы разогревали. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Ответ: Сковороду нужно закрыть крышкой, кислород под крышкой выгорит и пламя погаснет.

**Задача 10.** На ваш телефон участились звонки с угрозами террористического характера. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Ответ: Постараться дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге. По ходу разговора определить пол, возраст звонящего (звонящей) и особенности его (её) речи: голос – громкий или тихий, низкий или высокий; темп речи – быстрый или медленный; произношение – отчётливое, искажённое, с заиканием, шепелявое, с акцентом или диалектом; манера речи – развязная, с издёвкой, с нецензурными выражениями. Обязательно отметить звуковой фон (шум автомашин или железнодорожного транспорта, звуки теле- или радиоаппаратуры, голоса и др.), а также характер звонка (городской или междугородный). Обязательно зафиксировать точное время начала разговора и его продолжительность. В любом случае постараться в ходе разговора получить ответы на следующие вопросы: Куда, кому и по какому телефону звонит этот человек? Какие конкретные требования он (она) выдвигает? Выдвигает ли требования он (она) лично, выступает ли в роли посредника или представляет какую-либо группу лиц? На каких условиях он (она) или они согласны отказаться от задуманного? Как и когда с ним (с ней) можно связаться? Кому вы можете или должны сообщить об этом звонке? Постараться добиться от звонящего максимально возможного промежутка времени для принятия вами и вашими родителями решения или совершения каких-либо действий. Если возможно, ещё в процессе разговора сообщить о нём родителям, если нет – немедленно по его окончании. Не распространяться о факте разговора и его содержании. Максимально ограничить число людей, владеющих полученной информацией. При наличии автоматического определителя номера (АОН) запишите определившийся номер телефона в тетрадь, что позволит избежать его случайной утраты. Записать разговор на записывающее устройство.

**Задача 11** Вы находитесь один дома. В вашей квартире неожиданно оказались злоумышленники. Ваши действия по сохранению личной безопасности?

Ответ: Поднять шум, тревогу. Заваливая мебелью и вещами проход, отступить на балкон, разбить оконное стекло, привлекая криком внимание соседей и прохожих. В крайнем случае можно закрыться в ванной и пустить воду на пол (ваша безопасность важнее неприятностей с соседями). При посягательстве на вашу жизнь и достоинство защищаться любым доступным способом, используя право необходимой обороны до прекращения нападения. Для защиты применять любые предметы, находящиеся под рукой (нож, стул, посуда, горсть соли или перца и т. п.). Оказавшись в относительной безопасности, немедленно сообщить в полицию, предупредить соседей, оказать помощь пострадавшим.

**Задача 12.** Вы поехали отдыхать в страну (регион) с жарким климатом, где другой часовой пояс. Вам предстоит акклиматизироваться. Ваши действия по подготовке к акклиматизации?

Ответ: При переезде в места с другим климатом целесообразно обратить внимание на одежду, обувь и экипировку местных жителей, учесть их опыт. Необходимо осторожно переходить к новым местным кушаньям; избегать переедания, особенно в период акклиматизации в местах с жарким климатом. Необходимо соблюдать питьевой режим: не пить сырую воду, её необходимо кипятить. В дальнейшем переезде, перелёте при смене часовых поясов необходимо предусмотреть сутки отдыха для привыкания к новому режиму дня. Эти правила необходимо соблюдать и при возвращении домой, чтобы безболезненно прошла реакклиматизация – привыкание к старым условиям жизни.

**Задача 13.** Вам предстоит идти в сильный гололёд. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Ответ: Перед выходом из дома следует подготовить обувь, чтобы повысить устойчивость при ходьбе в гололёд (натереть подошву наждачной бумагой, приклеить на подошву изоляционную ленту, чтобы увеличить сцепление обуви с дорогой). Из дома рекомендуется выходить с запасом времени, чтобы не спешить в пути. При ходьбе наступать на всю подошву, расслабив ноги в коленях, чтобы быть готовым к случайному падению. Желательно, чтобы руки были свободны от сумок и прочих предметов. При падении напрячь мускулы рук и ног, при касании земли перекатиться на бок. Помнить: самое опасное падение – это падение на прямую спину и на расслабленные прямые руки!

**Задача 14.** Вы самостоятельно занимаетесь физической культурой в фитнес-клубе. Ваши действия по соблюдению личной безопасности при занятиях в подобной ситуации?

Ответ: Соблюдать гигиенические требования, предъявляемые к одежде и обуви. Перед выполнением силовых упражнений сделать общую разминку, а затем специальную (специальную разминку проводить перед выполнением упражнений с предельным весом и после отдыха). При выполнении силовых упражнений не отвлекаться. При выполнении упражнений на тренажёрах не забывать о самостраховке. Исключать из тренировки упражнения, при выполнении которых возникают болевые ощущения. После длительных перерывов в тренировках не форсировать объём и интенсивность работы, нагрузку повышать постепенно.

**Задача 15:** Вы хотите перевезти пассажира на своём велосипеде. Можно ли это делать в соответствии с Правилами дорожного движения Российской Федерации?

Ответ: Перевозить на велосипеде пассажиров запрещается. Исключение делается только для детей в возрасте до семи лет, которых можно перевозить на надёжно оборудованном специальном сиденье.

**Задача 16.** Вы едете на велосипеде по велодорожке. Навстречу вам движется автомобиль. Кто должен уступить дорогу?

Ответ: При пересечении обычной дороги со специальной дорожкой для велосипедистов уступает тот, кто следует по велодорожке.

**Задача 17.** Стоя на платформе станции метро, ожидая поезд, вы уронили вещь на рельсы. Вы хотите её поднять. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Ответ: Нельзя спускаться на пути. При необходимости поднять с путей обронённую вещь нужно обращаться к дежурному по станции.

**Задача 18.** Вам нужно сесть на загородной дороге на автобус. Посадочная площадка отсутствует. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Если нет посадочной площадки, общественный транспорт ожидают на тротуаре или обочине.

**Задача 19.** Вы стоите на автобусной остановке. На дороге наблюдается насыщенное движение автомашин. Какую позу следует принять в целях личной безопасности?

Ответ: В ожидании общественного транспорта стоять на тротуаре, а ещё лучше в метре от края дороги лицом к приближающемуся транспорту и боком к проезжей части. Транспорт может занести на скользкой дороге, и вы не увидите надвигающуюся опасность. Или оторвавшееся колесо может травмировать пассажира на остановке, а также бывают случаи наезда пьяными водителями. Спешащий прохожий может нечаянно толкнуть любого человека, который стоит лицом к дороге; можно попасть под машину из-за плохой устойчивости. Если стоять на остановке боком, тело в более устойчивом положении, опасность можно увидеть и, отскочив в сторону, отвернуться от неё.

**Задача 20.** Вы подошли к переходу и увидели мигающий зелёный сигнал светофора. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Ответ: Мигающий зелёный сигнал светофора предупреждает, что время его работы скоро закончится и нужно поторопиться с переходом, а лучше всего воздержаться переходить проезжую часть.

**Задача 21.** Вы отправились в магазин на велосипеде, прихватив с собой 5-летнего брата. Ваши действия при его перевозке?

Ответ: В соответствии с Правилами дорожного движения Российской Федерации размещу брата на специальном дополнительном сиденье, оборудованном надёжными подножками.

**Задача 22.** Вы вышли из трамвая. С какой стороны вы будете его обходить?

Ответ: По новым правилам обходить остановившееся транспортное средство категорически запрещается. Нужно подождать, когда трамвай отъедет и проезжая часть (в том числе трамвайные пути) будет просматриваться в обе стороны.

**Задача 23.** Вы вошли в общественное транспортное средство (автобус, троллейбус, трамвай). Ваши действия по соблюдению личной безопасности в салоне?

Ответ: Войдя в салон транспортного средства, необходимо обратить внимание на то, где расположены запасные и аварийные выходы. При отсутствии свободных мест для сидения можно стоять в центре прохода, держась рукой за поручень или за специальное устройство. Нельзя стоять у входной двери, а тем более опираться на неё, так как она в любой момент может открыться. Передвигаться по салону в общественном транспорте рекомендуется только при его полной остановке.

**Задача 24.** Вы решили перейти дорогу в тёмное время суток. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Ответ: Переходить дорогу нужно на её освещённом участке. Водителям транспортных средств легче заметить пешехода на освещённом участке дороги. Светоотражатели на одежде.

**Задача 25** Вы увидели знакомых или родственников на другой стороне дороги. Вы хотите с ними непременно встретиться. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Ответ: Нельзя спешить переходить дорогу. В этом случае ваше внимание будет отвлечено от дороги. Нужно внимательно осмотреться, выбрать безопасный переход и только тогда можно идти на встречу со знакомыми.

**Задача 26:** На дороге, по которой вам необходимо идти, нет тротуаров. В каком направлении необходимо идти: по ходу движения транспорта или навстречу движению?

Ответ: В этом случае надо идти по обочине дороги навстречу движению транспорта, чтобы видеть приближающийся транспорт.

**Задача 27:** Вы решили перейти дорогу в положенном месте, но увидели приближающийся автомобиль с маячком синего цвета и специальным звуковым сигналом. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Ответ: Воздержаться от перехода, а если переход уже начат, остановиться на разделительной полосе и пропустить спецтранспорт.

**Задача 28.** В вашем доме произошёл взрыв газа. Ваши действия по сохранению собственной жизни в подобной ситуации?

Ответ: Немедленно вызвать аварийную газовую службу, пожарную охрану, полицию и «скорую помощь». Если не существует угрозы для жизни, спасти людей из-под обломков стен и перекрытий, применять подручные средства (ломы, багры, лопаты, автомобильный домкрат и т. п.), тушить пожар. Если взрыв произошёл в соседней квартире, то сразу же перекрыть подачу газа, выключить электричество и покинуть квартиру, закрыв за собой дверь. Взрывы газа могут повториться, поэтому ожидать прибытия команды пожарных на улице на безопасном расстоянии. Оказать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Дополнительные вопросы:

- Что означают термины, такие как: «пешеход», «водитель», «участник дорожного движения», «дорога», «проезжая часть», «тротуар», «перекресток», «пешеходный переход», «регулирующий», «дорожно-транспортное происшествие» и другие из раздела ПДД «Основные понятия и термины».
- Правила поведения пешеходов на тротуаре.
- Тормозной и остановочный путь транспортного средства.
- Типы светофоров и их сигналы.
- Сигналы регулировщика, разрешающие и запрещающие переход проезжей части.
- Виды пешеходных переходов (надземные, подземные) и правила перехода проезжей части на регулируемых и нерегулируемых пешеходных переходах и перекрестках.
- Правила перехода проезжей части при отсутствии в зоне видимости пешеходного перехода или перекрестка.
- Поведение пешеходов при приближении транспортных средств с включенными специальными сигналами.
- Обязанности и правила поведения пассажиров при посадке, проезде и высадке из транспорта общего пользования, легкового и грузового автомобиля.
- Правила пересечения проезжей части после выхода из транспортных средств.
- Поведение пешеходов на ж\д переезде.

- Действия пассажиров при вынужденной остановке транспортного средства на ж\д переезде.
- Дорожные знаки и их значение. Группы дорожных знаков.
- Знаки, регламентирующие движение пешеходов.
- Дорожная разметка и ее значение.
- Правила дорожного движения для водителей велосипедов и мопедов.
- Возраст, дающий право на получение удостоверения водителя мотоцикла, автомобиля.
- Правила движения пешеходов по загородной дороге.
- На вашем балконе (или лоджии) начался пожар. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- Неожиданно загорелась электрогирлянда на ёлке. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы заметили, что в подъезде начался пожар. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- Вы находитесь в лифте. Неожиданно от короткого замыкания начинается пожар. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы видите, как начался пожар в подвале или на чердаке дома. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- В вашем доме начался пожар по одной из следующих причин: он перекинулся от костра для сжигания старой мебели, тары, мусора, опавших листьев, тополиного пуха. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- Вы находитесь в лесу с друзьями. Неожиданно вы видите дым и языки пламени, которые лижут стволы и кроны деревьев. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- Вы зажгли плитку и на некоторое время вышли из кухни. Когда вернулись, то увидели, что потухло пламя в газовой горелке. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- В вашу квартиру позвонили. В глазок никого не видно. На вопрос "Кто там?" никто не отвечает. Вы хотите позвонить по телефону, а он не работает. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы находитесь дома один. В вашей квартире внезапно погас свет. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- Вы находитесь дома один. Дверь вашей квартиры начинают взламывать неизвестные лица. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- Вы подошли к двери квартиры и видите, что она взломана, а изнутри раздаются звуки, свидетельствующие о нахождении в квартире людей. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Ваши родители в отъезде. Вы вернулись домой и видите, что ваша квартира обворована или кто-то в ней побывал. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Ваши родители находятся в длительном отъезде. В ваш адрес стали поступать анонимные письма, угрозы. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Ваши родители находятся в длительном отъезде. Неизвестный стал угрожать вам по телефону. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы заметили подозрительного незнакомца в подъезде. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- Вы заметили, как посторонний выносит вещи из подъезда или квартиры. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?

- Вы услышали шум и крики о помощи (у соседей, в подъезде, во дворе или на улице). Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- Вы увидели, как неизвестный подозрительного вида влезает в окно или на балкон соседнего дома, открывает чужую машину, взламывает дверь, пристаёт к женщине или ребёнку, совершает противоправные действия. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- На вас напали в лифте с целью ограбления или насилия. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- На вас напали в подъезде с целью ограбления или насилия. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- На вас напала бешеная собака. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы решили воспользоваться услугами такси или попутной машины. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- На вас напали в электричке, когда вы возвращались с дачи поздно вечером. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вас обокрали (на улице, в магазине, в транспорте). Вы успели заметить момент кражи. Перечислите последовательность ваших действий.
- Вы едете на курорт или в незнакомый город. Ваши действия по сохранению личной безопасности в поезде и в отеле?
- Вы поехали отдыхать на море на один из курортов. Рано утром из окна отеля увидели, что из глубины моря на берег движется огромная волна высотой в несколько метров. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Возвращаясь, вы поднялись на лестничную площадку, где расположена ваша квартира, и увидели двух незнакомых мужчин, которые стараются не показывать свои лица. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы столкнулись на улице с пьяной компанией или были вовлечены в драку. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы обнаружили оружие или взрывоопасные предметы, принадлежащие террористам. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?
- Вы находитесь дома один. Ваши действия в случае, если звонят в дверь?
- Вы направляетесь в кинотеатр (на стадион и т. п.). Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте?
- Вы оказались в толпе. Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности?
- Вам предстоит пройти пешком в тёмное время суток из одной части города (населённого пункта) в другую. Ваши действия по обеспечению личной безопасности при движении по улице (улицам)?
- Во время просмотра телепередачи пропало изображение на экране телевизора, а вы почувствовали запах дыма. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы решили перейти дорогу в положенном месте, но увидели приближающийся автомобиль с маячком синего цвета и специальным звуковым сигналом. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы передвигаетесь за городом по обочине просёлочной дороги. По какой стороне дороги необходимо идти?
- У вас возникла необходимость перейти на противоположную сторону улицы или дороги, а пешеходного перехода рядом нет. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вам необходимо перейти улицу на пешеходном переходе без светофора. Как вы себя поведёте, прежде чем перейти дорогу?

- При переходе улицы вы уронили вещь (предмет). Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?
- Вы решили перейти дорогу, но в зоне видимости нет перехода или перекрёстка. Вы решили быстро перебежать её. Правильны ли ваши действия?

Оценка ответа: Правильное решение ситуационной задачи оценивается в 70 баллов, ответ на дополнительный вопрос в 10 баллов, дополнение ответа отвечающего – 10 баллов.

#### **ПЗ 4 Действия при пожаре**

*Цель: Ознакомиться со способами, средствами и правилами тушения пожаров, устройством и принципом действия первичных средств пожаротушения.*

##### Теоретическая часть

Пожары, возникающие по тем или иным причинам на различных объектах экономики, наносят огромный материальный ущерб и нередко сопровождаются травмами и гибелью значительного числа людей. Поэтому исключительно важным мероприятием для уменьшения указанных негативных последствий при данных чрезвычайных ситуациях является четко организованное и эффективное тушение пожаров и загораний.

Выбор способов и средств пожаротушения зависит от объекта, характеристики горящих материалов и класса пожара. Тушение пожара должно быть направлено на устранение причин его возникновения и создание условий, при которых горение будет невозможным. Для подавления и ликвидации процесса горения необходимо прекратить подачу в зону горения либо горючего, либо окислителя или уменьшить подвод теплового потока в зону реакции. Это достигается применением следующих основных способов:

- сильным охлаждением очага горения или горящего материала с помощью веществ, обладающих большой теплоемкостью (например, воды);
- изоляцией от атмосферного воздуха или снижением концентрации кислорода в воздухе путем подачи в зону горения инертных компонентов; применение специальных химических средств, тормозящих скорость реакции окислителя; механическим срывом пламени сильной струей газа или воды;
- созданием условий огнепреграждения, при которых пламя распространяется через узкие каналы, сечение которых меньше тушащего диаметра.

Для достижения вышеуказанных эффектов в настоящее время используют различные огнегасящие вещества.

Наиболее простым, дешевым и доступным является *вода*, которая подается в зону горения в виде компактных сплошных струй или в распыленном виде. Вода, обладая высокой теплоемкостью и скоростью испарения, оказывает на очаг горения сильное охлаждающее

действие. Кроме того, в процессе испарения воды образуется большое количество пара, который будет оказывать изолирующее действие на очаг пожара.

К недостаткам воды следует отнести плохую смачиваемость и проникающую способность по отношению к ряду материалов. Для улучшения тушащих свойств к ней можно добавлять поверхностно-активные вещества. Воду нельзя применять для тушения ряда металлов, их гидридов, карбидов, а также электрических установок.

Широко распространенным, эффективным и удобным средством тушения пожаров считаются *пены*. По способу образования пены можно подразделить *химическую*, газовая фаза которой получается в результате химической реакции, и *газомеханическую (воздушно-механическую)*, газовая фаза которой образуется за счет эжекции или принудительной подачи воздуха либо иного газа. Химическая пена, образующаяся при взаимодействии растворов кислот и щелочей в присутствии пенообразователей, используется в настоящее время только в отдельных видах огнетушителей.

В последнее время для тушения пожаров все более широко применяют огнетушащие *порошки*. Они могут использоваться для тушения твердых веществ, различных горючих жидкостей, газов, металлов, а также установок, находящихся под напряжением. Порошки рекомендуется применять в начальной стадии пожара.

*Инертные разбавители* применяются для объемного тушения. Оказывая разбавляющее действие, эти вещества уменьшают концентрацию кислорода ниже нижнего концентрационного предела горения. К наиболее широко используемым инертным разбавителям относят азот, углекислый газ и различные галогеноуглеводороды.

В последнее время для тушения пожаров все более широко применяют огнетушащие *порошки*. Они могут использоваться для тушения твердых веществ, различных горючих жидкостей, газов, металлов, а также установок, находящихся под напряжением. Порошки рекомендуется применять в начальной стадии пожара. *Инертные разбавители* применяются для объемного тушения. Оказывая разбавляющее действие, эти вещества уменьшают концентрацию кислорода ниже нижнего концентрационного предела горения. К наиболее широко используемым инертным разбавителям относят азот, углекислый газ и различные галогеноуглеводороды.

Для пожаротушения в помещениях применяют *автоматические огнегасительные установки*. В зависимости от используемых огнетушащих веществ автоматические стационарные установки подразделяют на *водяные, пенные, газовые и порошковые*. Наиболее широкое распространение получили установки водяного и пенного тушения двух типов: *спринклерные и дренчерные*.

В начальной стадии развития пожара можно использовать первичные (портативные) средства пожаротушения — огнетушители, ведра, емкости с водой, ящики с песком, ломы, топоры, лопаты и т.д.

#### *Изучение назначения, устройства и принципа действия первичных средств тушения пожаров*

Пожары в начальной стадии тушат из огнетушителей. По виду огнегасящих средств, применяющихся для их зарядки, огнетушители подразделяются на воздушно-пенные, химические пенные, углекислотные, аэрозольные и порошковые.

*Воздушно-пенные огнетушители* в качестве заряда содержат 6%-ный водный раствор пенообразователя ОП-1. Раствор из корпуса огнетушителя выталкивается диоксидом углерода, находящимся в специальном баллоне, в насадку, где раствор перемешивается с воздухом и образуется воздушно-механическая пена. Воздушно-пенные огнетушители предназначены для тушения твердых и жидких веществ и материалов.

Промышленность выпускает ручные воздушно-пенные огнетушители типов ОВП-5 и ОВП-Ю.

Заряжают огнетушители ОВП-5 и ОВП-Ю в следующем порядке. Готовят раствор пенообразователя при температуре воды 15 — 20 С, через воронку заливают его в корпус огнетушителя, устанавливают баллон с диоксидом углерода и пломбируют рычаг.

Для приведения огнетушителя в действие срывают пломбу и нажимают на пусковой рычаг, игла прокалывает мембрану баллона, и газ по сифонной трубке устремляется в корпус.

Зимой огнетушители обычно хранят в теплых помещениях. Проверку и зарядку баллонов с диоксидом углерода выполняют на специальных зарядных станциях.

#### *Химические пенные огнетушители - ОХП-10.*

Химические пенные огнетушители просты по устройству, при правильном содержании надежны в эксплуатации. Область применения их почти безгранична, за исключением тех случаев, когда огнетушащее средство способствует развитию процесса горения или проводит электрический ток.

Механизм образования в огнетушителе химической пены следующий. Заряд огнетушителя двухкомпозиционный: щелочной и кислотный. Щелочная часть представляет собой водный раствор двууглекислой соды (бикарбоната натрия  $\text{NaHCO}_3$ ). В щелочной раствор добавляют небольшое количество вспенивателя. Кислотная часть представляет собой смесь серной кислоты с сульфатом оксидного железа или сульфата алюминия. Ее хранят в специальном полиэтиленовом стакане. Щелочной раствор заливают непосредственно в корпус огнетушителя. При соединении щелочной и кислотной частей происходят реакции; образующийся при этом диоксид углерода интенсивно вспенивает щелочной раствор и

выталкивает его через спрыск наружу. Вспениватель и образующийся гидроксид железа повышают стойкость пены.

Для приведения огнетушителя в действие поворачивают ручку запорного устройства на 180°, опрокидывают корпус вверх дном и направляют струю пены в очаг горения.

*Углекислотные огнетушители* – ОУ-2, предназначены для тушения небольших очагов горения, в том числе электроустановок, за исключением веществ, которые горят без доступа кислорода.

В качестве огнегасящего средства используют диоксид углерода — бесцветный газ с едва ощутимым запахом, который не горит и не поддерживает горения, обладает диэлектрическими свойствами, примерно в 1,5 раза тяжелее воздуха и при давлении 6 МПа (60 кгс/см<sup>2</sup>) и нормальной температуре переходит в жидкое состояние. При испарении 1 килограмма углекислоты образуется около 500 литров газа.

Диоксид углерода в жидком газообразном состоянии, попадая в зону горения, понижает концентрацию (содержание) кислорода, охлаждает горящие предметы, и в результате горение прекращается. С помощью диоксида углерода приостанавливают горение как на поверхности, так и в замкнутом объеме. Достаточно 12 — 15 % содержания диоксида углерода в окружающей среде, чтобы горение прекратилось.

Ручные углекислотные огнетушители различаются только своими размерами. При приведении огнетушителя в действие раструб направляют на горящий предмет и открывают вентиль. Благодаря мгновенному расширению и резкому понижению температуры до минус 55 С жидкая углекислота выбрасывается в виде углекислого снега. Среднее время действия углекислотных огнетушителей 25 — 60 секунд, дальность действия — 1,5 — 3,5 метра.

При эксплуатации углекислотных огнетушителей тщательно наблюдают за утечкой газа. При обнаружении утечки газа из огнетушителей они сдаются в ремонт в специализированные мастерские.

В *аэрозольных огнетушителях закачного типа* нагнетается либо только огнегасящее средство, либо еще и дополнительный (рабочий) газ (например, азот).

Огнетушители аэрозольного типа просты по устройству и при правильном содержании надежны в эксплуатации. Они предназначены для тушения небольших очагов горения, в том числе электроустановок, за исключением веществ, которые горят без доступа кислорода. Малогабаритные огнетушители аэрозольного типа находят широкое применение для технического оснащения легкового автотранспорта. Промышленность выпускает ручные аэрозольные огнетушители на следующие рабочие объемы заряда: 0,25; 0,5; 1,0 литра.

*Ручной порошковый огнетушитель ОП-5*

предназначен для тушения небольших загораний на мотоциклах, легковых и грузовых автомобилях и других машинах. Огнетушитель эффективно работает при температуре от минус 50 до плюс 50 °С.

Принцип действия огнетушителя ОП-5 заключается в следующем. При срабатывании запорно-пускового устройства прокалывается заглушка баллона с рабочим газом (азот, углекислый газ). Газ по трубке подвода поступает в нижнюю часть корпуса и создает избыточное давление. Порошок вытесняется по сифонной трубке в шланг к стволу. Нажимая на курок ствола, можно подавать порошок порциями. Порошок, попадая на горящее вещество, изолирует его от кислорода воздуха.

Чтобы привести огнетушитель в действие, необходимо сорвать пломбу и выдернуть чеку. Затем следует поднять рычаг до отказа, направить ствол-насадку на очаг пожара и нажать на курок.

Используя техническую характеристику ручных огнетушителей, приведенную выше, заполните учебную таблицу по следующей форме:

№ п/п	Марка	Технические характеристики	Огнегасящие свойства	Хранение
	ОХП-Ю			
	ОУ-2			
	ОП-5			

### Задание 3

Изучение общих правил пожаротушения и оказания первой помощи при пожарах и ожогах  
Общие правила тушения пожаров включают следующие положения.

1. На случай пожара администрация предприятия (учреждения) должна разработать план для каждого помещения, лаборатории, цеха, этажа и здания в целом, предусматривающий порядок и последовательность действий, конкретных исполнителей, схему эвакуаций людей.
2. При пожаре, который явно нельзя потушить собственными силами, старший (назначенный в соответствии с планом, должностью, опытом, инициативой) должен без паники принять следующие меры (дать задания присутствующим лицам):
3. Немедленно сообщить о пожаре по телефону 01 (указаны точный адрес, место пожара (помещение, этаж), время загорания, цвет дыма, свою фамилию); о пожаре также сообщается старшему по должности и лицам, работающим в соседних помещениях;
4. Принять меры по предотвращению пожара: отключить газ, электричество, выключить

вентиляцию, закрыть дверцы вытяжных шкафов, окна, вынести горючие вещества и материалы, баллоны с газом; привести в готовность и в случае необходимости применить первичные средства пожаротушения (пожарные рукава от кранов, огнетушители, песок, асбестовое полотно и др.) и индивидуальные средства защиты (противогазы, огнестойкие фартуки, костюмы, рукавицы); оказать первую помощь пострадавшим, вызвать «скорую помощь», организовать вывод людей из зоны пожара, встретить пожарную команду.

При тушении пожара на столе надо сразу исключить источник воспламенения (перекрыть газ, выключить электричество, закрыть огонь куском асбеста и т.п.), затем убрать от очага пожара легковоспламеняющиеся жидкости (ЛВЖ), горючие предметы. При необходимости следует применить доступные средства пожаротушения.

Для тушения ЛВЖ применяют песок, огнезащитную ткань, пенный огнетушитель типа ОХП или ОВП.

Горящие электроустановки следует сразу отключить. Если это сделать невозможно, применяют неэлектропроводящие огнегасящие средства: песок, огнезащитную ткань, углекислотные (не пенные!) огнетушители.

Первая помощь при пожарах и ожогах заключается в быстром выведении людей из зоны огня и задымления, в тушении горячей на человеке одежды.

*При этом следует помнить следующие правила:*

при воспламенении одежды **нельзя бегать!** Прежде всего быстро отойти от очага загорания и попытаться снять или сорвать с себя горящую одежду. Помогая пострадавшему сбивать пламя, следует обернуть руку, например мокрой тканью халата;

если горит большая часть одежды, то пострадавшего надо немедленно уложить на пол, оберегая голову и тело, и поливать его водой из ведра, шланга, брандспойта; чтобы сбить пламя при тушении ЛВЖ, следует использовать огнезащитную ткань (асбест), кошму, песок, а затем воду. Можно также применять пенный (лучше всего воздушно-пенный) огнетушитель (но не углекислотный!). При этом пострадавший должен закрыть глаза; до прихода врача или приезда «скорой помощи» обожженные участки тела охлаждают толстым слоем мокрой ткани либо полиэтиленовыми мешочками со снегом или льдом; при свежих ожогах не следует смачивать холодной водой сильно обожженные участки, нельзя использовать раствор перманганата калия, различные масла, жиры, вазелин. Места ожога можно изолировать чистой мягкой тканью, смоченной этиловым спиртом; с обожженного участка нельзя снимать прилипшие остатки обгоревшей одежды и как-либо иначе очищать его; обгоревшую ткань вокруг раны обрезают ножницами.

*Контрольные вопросы (ответы записать в тетрадь)*

1. Что разрабатывается администрацией предприятий на случай возникновения пожара?

2. Каковы действия в случае возникновения пожара, который не может быть ликвидирован собственными силами?
3. Что включают общие мероприятия по оказанию первой медицинской помощи и пожаре?
4. Что надо делать при воспламенении одежды пострадавшего?
5. В чем состоит первая медицинская помощь при ожогах?

Контрольные вопросы

6. Назовите основные способы пожаротушения.
7. Какими свойствами обладает вода в качестве способа пожаротушения?
8. В каких случаях воду использовать нельзя?
9. Как различают пены по способу их образования?
10. Что относится к первичным средствам пожаротушения?

### ПЗ 5 Экологическая грамотность и разумное природопользование

#### *Вопросы для обсуждения*

- *экология человека и экология среды обитания;*
- *антропогенное воздействие, техногенная нагрузка на среду обитания;*
- *экологическая безопасность среды обитания, урбозкосистемы.*



**Активное продвижение экологического образования является актуальной задачей всех цивилизованных стран и рассматривается как значимое средство решения глобальных проблем:** экологических, демографических, политических, экономических. Угроза глобальной экологической катастрофы заставляет объединяться страны и народы для исследования экологических проблем и решения задач экологической безопасности.

**Термин «экология» предложил в 1866 г. немецкий биолог Эрнст Геккель.**



**Экология — это наука, которая изучает взаимодействие организмов и сообществ друг с другом и с окружающей средой обитания.**

В начале XX в. В. И. Вернадский создал учение о биосфере как единой экосистеме, в которой деятельность человека является «мощной геологической силой», меняющей облик биосферы и способной нарушить естественный природный порядок. Он определил ноосферу как «новое состояние биосферы, к которому мы, не замечая этого, приближаемся».

Современная экология интегрирует достижения таких наук, как биология, физика, химия, генетика, математика, медицина, астрономия, архитектура. В экологии выделен ряд научных отраслей и дисциплин: популяционная экология, географическая экология, промышленная экология, экология растений, экология человека, экология животных, глобальная экология. Наиболее сложный раздел экологии — глобальная экология, которая изучает биосферу как целостный объект в общей системе «Земля — космос». Экология — теоретическая основа рационального использования природных ресурсов Земли.



**В природе совместно обитающие популяции различных организмов образуют сообщества — биоценоз.** Сообщества занимают природное жизненное пространство в среде обитания — биотоп. Биотоп вместе с сообществом образует экологическую систему, в которой осуществляются устойчивые взаимодействия между элементами живой и неживой природы. Весь природный комплекс биосферы можно представить как совокупность экосистем, взаимодействующих друг с другом, участвующих в обмене веществ (круговороте), потребляющих ресурсы среды обитания.



**Совокупность различных экосистем Земли образует самую крупную экологическую систему Земли — биосферу (от греч. bios — «жизнь», sphaira — «шар»).** Назначение общей экологии и всех её разделов (отраслей) — выявление законов жизнедеятельности и взаимодействия экосистем в разных условиях среды обитания на Земле.

Наш космический дом мы называем планета Земля, хотя площадь суши занимает около 30% всей массы планеты, остальное — вода рек, озёр, морей и океанов. Питьевой воды на Земле лишь небольшой процент всей массы воды, поэтому в следующем столетии, по прогнозам учёных, произойдёт обострение социальных конфликтов. начнутся войны за источники пригодной для питья воды.

Человеческий организм примерно на 70% состоит из воды, от чистоты которой зависит здоровье человека. Охрана источников воды — задача первостепенной важности для сохранения жизни человека и всего живого на Земле.

Известный древнегреческий врач и учёный Гиппократ заметил: «Если много людей одновременно заболевают одной и той же болезнью, причину её следует искать в том, что является общим для всех людей, и в том, чем они чаще всего пользуются». Это, конечно, воздух, вода и почва.



**Миллионы лет состав воздуха атмосферы Земли практически не меняется: 78% азота, 21% кислорода, 0,9% аргона, 0,03% углекислого газа.** Остальное — водород, гелий, неон и другие газы, которые образуются естественным путём и в результате хозяйственной деятельности человека. Состав воздуха на других планетах Солнечной системы совершенно непригоден для жизни человека.

Биологическое значение атмосферных газов очень велико. Для человека жизненно необходимо определённое содержание кислорода. Даже при незначительном его отклонении от нормы организм человека реагирует мгновенно, так как нарушаются биохимические обменные процессы в клетках, сбивается ритмичность функционирования вегетативной, нервной, эндокринной, кровеносной и дыхательной систем. Кислородное голодание наблюдается у людей на высоте (в горах, во время полётов на летательных аппаратах), что приводит к учащению дыхания и обморочному состоянию.

Не менее важны оптимальные концентрации и других атмосферных газов. Например, озон находится в верхних слоях атмосферы и защищает нас от смертельных доз солнечной радиации. На морском побережье воздух имеет оптимальную концентрацию озона, поэтому морской отдых благотворно влияет на здоровье человека. Благодаря озону на Земле возникла и существует жизнь, поддерживается определённый уровень атмосферного давления. Однако в атмосфере Земли выявлены участки — так называемые озоновые дыры (неплотные слои озона), которые пропускают опасное солнечное излучение — фактор увеличения риска раковых

заболеваний для населения планеты. Учёные активно изучают это опасное явление, но пока специалисты ещё не могут предложить решение столь сложной проблемы.



**Первый закон экологии гласит: «Что бы мы ни делали в природе, всё вызывает в ней те или иные последствия, часто непредсказуемые».**

В XXI в. на первый план выходит показатель, отражающий качество среды обитания, — экологичность (безопасность, жизнеспособность). Экологичность становится ценностным ориентиром, показателем качества экологической безопасности объектов строительства и эксплуатации.

Экология рассматривает человека и биосферу как единый системный комплекс, в котором здоровье человека зависит от состояния биосферы. Сегодня техносфера (искусственная среда) занимает все большее пространство, загрязняя и вытесняя живую природную среду. По оценкам экологов, более 80% болезней обусловлено экологическим напряжением территорий (где стабильно фиксируется превышение допустимых концентраций опасных для здоровья человека и природы веществ). Здоровье населения России (общественное здоровье) и здоровье каждого человека (индивидуальное) напрямую зависит от среды обитания.

Население городов и промышленных районов считает привычной урбанизированную окружающую (техно-природно-социальную) среду.



**Урбанизация — это процесс быстрого роста городов, распространения городского уклада жизни на значительные территории.** Города, как правило, включают интенсивную хозяйственную и производственную инфраструктуру, которая обеспечивает удовлетворение потребностей населения в разнообразных видах услуг. В современном мире в городах проживает значительная часть населения планеты.



**Урбанизация — мощный экологический фактор, оказывающий значительное антропогенное воздействие на экосистемы среды обитания.** Антропогенное воздействие (деятельность человека) представляет собой поглощение природной среды искусственной: социальной и технической. Техногенная среда добавляет техногенную нагрузку на экосистему природы. Территория городов превращается в урбозкосистему с преобладанием социальной и технической долей в общем объёме ресурсов природной среды. Истощение природных ресурсов самовосстановления природной среды ведёт к нарушению баланса экологических связей и отношений, к экологическим проблемам. Особенно сильное экологическое напряжение испытывает территория современных мегаполисов — огромных городов, в которых численность населения сопоставима с населением отдельных стран.

Изменение привычных характеристик условий обитания (нормальных условий жизнедеятельности) создаёт экстремальные ситуации (условия сверхнормы), опасные для жизни и здоровья человека, превышающие параметры условий экологической ниши человека.



**Экологическая ниша — это место биологического вида в сообществе других видов, проживающих в общей среде обитания.**



**Различают два вида экологических ниш:**

- **фундаментальная экологическая ниша** — условия окружающей среды, в пределах которой биологический вид традиционно обитает в природе;

- **реализованная экологическая ниша** — пространство среды обитания, которое биологический вид или популяция способны захватить в борьбе за среду обитания.

Экологическая ниша отражает возможности потребления живыми организмами природных ресурсов в единой цепи экологических связей всех организмов глобальной биосистемы Земли. Нарушение экологических связей ведёт к изменениям характеристик экологической ниши любого живого существа, созданию экологической напряжённости территорий.



**Экологическая напряжённость — это совокупный показатель истощения природных ресурсов территории по самостоятельному восстановлению среды обитания живых организмов.** Она свидетельствует об экологической угрозе гибели отдельных природных зон, видов животных, растений и людей. Истощение природных ресурсов, проживание в экологически напряжённых условиях ведёт к истощению адаптационных ресурсов организма человека, к болезням, преждевременной смерти.

Научно-технический прогресс позволил людям расширить пространство своей экологической ниши за счёт других живых обитателей Земли. Люди превратили её в искусственный комплекс условий, в котором другие биологические виды (растения, животные) уже не могут жить привычной жизнью и погибают. Снижение видового разнообразия отрицательно влияет на здоровье среды обитания, повышает уровень экологической опасности, снижает качество экологической безопасности.



**Экологическая безопасность — это комплексная характеристика качества благополучия условий жизнедеятельности человека в биосистеме среды его обитания.**

Загрязняя биосферу, человек становится потребителем загрязнённой пищи, включая генетически модифицированные продукты (в их основе — искусственный мутагенез, т. е. изменение структуры генов). Усложняется задача сохранения здоровья человека в неестественных для него условиях жизни.



**Главная задача и специалистов-экологов, и общественности каждого региона** — обеспечение экологической безопасности как жизненно необходимого качества жизнеспособности биоты окружающей природно-социальной среды. Мониторинг экологической обстановки территории (экологический мониторинг) — основа эффективности разработки и осуществления комплекса мер по обеспечению экологической безопасности. Обеспечение экологической безопасности — это комплекс мероприятий по предотвращению экологических катастроф и аварий и обеспечению защищённости окружающей среды и жизненно важных интересов человека от негативного воздействия хозяйственной и другой деятельности.



**Экологическая катастрофа — это сравнительно быстро происходящая цепь событий, приводящих к труднообратимым или необратимым процессам в природе (сильное опустынивание или загрязнение, заражение и т. д.), что делает невозможным ведение хозяйства любого типа, приводит к реальной опасности тяжёлых заболеваний, смерти людей.** Экологическая катастрофа может быть природной, возникающей под действием

природных явлений (извержение вулкана, землетрясение и др.), и техногенной, связанной с аварией на техническом объекте (например, авария на Чернобыльской АЭС на Украине в 1986 г.). В результате чернобыльской аварии и сегодня заражены радиоактивными веществами отдельные районы Брянской, Тульской, Орловской и Рязанской областей. Большой урон экосистемам на территории России нанесён ядерными испытаниями. На полигонах Новой Земли в XX в. было произведено более 130 ядерных взрывов, имеющих негативные последствия. Крупные экологические проблемы имеют межгосударственный, трансграничный характер. Обеспечение экологической безопасности в одном регионе или государстве имеет важное значение для другого региона и государства. Существуют международные экологические объединения, которые совместно решают задачи сохранения общей среды обитания всех живых существ на Земле.



**Антропоэкосистема — это преобразованное человеком пространство экосистемы, характеризующееся высокой активностью энергоинформационного обмена человека (общества) в среде обитания.** Антропоэкосистема нарушает биогеохимический круговорот веществ, вводит массы новых веществ во все среды, включая техносферу с искусственными сооружениями и физическими полями (электромагнитными, световыми, звуковыми и др.). По мере удаления от антропоэкосистемы возмущение энергетических полей затухает и приближается к спокойному, близкому к нулю (естественному уровню устойчивости биоты). В таких уголках естественной природы организм человека гармонизируется естественным образом, пропуская через себя здоровые потоки вещества, энергии, информации. Естественный природный фон среды обитания — лучшая среда для жизни, для восстановления здоровья любой биосистемы.



**Экологическая опасность является постоянной угрозой человеку, обществу, человечеству, всему живому на Земле (по сравнению с чрезвычайными ситуациями, стихийными бедствиями, военными (силовыми) угрозами).**



**Экологическая безопасность — критерий (показатель качества благополучия) состояния природной среды, располагающей достаточными ресурсами для самовосстановления.**

Пути гармонизации экологических отношений человека и среды требуют сегодня системных мер по обеспечению экологической безопасности на любом уровне, включая систему внешних и внутренних запретов, правил экологического мышления и поведения, которые должны превратиться в нормы жизни.

Из Всеобщей декларации прав человека следует принцип равной экологической безопасности для всех людей и их право на благоприятную окружающую среду. Реализация этого принципа связана с системой ответственности за формирование и нарастание глобальной экологической опасности. Стратегия устойчивого социально-экономического развития, поддерживаемая цивилизованными странами, — это отражение реальной ситуации в мире, когда развитие всех государств зависит от динамики и остроты глобальной экологической опасности.



**Основные принципы обеспечения глобальной экологической безопасности:**

• **стратегические:** коэволюция (соэволюция) природы и социума, глобальный экологический мониторинг, регулярный обмен экологической информацией между всеми странами и регионами, экологическое нормирование, экологическая экспертиза, разрешения на хозяйственную деятельность, создание особо охраняемых природных территорий;

• **тактические (экономические, нормативно-правовые):** «загрязняющий платит», налог за пользование окружающей средой, платность ресурсов, учёт уровня развития техники (нормы ограничения выбросов вредных веществ), ответственность природопользователя (в гражданском и уголовном праве), экологический аудит (независимая экспертиза), принцип научной обоснованности (мониторинг, нормирование), экологическое образование и воспитание (пропаганда экологической этики), системный и комплексный подход к снижению экологической опасности.

**Экологические знания помогают человеку понять главное: каждый из нас — маленькая часть великой Природы, которая наделила нас разумом и ожидает уважительного, бережного отношения ко всему живому, что ею создано.** Экологическое мировоззрение личности — духовная основа культуры безопасности жизнедеятельности человека и общества в современной среде обитания.

**Мы, жители Земли — каждый на своём месте — можем стать разрушителями или созидателями природы, сохраняющими её возможности самовосстановления ресурсов.**

#### *Вопросы и задания*

- 1. Чем обусловлено возникновение науки экологии?*
- 2. Что означают понятия «мегаполис» и «урбоэкосистема»?*
- 3. Как взаимосвязаны процесс урбанизации и состояние окружающей среды?*
- 4. Что означает понятие «экологическая напряжённость» территории?*
- 5. Как связаны экологическая культура и культура безопасности жизнедеятельности?*
- 6. Выясните экологические проблемы района вашего проживания.*
- 7. Проанализируйте возможности вашей территории по переработке бытовых отходов из расчёта 200 кг на человека в год.*

### **ПЗ 6 Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья**

Психическое здоровье, как и здоровье телесное, дано нам от рождения. И в течение жизни мы можем как укреплять и сохранять его, так и растрчивать. Ниже мы приведем Вашему вниманию основные факторы, которые могут укреплять психику, и отдельно, которые могут оказывать разрушающее действие на психику.

#### **Что укрепляет психическое здоровье**

##### **Нормальный режим сон-бодрствование**

Приведем несколько универсальных правил, соблюдая которые вы будете укреплять свое душевное состояние:

- Ночной сон должен длиться не менее 7-8 часов.
- Засыпать нужно до полуночи (в идеале, середина сна должна попадать на интервал 0 - 2 часа ночи).
- Просыпаться не по будильнику, а во время, которое определит сам организм (то есть пробуждение должно быть естественным).

- Если возникает желание спать в обед, то следует предоставить себе такую возможность (вряд ли потребуется время более 1 - 2 часа), а не бороться с этим с помощью кофе, чая и т.п.

- Избегайте сон в интервале с 17 до 19 часов.

### **Психические нагрузки должны сопровождаться физическими**

Регулярная мышечная работа позволяет нормализовать баланс процессов возбуждения и торможения в нервной системе и благотворно влияет кровотоку и обмен нейромедиаторов (дофамин, серотонин, норадреналин, ГАМК и др.) в мозге.

Еще с древних времен было замечено, что занимающиеся физическим трудом психически больные быстрее восстанавливались в сравнении с пациентами, занятыми интеллектуальными нагрузками. Самый универсальный способ защиты психики - регулярные занятия физ.культурой (минимум 30 минут 2 раза в день).

### **Необходим регулярный отдых**

Даже если работа идет в штатном режиме без перегрузок. Достаточно на несколько минут в час позволять себе отключаться от работы (или учебы) и иметь не менее одного выходного от работы дня в неделю.

### **Духовное развитие**

Понятия добра и зла, определение для себя смысла жизни, неотвратимости смерти, вопросы веры и многое другое, что относят к высшим человеческим нравственным категориям, эти вопросы рано или поздно встают перед каждым человеком. Эволюция каждого человека в этих важных темах неотъемлемый фактор укрепления психики.

### **Реализация физиологических (здоровых) потребностей**

Общение, обучение и работа, секс, семья, получение удовлетворения и другие потребности не должны игнорироваться или извращаться.

### **Не следует избегать стресса**

Вопреки заблуждениям стресс не является разрушающим фактором для психики, а наоборот, оказывает укрепляющее и "тонизирующее действие" на психику. Вредным является длительно текущий (хронический) стресс.

### **Факторы, разрушающие психическое здоровье**

К ним следует отнести все противоположности тому, о чем было написано выше: нарушенный режим сна, отсутствие физических нагрузок при интеллектуальном труде, лишение регулярного отдыха и избегание стрессов. Кроме того:

#### **Употребление психоактивных веществ**

Алкоголь - яд для нервной системы. Даже однократное употребление "некрепкого" алкоголя наносит ущерб нервной системе эквивалентный сотрясению головного мозга.

Курение сигарет - истощает процессы возбуждения в головном мозге, так как никотин - психостимулятор.

Наркотики - вещества искусственно вызывающие психические расстройства (от [депрессии](#) до [шизофрении](#)).

#### **Перегрузка информацией**

Чрезмерное поступление новой информации сначала приводит к перевозбуждению нервной системы, сопровождающемуся повышенной потребностью к информации, а затем к срыву нервной системы.

#### **Ложь, одиночество**

Нездоровые отношения, чрезмерное внимание (или полное невнимание) к своему здоровью также можно отнести к разрушающим психику явлениям.

### **Избегание диспансеризации**

Наличие болезней внутренних органов, которые не выявлены и по которым не назначено [лечение](#).

Как это ни банально звучит, внутренние болезни (сахарный диабет, гипертония, онкология и т.д.) сказываются на работе сосудов и нейронов мозга. А психика, по мнению врачей является одной из главных функций головного мозга.

Поэтому раннее выявление любого заболевания (или предрасположенности к нему) будет предотвращать воздействие на мозг и соответственно на психическую сферу.

### **Прямое физическое воздействие на мозговую ткань**

Травмы головы, инсульты и инфаркты мозга приводят к разрушению нейронов, и соответственно страдает психика.

## **ПЗ 7 Отработка навыков наложения повязок**

Шкала оценки образовательных достижений: обучающиеся в течение занятия должны освоить 5 повязок. Каждая повязка оценивается по баллам от одного до пяти, ошибками, снижающими максимальный балл считаются:

- неправильное направление бинтования;
- если бинт не перекрывает предшествующий ход;
- если повязка съезжает;
- если повязка сдавливает с излишней силой;
- если повязка не закреплена.

Баллы за каждую повязку суммируются. 23-25 баллов соответствует оценки «отлично», 18-20 оценке «хорошо», 14-16 оценке «удовлетворительно»

### **Правила наложения повязок**

- 1) нельзя касаться раны руками, так как на коже рук особенно много микробов;
- 2) перевязочный материал, которым закрывается рана, должен быть стерильным.
- 3) перед наложением повязки, если позволяет обстановка, нужно вымыть руки с мылом и протереть их спиртом. При возможности кожу в окружности раны обрабатывают спиртом и смазывают 5% раствором йода – тем самым уничтожаются микробы, находящиеся на коже.
- 4) сама повязка должна состоять из двух частей: стерильной салфетки или ватно-марлевой подушечки, которым непосредственно закрывают рану, и материала, которым их закрепляют. Наиболее подходящим для этого является пакет перевязочный. При наложении повязки пакет вскрывают, ватно-марлевую подушечку прикладывают к ране той поверхностью, которой не касались руками. Подушечку прибинтовывают, а концы бинта закрепляют булавкой или завязывают.
- 5) бинтование обычно производят слева направо, бинт берут в правую руку, свободный его конец захватывают большим и указательным пальцами левой руки и накладывают на подлежащую бинтованию часть тела;

бинтование начинают с более тонкой части тела; первый и второй ходы должны совпадать, каждый последующий — закрывать предыдущий на половину ширины бинта, как бы закрепляя его;

если при перевязке бинт делает слишком большой уклон и не покрывает предшествующего хода, нужно перевернуть его, чтобы изменить направление: бинт снова будет ложиться правильно;

когда бинтование закончено, конец бинта разрывают или разрезают на две полосы и завязывают узлом или закалывают булавкой (но не над раной);

правильно наложенная повязка не должна беспокоить больного, не должна распускаться, съезжать, сдавливать с излишней силой, перевязанное место, нарушая кровообращение и причиняя дополнительную боль.

## 2. Отработать навыков наложения повязок:

В зависимости от места ранения используются различные виды повязок: повязка в виде «уздечки» на теменную и затылочную области головы, повязка в виде чепца на волосистую часть головы, пращевидная повязка, круговая повязка, спиральная повязка, крестообразная или восьмиобразная повязка, пластырные повязки, косыночные повязки.

Отработка практических навыков наложения повязок проводится по принципу - «Делай, как я». Преподаватель показывает выполнение повязки, обучающие повторяют его действия.

## **ПЗ 8 Способы разрешения конфликтных ситуаций**

*Цель: ознакомиться со способами бесконфликтного общения и саморегуляции. - Уметь применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.*

### Теоретическая часть

Конфликт – это столкновение противоположных интересов, целей, позиций, мнений двух или более людей. Конфликт – это «ситуация, в которой стороны сообщают о несовместимости их потенциальных позиций, исключающих намерение другой стороны». В любой конфликтной ситуации выделяют участников конфликта и объект конфликта. Объектом конфликта становится то, на что претендует каждая из конфликтующих сторон, что вызывает их противодействие, предмет их спора, получение одним из участников полностью или частично лишая другую сторону возможности добиться своих целей. Среди участников конфликта различают: - оппонентов – это стороны, которые выступают в противостояние из-за притязаний на объект конфликта; - вовлеченные группы; - заинтересованные группы. Вовлеченные и заинтересованные группы участвуют в конфликте по двум причинам: либо они способны повлиять на исход конфликта, либо результат конфликта затрагивает их интересы. Непосредственными участниками конфликта (оппонентами) могут быть отдельные люди и группы. На этом основании можно выделить следующие типы конфликта:

– Межличностный конфликт – это, пожалуй, самый распространенный тип конфликта. Межличностный конфликт может также проявляться и как столкновение личностей с различными чертами характера, взглядами и ценностями. Конфликт между личностью и группой, который возникает, если ожидания группы находятся в противоречии с ожиданиями отдельной личности или если личность занимает позицию, отличающуюся от позиции группы.

– Межгрупповой конфликт возникает там, где организации состоят из множества групп, как формальных, так и неформальных. Даже в самых лучших организациях между такими группами могут возникать конфликты. Причины возникновения конфликтов:

1. «Позиционный дефицит». Невозможность одновременного исполнения одной роли или функции несколькими субъектами, что ставит их в отношении состязательности.
2. «Дефицит источников». Разные представления о ценностях, в результате чего несколько человек одновременно не могут удовлетворить свои притязания в полной мере.

3. Формирование агрессивных реакций человека.
4. Ограниченность в ресурсах; различия в уровне образования, манерах поведения, жизненном опыте.
5. Низкий уровень коммуникации.
6. Низкая культура поведения.

Очень важно определить причины конфликта, так как зная причины возникновения того или иного конфликта, легче предпринять конкретные шаги по его предотвращению. Основные приемы, необходимые для предотвращения конфликта:

1. Не отвечайте на агрессию агрессией;
2. Не оскорбляйте и не унижайте оппонента ни словом, ни жестом, ни взглядом;
3. Дайте возможность оппоненту высказаться;
4. Старайтесь выразить свое понимание в связи с возникающими у оппонента трудностями;
5. Не делайте скоропалительных выводов, не давайте поспешных советов;
6. Предложите оппоненту обсудить возникшие проблемы в спокойной обстановке.

Как правило, о негативных последствиях конфликтов говорят много: ухудшение состояния здоровья субъектов, снижение работоспособности, большие эмоциональные затраты и др. Однако конфликт может выполнять и позитивные функции: он служит разрядке напряженности, получению новой информации, стимулирует развитие и позитивные изменения, преодолевает застой жизнедеятельности, вскрывает противоречие, помогает прояснить отношения и т.д.

Способы разрешения межличностного конфликта:

Уклонение — нежелание участвовать в урегулировании конфликта и защищать собственные интересы, стремление выйти из конфликтной ситуации.

Приспособление — уступить давлению противника. Приспособление применимо к конфликтным ситуациям в отношениях между начальником и подчинённым.

Принуждение — это управление конфликтом путём давления, применение власти или силы, с целью заставить принять свою точку зрения.

Конфронтация - без учета интересов другой стороны. При этом нет возможностей для принуждения. Этот способ разрешения конфликта, ничего не разрешает.

Компромисс — это урегулирование конфликта путём взаимных уступок.

Сотрудничество - совместный поиск решения, отвечающего интересам всех сторон.

Советы собеседнику, когда вас кто-то критикует. Отвечай на замечания, а не на критический тон. Даже если люди говорят со злостью, постарайтесь отделить их эмоции от ценных замечаний. Цени критику. Обычно мы ценим только похвалу. Люди говорят о нас хорошие слова, и нам приятно. Люди критикуют нас, и мы несчастны. Если мы хотим совершенствоваться и расти, то должны поощрять конструктивную критику и научиться ценить замечания. Не принимай на свой счет. Это наиболее часто возникающая в связи с критикой проблема. Если я начну критиковать кулинарные способности моей мамы, она воспримет это как личное оскорбление. Но отождествлять себя с яблочным пирогом — неправильно. Кто-то может найти объективные недостатки в наших кулинарных способностях, но это не значит, что критика относится к нам самим. Следует понимать, что критикуя нас, люди критикуют не наше истинное «я», а лишь один из его аспектов. Игнорируй ложную критику. Иногда нас критикуют безосновательно. Это неприятно. Однако потенциально с такой критикой легче иметь дело, нежели, с обоснованной. Один из вариантов — оставаться равнодушным и полностью ее игнорировать. Оставаясь безмолвными и отстраненными, мы не подпитываем критику энергией и сохраняем достоинство. Не отвечай сразу. Лучше подождать немного. Ответив с чувством злости или оскорбленной гордости, мы через некоторое время будем об этом жалеть. Терпеливо подождав, мы сможем ответить более спокойно. Улыбнись. Улыбка, даже натянутая, помогает нам расслабиться. Она вызывает позитивный отклик, смягчает ситуацию и, без сомнений, помогает психологически. Улыбка побудит собеседника умерить свой пыл. Саморегуляция — это управление своим психоэмоциональным состоянием, которое достигается путем воздействия человека на самого себя с помощью силы слов (аффирмация), мысленных образов

(визуализация), управления мышечным тонусом и дыханием. Некоторые способы саморегуляции психического состояния, к которым относятся: длительный сон, еда, общение с природой и животными, массаж, движение, танцы, музыка, спортивная тренировка и многое другое. Но подобные средства нельзя использовать, например, на работе, непосредственно в тот момент, когда возникла напряженная ситуация или накопилось утомление. Своевременная саморегуляция предотвращает накопление остаточных явлений перенапряжения, способствует полноте восстановления сил, нормализует эмоциональный фон деятельности и помогает взять контроль над эмоциями, а также усиливает мобилизацию ресурсов организма. Естественные приемы саморегуляции: ха; Кроме естественных приемов регуляции организма существуют и другие способы психической саморегуляции (самовоздействия). Рассмотрим их более подробно. Способы саморегуляции, связанные с управлением дыханием Управление дыханием — это эффективное средство влияния на тонус мышц и эмоциональные центры мозга. Медленное и глубокое дыхание (с участием мышц живота) понижает возбудимость нервных центров, способствует мышечному расслаблению, то есть релаксации. Частое (грудное) дыхание, наоборот, обеспечивает высокий уровень активности организма, поддерживает нервно-психическую напряженность. Ниже представлен один из способов использования дыхания для саморегуляции.

Сидя или стоя постарайтесь по возможности расслабить мышцы тела и сосредоточьте внимание на дыхании.

1. На счет 1-2-3-4 делайте медленный глубокий вдох (при этом живот выпячивается вперед, а грудная клетка неподвижна).

2. На следующие четыре счета задержите дыхание.

3. Затем сделайте плавный выдох на счет 1-2-3-4-5-6.

4. Снова задержите дыхание перед следующим вдохом на счет 1-2-3-4. Способы саморегуляции, связанные с управлением тонусом мышц, движением. Под воздействием психических нагрузок возникают мышечные зажимы, напряжение. Умение их расслаблять позволяет снять нервно-психическую напряженность, быстро восстановить силы. Как правило, добиться полноценного расслабления сразу всех мышц не удастся, нужно сосредоточить внимание на наиболее напряженных частях тела. Сядьте удобно, если есть возможность, закройте глаза.

1. Дышите глубоко и медленно.

2. Пройдитесь внутренним взором по всему вашему телу, начиная от макушки до кончиков пальцев ног (либо в обратной последовательности) и найдите места наибольшего напряжения (часто это бывают рот, губы, челюсти, шея, затылок, плечи, живот).

3. Постарайтесь еще сильнее напрячь места зажимов (до дрожания мышц), делайте это на вдохе.

4. Прочувствуйте это напряжение.

5. Резко сбросьте напряжение — делайте это на выдохе.

6. Сделайте так несколько раз. В хорошо расслабленной мышце вы почувствуете появление тепла и приятной тяжести. Способы саморегуляции, связанные с воздействием словом Словесное воздействие задействует сознательный механизм самовнушения, идет непосредственное воздействие на психофизиологические функции организма. Формулировки самовнушений строятся в виде простых и кратких утверждений, с позитивной направленностью (без частицы «не»). Самоприказы. Один из таких способов саморегуляции основан на использовании самоприказов — коротких, отрывистых распоряжениях, сделанных самому себе. Говорите себе: «Разговаривать спокойно!», «Молчать, молчать!», «Не поддаваться на провокацию!» — это помогает сдерживать эмоции, вести себя достойно, соблюдать требования этики и правила общения.

Последовательность работы с самоприказами следующая:

1. Сформулируйте самоприказ.

2. Мысленно повторите его несколько раз.

3. Если это возможно, повторите самоприказ вслух.

Люди часто не получают положительной оценки своего поведения со стороны. Особенно трудно переносимым является ее дефицит в ситуациях повышенных нервнопсихических нагрузок, что является одной из причин увеличения нервозности, раздражения. Поэтому важно поощрять себя самим. В случае даже незначительных успехов целесообразно хвалить себя, мысленно говоря: «Молодец!», «Умница!», «Здорово получилось!».

#### Практическая часть

Подготовить ответы на следующие вопросы:

1. Вспомнить любой конфликт из кино, мультфильма, вашей жизни или из жизни окружающих вас людей и кратко опишите этот конфликт.
2. Кто в конфликте выступал в качестве оппонентов?
3. Какими приемами можно было предотвратить конфликт?
4. Какие способы разрешения учебного конфликта на ваш взгляд наиболее эффективны в техникуме?
5. Какой из способов саморегуляции наиболее подходит вам?
6. Может ли у конфликта быть положительная сторона, если нет – то почему, если да – то в чём она выражается?
7. Выполните любой из способов саморегуляции

### **ПЗ 9 Меры по противодействию идеологии терроризма**

1. Сущность и природа терроризма и экстремизма.
2. Экстремизм в идеологическом плане.
3. Явный и латентный элементы проявления насилия.
4. Различные подходы к определению терроризма.
5. Терроризм с уголовно-правовой точки зрения.
6. Причины и исторический аспект зарождения терроризма и экстремизма.
7. Основные тенденции современного терроризма.
8. Основные внутренние факторы, обусловившие возникновение и распространение терроризма в Российской Федерации.
9. Основные внешние факторы, обусловившие возникновение и распространение терроризма в Российской Федерации.
10. Классификация террористических и экстремистских действий
11. Международный терроризм как глобальная проблема.
12. Варианты классификации международного терроризма.
13. Объекты террористической деятельности.
14. Субъекты террористической деятельности.
15. Цели, методы и средства террористической деятельности.
16. Основные виды террористических актов.
17. Основные тенденции современного терроризма.
18. Краткий перечень террористических акций в различных регионах мира.
19. Международные террористические организации.
20. Декларация ООН, утвержденная на Генеральной Ассамблее о мерах по ликвидации международного терроризма.

### **Тестовые задания**

В какой стране впервые появилось понятие «терроризм»?

- 1) Великобритания.
  - 2) Франция.
  - 3) США.
  - 4) Ирак.
2. Что не является главной целью террористов?
- 1) психологическое воздействие.
  - 2) уничтожение противника.
  - 3) самореклама.
  - 4) способ достижения цели.
3. Какие причины терроризма не являются политическими?
- 1) столкновение интересов двух государств.
  - 2) разжигание национальной розни.
  - 3) недовольство деятельностью правительства.
  - 4) возрастание социальной дифференциации.
4. Террористическая группировка, захватившая в заложники Спортсменов Израиля на Олимпийских играх в Мюнхене
- 1) «Чёрный сентябрь».
  - 2) «Бхагат Сингх».
  - 3) «Молодой Египет».
  - 4) «Мусульманское братство».
5. Жертва выстрела агента охраны Богрова
- 1) Александр II.
  - 2) П. А. Столыпин.
  - 3) Александр I.
  - 4) Бисмарк.
6. В каком году в СССР произошёл взрыв в вагоне московского метро?
- 1) 1987.
  - 2) 1997.
  - 3) 1967.
  - 4) 1977.
7. Что такое «диверсия»?
- 1) убийство диктаторов.
  - 2) партизанская война в городе.
  - 3) операция по уничтожению коммуникаций и живой силы противника в тылу врага.
8. Главный способ финансирования террористической деятельности
- 1) криминальная деятельность
  - 2) банковские вложения
  - 3) частные пожертвования
  - 4) правительственные ассигнования.
9. Термин «терроризм» и «террор» стал широко употребляться со времён:
- 1) Английской буржуазной революции XVII в.
  - 2) Французской буржуазной революции 1789 г.
  - 3) Великой октябрьской социалистической революции в России в 1917 г.

4) Нидерландской революции XVI в.

10. Несмотря на отсутствие общепринятого определения понятия «терроризм», тем не менее, практически все его определения трактуют «терроризм» как способ решения:

- 1) политических проблем путем убеждения
- 2) экономических проблем путем реформирования
- 3) политических проблем методом насилия
- 4) экономических проблем методом насилия.

### **Тестовые задания**

1. Какой закон устанавливает основные принципы противодействия терроризму, правовые и организационные основы профилактики терроризма и борьбы с ним, минимизации и (или) ликвидации последствий проявлений терроризма, а также правовые и организационные основы применения Вооруженных Сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом?

- 1) ФЗ «О противодействии терроризму»
- 2) ФЗ «Антитеррористический закон РФ»
- 3) ФЗ «О безопасности»

2. Предупреждение как мера реагирования может быть вынесено только за экстремистскую деятельность самой организации

- 1) только за экстремистскую деятельность филиалов, региональных и иных структурных подразделений организации
- 2) за экстремистскую деятельность организации и подобную деятельность ее филиалов, региональных и иных структурных подразделений

3. Ответственность строится на принципах

- 1) законности, применения мер ответственности только за правонарушения, предусмотренные законом, неотвратимости, справедливости и целесообразности, равенства всех субъектов права
- 2) законности и равенстве всех субъектов права
- 3) законности, справедливости и целесообразности

4. Выберите неверный ответ. На территории (объектах), в пределах которой (на которых) введен правовой режим контртеррористической операции, в порядке, предусмотренном законодательством Российской Федерации, на период проведения контртеррористической операции допускается применение следующих мер и временных ограничений:

- 1) ограничение прав и свобод физических лиц, проживающих в пределах территории, на которой введен правовой режим контртеррористической операции
- 2) беспрепятственное проникновение лиц, проводящих контртеррористическую операцию, в жилые и иные принадлежащие физическим лицам помещения и на принадлежащие им земельные участки, на территории и в помещения организаций независимо от форм собственности для осуществления мероприятий по борьбе с терроризмом
- 3) удаление физических лиц с отдельных участков местности и объектов, а также отбуксировка транспортных средств
- 4) ведение контроля телефонных переговоров и иной информации, передаваемой по каналам телекоммуникационных систем, а также осуществление поиска на каналах электрической связи и в почтовых отправлениях в целях выявления информации об обстоятельствах совершения террористического акта, о лицах, его подготовивших и совершивших, и в целях предупреждения совершения других террористических актов

5. К понятию террористическая деятельность не относится:
- 1) подстрекательство к террористическому акту
  - 2) пропаганда идей терроризма, распространение материалов или информации, призывающих к осуществлению террористической деятельности либо обосновывающих или оправдывающих необходимость осуществления такой деятельности
  - 3) информационное или иное пособничество в планировании, подготовке или реализации террористического акта
  - 4) выявление, предупреждение, пресечение, раскрытие и расследование террористического акта (борьба с терроризмом)

6. В соответствии с законодательством РФ за осуществление террористической деятельности следует:

- 1) неотвратимость наказания
- 2) освободить от наказания
- 3) ограничения по военной службе
- 4) смертная казнь

7. Вред, причиненный при пресечении террористического акта правомерными действиями здоровью и имуществу лица, участвующего в террористическом акте, а также вред, вызванный смертью этого лица...

- 1) подлежит возмещению
- 2) нет однозначного ответа
- 3) возмещению не подлежит

8. Могут ли Вооруженные Силы Российской Федерации применяться для пресечения международной террористической деятельности за пределами территории Российской Федерации?

- 1) нет, не могут
- 2) да, могут
- 3) нет однозначного ответа

9. Выдвигаемые террористами политические требования в ходе ведения переговоров...

- 1) могут рассматриваться при условии согласования их с руководителем контртеррористической операции
- 2) не должны рассматриваться
- 3) должны рассматриваться

10. Что относится к одной из организационных основ противодействия терроризму Президента Российской Федерации:

- 1) организация разработки и осуществления мер по предупреждению терроризма и минимизацию и (или) ликвидацию последствий проявлений терроризма
- 2) организация реализации государственной политики в области противодействия терроризму на территории субъекта Российской Федерации
- 3) определение основных направлений государственной политики в области противодействия терроризму

## **Компетентностно-ориентированные практические задачи**

Задача № 1. В городе N в 4 супермаркетах обнаружены подозрительные устройства

(провода, таймер, пакеты с неизвестным химическим веществом). Три устройства были вовремя и успешно обезврежены, а четвертое при попытке обезвреживания взорвалось с выделением неизвестного газа с запахом чеснока.

Пострадало 66 человек. Какие первоочередные организационные мероприятия необходимо провести для уменьшения последствий террористического акта?

Задача № 2. На атомную станцию проникла группа террористов. Возникла угроза ядерного взрыва. Какое объявление необходимо сделать населению для уменьшения последствий террористического акта?

Задача № 3. После проведения террористического акта с применением химического оружия у некоторых пострадавших возникли потеря сознания, тошнота и рвота. В каком положении необходимо транспортировать этих пострадавших в лечебное учреждение?

Задача № 4 По данным разведки в городе N в ближайшее время возможно проведение серии террористических актов. Что необходимо предпринять населению для предотвращения или минимизации последствий террористических актов?

Задача № 5. В городе N террористы захватили школу со школьниками и учителями. Чего нельзя предпринимать заложникам в сложившейся ситуации?

Задача № 6. В учебном учреждении объявлена тревога о возможном террористическом акте на территории школы. Какие мероприятия обязан провести преподаватель?

## **ПЗ 10. Оповещение о чрезвычайной ситуации. Отработка моделей поведения при ЧС. Правила выживания в экстремальной ситуации**

### **Вопросы**

1. С какой целью организуется оповещение населения?
2. Какие сигналы оповещения ГО установлены?
3. Действия населения по сигналам оповещения ГО.

### **Порядок выполнения задания:**

**Задание 1.** Изучите краткие сведения из теории, используя (Приложение 1-3).

**Задание 2.** Запишите в отчет ответы на вопросы:

1. Что понимается под ЧС?
2. В чем отличие ЧС от аварии или катастрофы?
3. Какие чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера могут возникнуть в регионе вашего проживания?
4. Как организуется своевременное оповещение населения?
5. Что означает сигнал «Внимание всем!»?
6. Что необходимо предпринять, услышав сигнал «Внимание всем!»?
7. Какое значение имеет речевая информация о чрезвычайной ситуации?

**Задание 3.** Используя текст и рисунки 4-8 Приложения 4,5, разработайте варианты вашего поведения при возникновении чрезвычайной ситуации в районе проживания, в случае если вы находитесь дома, на улице, в колледже:

- *вариант 1*- ЧС с выбросом аварийно химически опасных веществ;
- *вариант 2*- ЧС с выбросом радиоактивных веществ.

### **Содержание отчета:**

1. ФИО студента.

2. Название практического занятия.
3. Цель занятия.
4. Ответы на вопросы (Задание 2).
5. Творческая работа (Задание 3).

**Контрольные вопросы к защите:**

1. С какой целью организуется оповещение населения?
2. Назовите сигналы оповещения и их предназначение.
3. Действия по сигналам оповещения ГО.
4. С какой целью применяются локальные системы оповещения?
5. Что граждане РФ должны знать и уметь согласно нормативных актов по защите населения в ЧС?

Приложение 1

Таблица 1

**Действия населения по сигналам оповещения**

п/п	Наименование сигналов оповещения	Действия населения по сигналам оповещения
	Воздушная тревога	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Объекты прекращают работы</li> <li>2. Транспорт останавливается</li> <li>3. Население укрывается в защитных сооружениях</li> <li>4. Строгое соблюдение правил поведения</li> </ol>
	Отбой воздушной тревоги	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Население с разрешения комендантов убежищ покидает их</li> <li>2. Рабочие и служащие возвращаются на свои рабочие места и приступают к работе</li> </ol>
	Радиационная опасность	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Надеть респиратор, противопылевую тканевую маску или ватномарлевую повязку, а в их отсутствии – противогаз</li> <li>2. Взять запас продуктов, индивидуальные средства медицинской защиты, документы, предметы первой необходимости</li> <li>3. Убыть в убежище или в противорадиационное укрытие</li> </ol>
	Химическая тревога	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Быстро надеть противогаз, и в случае необходимости средства защиты кожи</li> <li>2. Укрыться в защитном сооружении, а при отсутствии в жилых, производственных или подсобных помещениях</li> </ol>

Приложение 2

**Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

Каждому региону страны свойственны свои климато-географические и экономические особенности, поэтому каждая чрезвычайная ситуация зависит от многих условий (место, время, причины, ее вызвавшие, другие факторы).

### ЧС природного характера

- **Геологические** (землетрясение, извержение вулканов, оползни, сели, снежные лавины).
- **Метеорологические** (ураганы, смерчи, бури)
- **Гидрологические** (наводнения, заторы, цунами).
- **Природные пожары** (лесные, торфяные, степные).
- **Массовые заболевания** (эпидемии, эпизоотии, эпифитотии).

### ЧС техногенного характера это аварии:

- На радиационно опасных объектах
- На химически опасных объектах
- На пожаро- и взрывоопасных объектах
- На гидродинамических объектах
- На транспорте
- В коммунально-энергетических сетях

Рис.1 Чрезвычайные ситуации природного характера

Рис.2 Чрезвычайные ситуации техногенного характера

### Приложение 3

#### Возможные ЧС в России в XXI веке и их особенности

Характерные черты опасностей в начале XXI века:

- в зону риска природных катастроф вовлечены территории, насыщенные сложными инженерными сооружениями (АЭС, химические предприятия)
- увеличивающийся масштаб последствий чрезвычайных ситуаций
- появление чрезвычайных ситуаций специфического характера (на специальных объектах, в закрытых для большей части общества)
- появление новых нетрадиционных видов опасностей (в информационной сфере, новые виды заболеваний (СПИД), терроризм, астероидная опасность, потепление климата).

### Приложение 4

#### Общие правила поведения в условиях ЧС

В соответствии с законодательством РФ "...граждане РФ имеют право быть информированными о риске, которому они могут подвергнуться в определенных местах пребывания на территории страны, и о мерах необходимой безопасности".

Каждая чрезвычайная ситуация зависит от многих условий (место, время, причины, ее вызвавшие) и требует конкретных действий человека с учетом реально складывающейся обстановки. Однако есть целый ряд общих положений поведения человека для обеспечения личной безопасности при чрезвычайных ситуациях.

**Это нужно помнить!**

**1. Не паникуйте и не поддавайтесь панике. Призывайте окружающих к спокойствию.** Паника в любой ЧС вызывает неосознанные действия, приводящие к тяжелым последствиям, затрудняет действия спасателей, пожарных, медработников и других специалистов.

**2. По возможности немедленно звоните по телефону "01" (телефон спасателей и пожарных).** При своем сообщении сохраняйте спокойствие. Старайтесь говорить коротко и понятно. В сообщении необходимо сказать: что случилось; место, где это произошло (адрес, ориентиры); если вы оказались очевидцем, и вам ничего не угрожает, постарайтесь оставаться на месте до прибытия спасателей, пожарных, сотрудников милиции.

**3. Если вы оказались вблизи пострадавшего, окажите первую медицинскую помощь.** Своевременное оказание первой медицинской помощи позволит предотвратить или снизить тяжелые последствия.

**4. Включите радио, телевизор прослушайте информацию, передаваемую через уличные громкоговорящие устройства.** В речевом сообщении до вас доведут, что произошло и основные рекомендации и правила поведения.

**5. Выполняйте рекомендации специалистов (спасателей и пожарных, сотрудников милиции, медицинских работников).** Это поможет своевременно оказать помощь пострадавшим, снизить или предотвратить последствия воздействия опасных факторов.

**6. Не создавайте условий, препятствующих и затрудняющих действия.** Пропустите автотранспорт,двигающийся со специальными сигналами и специальной раскраской; не заходите за ограждение, обозначающее опасную зону.

*Порядок вызова пожарных и спасателей*

101 (01)- Пожарная охрана и спасатели

102 (02)- Милиция

103 (03)- Скорая помощь

104 (04)- Аварийная служба газовой сети

Для экстренного вызова специальных служб также работает номер 112.

На русском и английском языках.

Вызов с номера экстренного вызова 112 возможен:

- при отсутствии денежных средств на вашем счету,
- при заблокированной SIM-карте,
- при отсутствии SIM-карты телефона,

Звонок в экстренные службы является бесплатным.

Возникновение чрезвычайных ситуаций обусловлено наличием в районе вашего проживания предприятий химической промышленности, взрывопожароопасных объектов, газопроводов и других промышленных объектов, аварии на которых могут создать опасность для жизни. Эти объекты необходимо знать.

**Необходимо знать и соблюдать также ряд общих правил поведения в повседневной жизни, способствующих повышению безопасности в случае возникновения чрезвычайных ситуаций:**

➤ Каждый человек должен знать сигналы оповещения и порядок информирования населения при чрезвычайных ситуациях

- В каждом доме необходимо иметь адреса и телефоны организаций (противопожарная служба, МЧС России, милиция, «Скорая помощь», орган ГОЧС), в которые в случае чрезвычайной ситуации можно обратиться за помощью
- Важно самому уметь изготавливать простейшие средства индивидуальной защиты и изолировать жилище от внешней среды с помощью необходимых для этого материалов
- На случай эвакуации в каждом доме должен быть минимальный набор предметов первой необходимости (документы, одежда, обувь, продукты питания и др.).

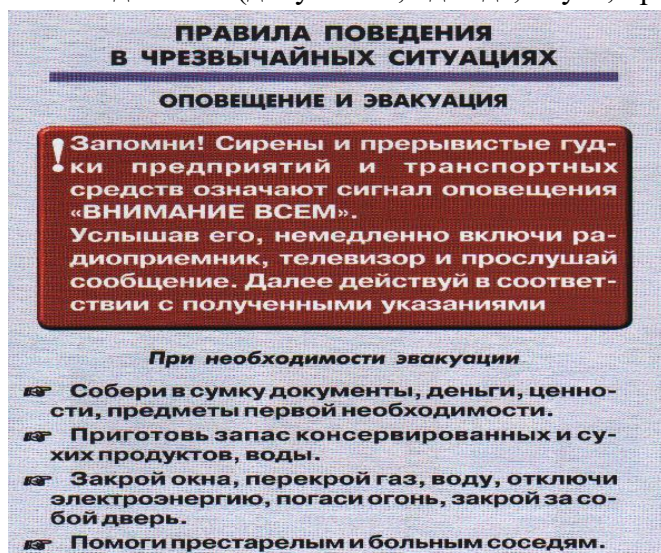


Рис.3 Правила поведения в условиях ЧС

## Приложение 5

### ЧС с выбросом аварийно опасных химических веществ

**Химическая авария** – это нарушение технологических процессов на производстве, повреждение трубопроводов, емкостей, хранилищ, транспортных средств, приводящее к выбросу аварийных химически опасных веществ (АХОВ) в атмосферу в количествах, представляющих опасность для жизни и здоровья людей, функционирования биосферы.

Крупными запасами АХОВ (хлора, аммиака, фосгена, синильной кислоты, сернистого ангидрида и других веществ), располагают химические, целлюлозно-бумажные и перерабатывающие комбинаты, заводы минеральных удобрений, черной и цветной металлургии, а также хладокомбинаты, пивзаводы, кондитерские фабрики, овощебазы и водопроводные станции.

Опасность химической аварии для людей и животных заключается:

- в нарушении нормальной жизнедеятельности организма
- возможности отдаленных генетических последствий
- в смертельном исходе при попадании АХОВ в организм через органы дыхания, кожу, слизистые оболочки, раны и вместе с пищей.

### Как действовать при химической аварии

При сигнале «Внимание всем!» включите радиоприемник и телевизор для получения достоверной информации об аварии и рекомендуемых действиях.

Закройте окна, отключите электробытовые приборы и газ. Наденьте резиновые сапоги, плащ, возьмите документы, необходимые теплые вещи, 3-х суточный запас непортящихся продуктов, оповестите соседей и быстро, но без паники выходите из зоны возможного заражения перпендикулярно направлению ветра, на расстояние не менее 1,5 км от предыдущего

места пребывания. Для защиты органов дыхания используйте противогаз, а при его отсутствии – ватно-марлевую повязку или подручные изделия из ткани, смоченные в воде, 2-5%-ном растворе пищевой соды (для защиты от хлора), 2%-ном растворе лимонной или уксусной кислоты (для защиты от аммиака).

При невозможности покинуть зону заражения плотно закройте двери, окна, вентиляционные отверстия и дымоходы. Имеющиеся в них щели заклейте бумагой или скотчем. Не укрывайтесь на первых этажах зданий, в подвалах и полуподвалах.

При авариях на железнодорожных и автомобильных магистралях, связанных с транспортировкой АХОВ, опасная зона устанавливается в радиусе 200 м от места аварии. Приближаться к этой зоне и входить в нее категорически запрещено.



Рис.4 Правила поведения в условиях ЧС с выбросом аварийно опасных химических веществ

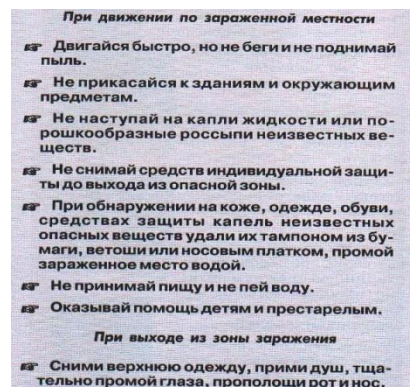


Рис.5 Правила поведения в условиях ЧС при движении по зараженной местности



Радационная авария – это выход радиоактивных продуктов или ионизирующего излучения за предусмотренные проектом пределы в следствие нарушения правил безопасной эксплуатации ядерно-энергетической установки, оборудования или устройства, приводящий к облучению населения и загрязнению окружающей среды.

Основные поражающие факторы:

- радиационное воздействие ионизирующих излучений
- радиоактивное загрязнение продуктами ядерной реакции (радиоактивный шлак, пыль, осколки ядерного продукта).

Аварии могут сопровождаться взрывами и пожарами.

Радиационное воздействие на человека заключается в нарушении жизненных функций различных органов (главным образом органов кроветворения, нервной системы, желудочно-кишечного тракта) и развитии лучевой болезни под влиянием ионизирующих излучений.

### Действия при объявлении о радиационной аварии:

- перед эвакуацией закройте окна, отключите электробытовые приборы и газ;
- приготовьте средства индивидуальной защиты, плащи, резиновые сапоги, перчатки;
- однодневный запас продуктов, нижнее белье, документы, деньги.
- отключите все электро- и газоприборы;
- на дверь прикрепите объявление «В квартире №\_\_ никого нет»;
- при посадке на транспорт, зарегистрируйтесь у представителя эвакуокомиссии;
- прибыв в безопасный район, примите душ и смените белье и обувь на незараженные;

пройдите дозиметрический контроль

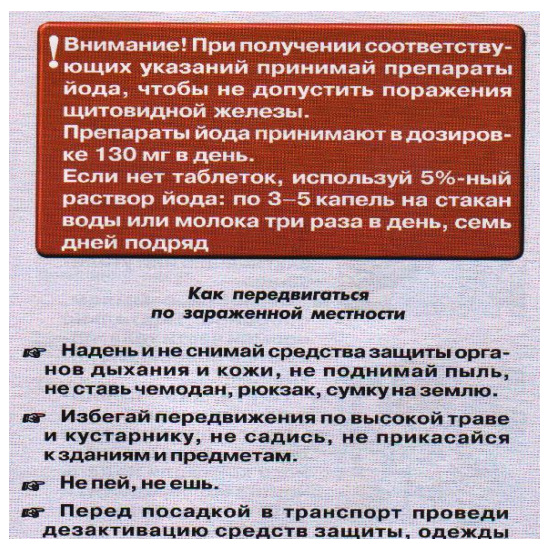


Рис.6 Правила поведения в условиях ЧС с выбросом радиоактивных веществ (продолжение); правила передвижения по зараженной местности



Рис.7 Правила поведения в условиях ЧС при выходе из зоны заражения

Оценка работы: «отлично» при полном анализе всех факторов и подробном описании правил поведения; «хорошо» при неполных ответах; «удовлетворительно» при отсутствии части ответов, но в целом правильном описании проблемы. «Неудовлетворительно» при ошибках более чем в половине ответов.

## **ПЗ 11. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.**

### **1. Цель занятия:**

- изучение типов, конструкций, предназначений и правил пользования средствами защиты населения в ЧС.

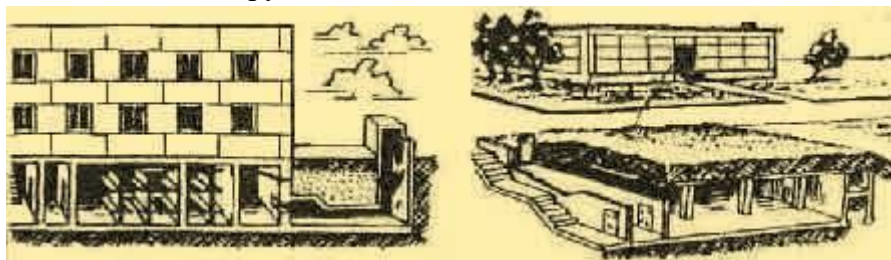
### **2. Вопросы допуска:**

1. Основные мероприятия по защите населения в ЧС.
2. Виды защитных средств населения в ЧС.
3. Средства коллективной защиты населения в ЧС: разновидности, предназначение, конструкция, правила пользования.
4. Средства индивидуальной защиты населения в ЧС: разновидности, предназначение, конструкции, правила пользования.

### **3. Краткие сведения из теории:**

#### **Средства коллективной защиты (СКЗ)**

Один из наиболее надежных способов защиты населения при авариях на химически опасных объектах и от радиоактивных веществ при неполадках на АЭС, во время стихийных бедствий: бурь, ураганов, смерчей, снежных заносов и, конечно, в случае применения оружия обычных видов и современных средств массового поражения - это укрытие в защитных сооружениях.



#### *1) Убежища*

Характеризуются они наличием прочных стен, перекрытий и дверей, наличием герметических конструкций и фильтровентиляционных устройств. Все это создает благоприятные условия для нахождения в них людей в течении нескольких суток. Не менее надежными делаются входы и выходы, а на случай их завала - аварийные выходы (лазы).

Убежище защитит человека от обломков обрушающихся зданий, от проникающей радиации и радиоактивной пыли, от попадания внутрь помещения аварийно химически опасных и отравляющих веществ, бактериальных средств, повышенных температур при пожарах, угарного газа и других опасных выделений в чрезвычайных ситуациях. Для этого убежища герметизируются и оснащаются фильтровентиляционным оборудованием. Длительное пребывание людей возможно благодаря надежному электропитанию (дизельная электростанция), санитарно-техническим устройствам (водопровод, канализация, отопление), радио- и телефонной связи, а также запасам воды, продовольствия и медикаментов. Система воздухообмена в свою очередь обеспечит людей не только необходимым количеством воздуха, но придаст ему нужную температуру, влажность и газовый состав.

#### *2) Противорадиационные укрытия (ПРУ)*

Используются они главным образом для защиты от радиоактивного заражения населения сельской местности и небольших городов. Часть из них строится заблаговременно в мирное время, другие возводятся (приспосабливаются) только в предвидении чрезвычайных ситуаций или возникновении угрозы вооруженного конфликта. Они должны обеспечить необходимость ослабление радиоактивных излучений, защитить при авариях на химически опасных объектах, сохранить жизнь людям при некоторых стихийных бедствиях бурях, ураганах, смерчах, тайфунах, снежных заносах.

### 3) *Простейшие укрытия*

Простейшие укрытия (щели, траншеи, окопы, блиндажи, землянки) прошли большой исторический путь, но мало чем изменились по существу. Они были довольно надежной защитой для солдат в первую мировую войну и еще более исключительно важную роль сыграли в Великой Отечественной войне. И сейчас в любых чрезвычайных ситуациях военного (конфликтного) характера они остались простой и хорошо зарекомендовавшей себя защитой.

Матушка Земля и сегодня охраняет жизни людей от пуль, снарядов, мин и прочих сюрпризов враждующих сторон вплоть до самых современных. Все эти сооружения максимально просты, возводятся с минимальными затратами времени и материалов.

## **Средства индивидуальной защиты(СИЗ)**

### 1) *Гражданские противогазы*

Для защиты населения наибольшее распространение получили фильтрующие противогазы ГП-5 (ГП-5М) и ГП-7 (ГП-7В). Гражданский противогаз предназначен для защиты человека от попадания в органы дыхания, на глаза и лицо радиоактивных, отравляющих, аварийно химически опасных веществ и бактериальных средств. Принцип защитного действия основан на предварительной очистке (фильтрации) вдыхаемого воздуха от вредных примесей.



### 2) *Респираторы*

Название «респиратор» произошло от латинского слова, означающего дыхание. Респираторы представляют собой облегченное средство защиты органов дыхания от вредных газов, паров, аэрозолей и пыли. Широкое распространение они получили в шахтах, на рудниках, на химически вредных и запыленных предприятиях, при работе с удобрениями и ядохимикатами в сельском хозяйстве. Ими пользуются на АЭС, при зачистке окалина на металлургических предприятиях, при покрасочных, погрузочно-разгрузочных и других работах



### 3) *Простейшие средства защиты органов дыхания*

Когда нет ни противогаза, ни респиратора, то есть средств защиты, изготовленных промышленностью, можно воспользоваться простейшими - ватно-марлевой повязкой и противопыльной тканевой маской (ПТМ). Они надежно защищают органы дыхания человека (а ПТМ кожу лица и глаза) от радиоактивной пыли, вредных аэрозолей, бактериальных средств, что предупредит инфекционные заболевания.

### 4) *Средства защиты кожи*

Предназначены для предохранения людей от воздействия аварийно химически опасных, отравляющих, радиоактивных веществ и бактериальных средств. Все они делятся на специальные и подручные. В свою очередь специальные подразделяются на изолирующие (воздухонепроницаемые) и фильтрующие (воздухопроницаемые). Спецодежда изолирующего типа изготавливается из таких материалов, которые не пропускают ни капли, ни пары ядовитых веществ, обеспечивают необходимую герметичность и, благодаря этому, защищают человека.

Фильтрующие средства изготавливают из хлопчатобумажной ткани, пропитанной специальными химическими веществами. Пропитка тонким слоем обволакивает нити ткани, а пространство между ними остается свободным. Вследствие этого воздухопроницаемость материала в основном сохраняется, а пары ядовитых и отравляющих веществ при прохождении через ткань задерживаются.

### 5) *Средства медицинской защиты*

Эффективность защиты населения и спасателей в чрезвычайных ситуациях (ЧС) достигается использованием различных организационных, инженерно-технических и специальных (в том числе медицинских) мероприятий с учетом особенностей воздействия поражающего фактора ЧС. При этом мероприятия медицинской защиты проводятся практически во всех ЧС.

**Медицинская защита** – комплекс мероприятий, проводимых (организуемых) службой медицины катастроф и медицинской службой гражданской обороны (МСГО) для предупреждения или максимального ослабления воздействия на население и спасателей поражающих факторов. Медицинская защита является составной частью медико-санитарного обеспечения.

Под **медицинскими средствами защиты** следует понимать лекарственные средства и медицинское имущество, предназначенные для выполнения мероприятий по защите населения и спасателей от воздействия неблагоприятных факторов ЧС.

**По своему назначению МСИЗ подразделяются на:**

- **Средства профилактики радиационных поражений при внешнем облучении.** Для ослабления реакции организма на воздействие ионизирующего излучения используют медикаментозные средства, которые принято называть радиозащитными препаратами, или радиопротекторами.

- **Средства предупреждения или ослабления первичной общей реакции организма на облучение** (тошнота, рвота, общая слабость).

- **Средства профилактики радиационных поражений при инкорпорации радионуклидов** (при поступлении РВ через рот или ингаляционно). Для ускорения выведения их из желудочно-кишечного тракта и предотвращения всасывания в кровь применяют адсорбенты.

- **Антидоты (противоядия)** – это медицинские средства противохимической защиты, способные обезвреживать яд в организме путем физического или химического взаимодействия с ним или обеспечивающие антагонизм с ядом при действии на ферменты и рецепторы.

- Важнейшим условием для получения максимального лечебного эффекта от антидотов является их наиболее раннее применение.

- **Противобактериальные средства** подразделяются на средства экстренной неспецифической и специфической профилактики. К средствам неспецифической профилактики относятся антибиотики и сульфаниламиды широкого спектра действия, а также интерфероны. К средствам специфической профилактики – антибиотики узкого спектра действия, сыворотки, вакцины, анатоксины, бактериофаги.

**Порядок выполнения задания:**

1. Изучить теоретический материал.
2. Выбрать из Приложения 1 по одному средству из СКЗ и СИЗ и кратко охарактеризовать по схеме:

- определение
- предназначение
- краткая характеристика
- правила пользования

**Содержание отчета:**

6. ФИО студента.
7. Название практического занятия.
8. Цель занятия.
9. Характеристика двух средств защиты (СКЗ и СИЗ), выбранных из

Приложения 1.

**Контрольные вопросы к защите:**

1. Основные мероприятия по защите населения в ЧС.
2. Виды защитных средств населения в ЧС.
3. Средства коллективной защиты населения в ЧС: разновидности, предназначение, конструкция, правила пользования.
4. Средства индивидуальной защиты населения в ЧС: разновидности, предназначение, конструкции, правила пользования.

## Приложение 1

### Средства коллективной и индивидуальной защиты населения в ЧС

#### **I. Коллективные средства защиты населения в ЧС (КСЗ):**

1. Убежища
2. Противорадиационные укрытия (ПРУ)
3. Укрытия простейшего типа (щели)

#### **II. Средства индивидуальной защиты (СИЗ) органов дыхания:**

##### **A. Простейшие средства защиты:**

1. Противогазы
2. Респираторы
3. Противопылевая тканевая маска (ПТМ)
4. Ватно-марлевая повязка (ВМП)

##### **B. СИЗ кожи:**

1. Фильтрующие (ЗФО- защитная фильтрующая одежда)
2. Изолирующие (ОЗК – общевойсковой защитный комплект)

##### **C. Средства медицинской защиты (СМЗ)**

1. Средства профилактики поражений при внешнем облучении (радиопротекторы)
2. Средства ослабления первичной реакции организма на облучение (противорвотное облучение)
3. Средства профилактики радиоактивных поражений при попадании РВ внутрь организма (препараты, способствующие выведению РВ из организма)
4. Средства профилактики поражений кожи при загрязнении её РВ (средства частичной санитарной обработки)
5. Санитарная обработка
6. Дезактивация
7. Дезинфекция
8. Антидоты (противоядия)
9. Противобактериальные средства

**Оценка результатов работы:** правильный ответ на каждый вопрос задания оценивается в 10 баллов, 38-40 баллов = «отлично»; ответ с недочетами, неполный, оценивается в 8 баллов; 32-37 баллов = «хорошо»; 28-31 балл = «удовлетворительно»; ниже 28 баллов – «неудовлетворительно».