

**Частное образовательное учреждение высшего образования
«Русско-Британский Институт Управления»
(ЧОУВО РБИУ)
Общеобразовательная школа «7 ключей»**

Ворошилова ул., д. 12, Челябинск, 454014. Тел. (351) 216-10-10, факс 216-10-30. E-mail: info@rbiu.ru, school7keys@rbiu.ru

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по УВР

 О.С. Васильева

«28» августа 2017 г.



**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
К УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПРЕДМЕТНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЭКОЛОГИЯ И ОСНОВЫ
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
10-11 КЛАССЫ

Разработал: Кобзев Сергей Сергеевич, учитель физической культуры и ОБЖ

Принято
на заседании Педагогического совета
Общеобразовательной школы «7 ключей»
Протокол № 1 от 28.08.2017

Рассмотрено
на заседании Методического объединения
учителей естественно-математических дисциплин
Протокол № 1 от 25.08.2017

Челябинск, 2017 г.

I. Пояснительная записка к методическим материалам

Основы безопасности жизнедеятельности (далее ОБЖ) в общем образовании - это единая, непрерывная система целенаправленной педагогической работы, обеспечивающая надлежащий уровень подготовленности человека в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, сохранения и укрепления своего здоровья. Главной задачей подготовки обучающихся по основам безопасности жизнедеятельности является подготовка человека к успешным действиям по обеспечению безопасности личности, общества, государства

Специфика содержания ОБЖ заключается в интегрированности курса (его проблематика охватывает многие сферы человеческой деятельности и является результатом взаимодействия разнообразных систем, направленных на сохранение жизни человека и окружающей среды); в направленности образовательного процесса на формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства; в необходимости перегруппировки содержания курса при планировании в регионах учетом их особенностей в области безопасности жизнедеятельности.

II. Перечень методических материалов по предмету

1. Методические материалы по составлению конспекта по заданной теме
2. Методические материалы по проведению учебной эвакуации
3. Методические материалы по выполнению заданий на оказание первой помощи
4. Методические материалы по проведению беседы и диспута
5. Методические материалы по проведению занятий по отработке использования средств индивидуальной защиты
6. Методические материалы по проведению занятий по отработке строевой подготовки
7. Методические материалы по проведению занятий по отработке огневой подготовки

III. Методические материалы

Методические материалы по составлению конспекта по заданной теме

Конспект (в переводе с латинского означает «обзор», «изложение») — краткое последовательное изложение содержания книги, статьи, произведения, параграфа учебника. Конспект отражает не только основные положения текста, но и связь между ними, а также краткое обоснование или конкретизацию основных положений. Конспект — синтезирующая форма записи, она может включать в себя и план, и выписки, и тезисы.

Виды конспектов:

- план-конспект;
- текстуальный (цитатный);
- свободный;
- тематический;
- схематический.

Как составить конспект:

Определите цель составления конспекта.

1. Читая изучаемый материал в первый раз, подразделяйте его на основные смысловые части, выделяйте главные мысли, выводы.
2. Наиболее существенные положения изучаемого материала (тезисы) последовательно и кратко излагайте СВОИМИ СЛОВАМИ или приводите в виде цитат.

3. В конспект включаются не только основные положения, но и обосновывающие их выводы, конкретные факты и примеры (без подробного описания).
4. Составляя конспект, можно отдельные слова и предложения писать сокращенно, выписывать только ключевые слова, вместо цитирования делать лишь ссылки на страницы конспектируемой работы, применять условные обозначения.
5. Чтобы форма конспекта как можно нагляднее отражала его содержание, располагайте абзацы «ступеньками», применяйте различные способы подчеркивания, используйте ручки разного цвета.

Как составить тематический конспект:

Тематический конспект — это конспект ответа на поставленный вопрос или конспект учебного материала по определенной теме.

Изучи несколько источников и сделай из них выбор материала по определенной теме.

Мысленно оформи прочитанный материал в виде плана.

Пользуясь этим планом, кратко, своими словами изложите отобранный из разных источников и осмысленный тобой материал по данной теме.

Пример задания на составление конспекта:

Тема: Подготовка к автономному существованию в природной среде

Цели: Закрепить знания и навыки, полученные учащимися на теоретических занятиях. Отработать способы добывания огня, очистки и обеззараживания воды, способы ориентирования на местности

Задачи:

1. Изучить способы сооружения укрытий, добывания огня, очистки и обеззараживания воды.
2. Изучить способы ориентирования на местности

Продолжительность – 1 час

Оборудование:

Учебник ОБЖ, компас, справочный материал, тетрадь для практических занятий

Ход выполнения задания:

1. Изучить материал учебника ОБЖ, справочный материал и ответить на контрольные вопросы письменно.
2. Составить конспект по изложенному материалу.

Приложение №1 «Справочный материал»

Современный человек живет в условиях цивилизации, то есть в многолюдных населенных пунктах, оснащенных множеством технических устройств, имеющих запасы средств существования. Поэтому, оказываясь один на один с дикой или полудикой природой в результате всякого рода бедствий, он попадает в ситуацию, угрожающую его физическому существованию. Устройство убежищ для укрытия от непогоды, добывание воды и огня является наукой выживания.

Очистка и обеззараживание воды

Воду из реки, канала, какого-то водоема необходимо обеззараживать. Самый надежный способ – кипячение (8-10 мин). Если жидкость взята из подозрительного или сильно загрязненного источника (что допускается лишь в крайних случаях), кипятить она должна полчаса. Проздезинфицировать воду можно алюминиевыми квасцами (щепотка на ведро), кристалликами марганцовки (до очень слабой розовой окраски воды и дать ей постоять час), таблетками пантоцида – 1-2 таблетки растворить в 1 л воды и выдержать в течение 30 мин. Если вода сильно загрязнена, дозу пантоцида надо удвоить. При этом муть оседает на дно, вода светлеет. Для дезинфекции пригоден и 5%-ный раствор йодистой настойки: 2-3 капли на 1 л воды, хорошо перемешать и дать отстояться в течение часа.

В средней полосе для стерилизации воды можно взять молодые ветки ели, сосны, пихты, кедра или можжевельника обыкновенного из расчета 100-200 грамм на ведро воды и кипятить их 30-40 мин. Затем туда же бросить несколько кусков коры ольхи, дуба, ивы или березы, еще прокипятить 10-15 мин, дать остыть. После того как ветки и кора будут вынуты из посуды, на дне окажется бурый, плохо растворимый осадок. Его сливают, воду с ним употреблять нельзя.

Для аналогичных целей пригодна трава ковыля, перекатиполя, тысячелистника или фиалки полевой из расчета 200-300 грамм на ведро с кипячением 20-30 мин.

Для очистки мутной воды надо:

- пропустить воду через емкость, заполненную песком, древесным углем и мелким гравием.
- затем прокипятить воду в течение 10 минут. Дайте воде отстояться 45 мин, после чего ее можно пить.

Добывание огня

- спички
- трут
- солнце и стекло
- стальная проволока
- кремни и сталь
- патроны

Сооружение укрытий

Укрытие должно быть небольшим, обеспечивать водонепроницаемость и не продуваемость ветром. Необходимо также обеспечить в укрытии соответствующую вентиляцию, чтобы не задохнуться от скопления углекислого или угарного газа. О наличии угарного газа в укрытии говорит синеватый цвет пламени на углях костра, о скоплении углекислого газа – желтоватый цвет пламени.

Простейшие укрытия (шалаша, навесы, чумы), устанавливаются палатки, используются пещеры.

Литература:

А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Методические материалы по проведению учебной эвакуации

Практические отработки планов эвакуации – важная составная часть подготовки учеников. Во время тренировок у учеников вырабатываются навыки быстро находить правильные решения в условиях пожара, коллективно проводить эвакуацию, правильно применять средства пожаротушения.

Эффективность противопожарных тренировок зависит от правильности их подготовки и организации проведения, от качества аналитической проработки действий учеников во время тренировки и правильности принятых решений по результатам критического разбора (обсуждения) тренировок после их завершения. Тренировки в значительной степени зависят также от результатов, достигнутых при инструктажах, проводимых в рамках общей программы противопожарной подготовки учеников школы. Их обучение оказывается более успешным, если инструктажи проводились перед началом тренировок, в связи с этим все её участники должны собираться в аудитории, где руководитель тренировки, используя план эвакуации, объясняет задачу каждого участника.

При подготовке посредников руководитель тренировки должен:

- ознакомить их с тактическим замыслом тренировки и возможными вариантами его решения;

- организовать с ними изучение объекта, где будет проводиться тренировка, распределить их по участкам работы;
- ознакомить с обязанностями в качестве посредников;
- дать указания о порядке применения средств имитации на условном пожаре;
- обратить внимание на необходимость соблюдения техники безопасности во время тренировки.

Помощник (посредник) обязан:

- ознакомиться с тактическим замыслом и ожидаемым решением по создаваемой обстановке;
- в соответствии с порядком, предусмотренным руководителем тренировки, имитировать обстановку условного пожара, вовремя и в положенном месте объявить вводные для персонала и учеников;
- в необходимых случаях немедленно принимать меры по предупреждению ошибочных действий любого участника тренировки, которые могут привести к несчастному случаю, аварии, повреждению оборудования или нарушению технологического процесса;
- вести необходимые записи о действиях персонала на тренировке и о выполнении вводных;
- при наличии имитирующих средств обстановки условного пожара помощники могут не ставить вводные, а запрашивать у тренирующихся с какой обстановкой они встретились и какое решение приняли;
- Любой участник тренировки может уточнять у помощника данные об обстановке на участке условного пожара.

При подготовке учеников руководитель тренировки должен:

- довести информацию об объёмно – планировочных решениях объекта, состоянии систем противопожарной защиты, в том числе оповещения и управления эвакуацией людей при пожаре;
- довести замысел тренировки;
- довести порядок действий при возникновении пожара, а также стадии развития пожара, порядок действий по самостоятельному тушению пожара, оказанию первой помощи пострадавшим и др.

Все категории участников при проведении противопожарных тренировок должны иметь следующие отличительные знаки:

- руководитель тушения пожара - красную отличительную повязку;
- помощники (посредники) - желтую отличительную повязку;
- тренирующийся учащиеся – без повязок.

Обстановку условного пожара при проведении противопожарных тренировок имитируют следующими средствами:

- очаг - красными флажками (работать без изолирующих противогазов запрещается!);
- зона задымления - синими флажками;
- зона токсичных газов, радиоактивности, выделения вредных паров - желтыми флажками.

Имитация пожара на тренировках должна быть наглядной, чтобы посредники имели возможность изменять ее на определенном участке в соответствии с тактическим замыслом руководителя тренировки.

В качестве средств имитации пожара допускается использовать дымовые шашки не опасные для здоровья эвакуируемых, фонари и другие средства, способствующие созданию необходимой обстановки.

Применять для имитации средства, которые могут вызвать пожар или нанести ущерб помещениям и оборудованию, запрещается.

При подготовке к тренировке принимаются меры по устранению нарушений содержания путей эвакуации и эвакуационных выходов, которые могут препятствовать быстрой и безопасной эвакуации людей, проверяется исправность и работоспособность системы оповещения и управления эвакуацией при пожаре (далее - СОУЭ).

Порядок проведения тренировки

Началом практической отработки является подача звукового и (или) световых сигналов о возникновении пожара от системы оповещения о пожаре во все помещения здания с постоянным или временным пребыванием людей. Звуковой сигнал оповещения должен отличаться по тональности от звуковых сигналов другого назначения.

С получением сигнала о возникновении пожара все участники тренировки проводят мероприятия в соответствии с инструкцией по действиям в случае возникновения пожара, открывают все (запасные) эвакуационные выходы и в установленной последовательности производят эвакуацию. Эвакуация производится через ближайший и (или) наиболее защищенный от опасных факторов пожара эвакуационный выход, передвижение всех при этом должно быть быстрым, но не бегом, без лишней суеты и торопливости.

Эвакуация не должна мешать действиям пожарных по тушению пожара.

Эвакуируемые выводятся из здания, в теплое время года на улицу, в безопасное место. В зимнее время года - эвакуируются в ближайшее, заранее определенное здание вне зоны воздействия опасных факторов пожара.

В ходе практической тренировки руководитель тушения пожара контролирует правильность проведения эвакуации, а также время, в течение которого проведена полная эвакуация людей из здания.

После эвакуации из здания проводится списочное уточнение всех эвакуированных, осуществляется доклад руководителю тушению пожара.

Посредники проводят обход помещений здания на предмет установления людей, его не покинувших.

Обслуживающий персонал, не занятый в проведении эвакуации, начинает тушение пожара имеющимися на объекте первичными средствами пожаротушения и проводит работы по эвакуации имущества и других материальных ценностей из здания.

Анализ (разбор) результатов тренировки и подведение ее итогов

Разбор тренировки производится для оценки правильности действий при эвакуации людей и ликвидации пожара, предусмотренных темой тренировки, а также для выработки мероприятий, способствующих снижению пожарной опасности объекта и повышающих уровень безопасности обслуживающего персонала.

Разбору подлежат объектовые, тренировки структурных подразделений, совместные и индивидуальные тренировки. Разбор должен производиться руководителем тренировки с привлечением посредников сразу же после окончания тренировки. На разборе тренировки должен присутствовать весь персонал, принимавший в ней участие.

Разбор тренировки должен проводиться в следующей последовательности:

- руководитель сообщает цели, задачи и программу проведенной тренировки;
- представитель объекта (при совместной тренировке) сообщает о действиях обслуживающего персонала объекта до и после прибытия подразделений ФПС ГПС;
- руководитель тушения пожара докладывает о сложившейся обстановке и принятых им решениях по ликвидации пожара, а также по предотвращению развития аварии, отмечает правильные действия персонала и недостатки на тренировке;
- действия РТП уточняет посредник (если таковой предусматривался программой), который дает свою оценку его действиям;
- посредники других участков тренировки (если такие по программе предусматривались) докладывают о действиях персонала и дают свою оценку с анализом ошибок участников тренировки.

При разборе тренировки в отношении каждого участника должно быть учтено: знание плана эвакуации; понимание поставленных задач и сущности происшедшего

процесса; правильность действий при эвакуации и ликвидации условного пожара; характер допущенных ошибок и причины их совершения; знание должностных инструкций, мест расположения средств управления противопожарного оборудования и аппаратуры, защитных; первичных и стационарных средств пожаротушения, их местонахождения и порядка их применения; умение оказывать первую помощь пострадавшим при несчастных случаях и пожарах.

В заключение разбора руководитель тренировки подводит итоги и дает общую и индивидуальную оценку всем ее участникам (хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно).

Если при проведении тренировки поставленные цели не были достигнуты, руководители подразделений не обеспечили решения поставленных задач, то проводятся повторные тренировки этих подразделений на данном или другом объекте.

Результаты тренировок фиксируются в журнале учёта тренировок.

Методические материалы по выполнению заданий на оказание первой помощи

При выполнении заданий на оказание первой помощи необходимо следовать ряду правил:

1. Не надо терять время и силы на конспектирование. Весь необходимый теоретический материал изложен в инструкции по оказанию первой помощи, которую следует изучить до начала занятий. На практическом занятии отрабатываются только практические навыки;

2. Задания следует выполнять в группе по 9-12 человек, разбитой на 3-4 команды. С первых минут занятия следует отрабатывать согласованность действий команды в условиях конкретного несчастного случая, изложенного в ситуационной задаче с учетом скорости и качества ее исполнения;

3. В процессе обучения следует контролировать время и качество работы каждого члена команды. Будьте собраны и внимательны, это способствует улучшению результатов выполнения задания и доводит отработку практических навыков до автоматизма;

4. По итогу занятия проводится аттестация на знание и практическое применение правил оказания первой помощи.

Пример задания по оказанию первой помощи:

Тема: Первая помощь при неотложных состояниях

Цель: Реализация умения оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин

Задачи:

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

Продолжительность – 1 час

Оборудование:

Ситуационные задачи (приложение №1), справочный материал (приложение №2), учебник БЖД, закрутки, бинты, шины, тетрадь для практических работ

Ход выполнения задания:

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

Контрольные вопросы:

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

Приложение №1 «Ситуационные задачи»

Задача № 1

На твоих глазах грузовой машиной сбит пешеход. Он без сознания, лежит на спине. Его лицо в крови, правая нога неестественно подвернута, а во круг нее растекается лужа крови. Дыхание шумное, с характерным свистом на вздохе.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. наложить импровизированную шину на правую ногу.
2. вытереть лицо от крови и подложить под голову подушку
3. повернуть пострадавшего на живот
4. отчистить ротовую полость от слизи и крови
5. убедиться в наличии пульса на сонной артерии
6. наложить стерильную повязку на кровоточащую рану
7. оттащить пострадавшего с проезжей части на безопасное место
8. вызвать скорую помощь
9. оставить пострадавшего на месте и ждать прибытия скорой помощи
10. наложить кровоостанавливающие жгуты

Задача № 2

Во время ремонта телевизора произошел сильный разряд электрического тока. Мастер потерял сознание и упал возле стола. Его рука продолжает крепко сжимать пучок проводов с деталями. Лицо искажено судорогой.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. вызвать скорую помощь
2. позвать кого-нибудь на помощь
3. как можно скорее нанести про кардинальный удар и приступить к непрямому массажу сердца
4. перебить провода ножом или топором одним ударом
5. перерезать каждый провод по отдельности на разных уровнях
6. подложить под голову подушку
7. убедиться в наличии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на живот
8. убедиться в наличии пульса на сонной артерии, ударить пострадавшего по груди и приступить к непрямому массажу сердца
9. убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и после про кардинального удара начать сердечно-легочную реанимацию
10. убедить в отсутствии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на бок

Задача № 3

Во время ремонта телевизора произошел сильный разряд электрического тока. Мастер потерял сознание и упал возле стола. Его рука продолжает крепко сжимать пучок проводов с деталями. Лицо искажено судорогой.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. вызвать скорую помощь
2. позвать кого-нибудь на помощь

3. как можно скорее нанести про кардинальный удар и приступить к непрямому массажу сердца
4. перебить провода ножом или топором одним ударом
5. перерезать каждый провод по отдельности на разных уровнях
6. подложить под голову подушку
7. убедиться в наличии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на живот
8. убедиться в наличии пульса на сонной артерии, ударить пострадавшего по груди и приступить к непрямому массажу сердца
9. убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и после про кардинального удара начать сердечно-легочную реанимацию
10. убедить в отсутствии пульса на сонной артерии и повернуть пострадавшего на бок

Задача № 4

В походе туристу деревом придавило ноги. Он в таком состоянии находится уже более 2-ух часов, но в сознании.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1. поднять дерево и освободить ноги
2. не поднимать дерево и не тревожить пострадавшего до прибытия спасательных служб, даже если на их ожидание потребуются сутки
3. снять обувь и обложить ноги и обложить ноги ниже препятствия бутылками или фляжками с горячей водой (воду согреть на костре)
4. обложить ноги бутылками и фляжками, заполненными ледяной родниковой водой
5. туго забинтовать ноги до места повреждения
6. предложить обильное теплое питье (например, чай из термоса)
7. исключить прием, какой-либо жидкости
8. дать 2-3 таблетки анальгина
9. наложить защитные жгуты на бедра выше места сдавливания
10. постоянно растирать и массировать ноги до освобождения пострадавшего
11. наложить импровизированные шины от подмышек до пяток
12. наложить импровизированные шины от паховой складки до пяток
13. туго забинтовать до паховых складок
14. переносить или перевозить пострадавшего только на носилках, даже при удовлетворительном самочувствии

Приложение №2 «Доврачебная помощь»

Доврачебная помощь — комплекс простейших срочных мероприятий для спасения жизни человека и предупреждения осложнений при несчастном случае или внезапном заболевании, проводимых на месте происшествия самим пострадавшим (самопомощь) или другим лицом, находящимся поблизости (взаимопомощь). Доврачебная помощь оказывается пострадавшему до прибытия профессиональной медицинской помощи и призвана:

спасти человеку жизнь;

не допустить ухудшения его состояния;

создать условия для его дальнейшего лечения и выздоровления.

Доврачебная помощь пострадавшим должна оказываться немедленно и профессионально.

От этого зависят жизнь и последствия травм, ожогов, отравлений.

Доврачебная помощь пострадавшему не должна заменять помощи со стороны медицинского персонала и оказывается лишь до прибытия врача. Она должна ограничиваться строго определенными видами помощи (временная остановка кровотечения, перевязка раны, неподвижная повязка при переломах, искусственное дыхание и т. д.).

Прежде, чем оказывать доврачебную помощь пострадавшему, необходимо оценить ситуацию и определить:

что произошло;

что явилось причиной происшедшего;

количество пострадавших;
сохраняется ли опасность для вас и пострадавшего (пострадавших);
можно ли кого-нибудь привлечь для оказания помощи;
следует ли вызывать скорую помощь и как это сделать.

Оценивая ситуацию, особое внимание следует уделить вопросу, сохраняется ли опасность для вас и пострадавшего и насколько эта опасность велика. Важно выяснить, есть ли доступ к пострадавшему (пострадавшим) и что нужно сделать, если этот доступ затруднен. При оценке ситуации необходимо сохранять хладнокровие и здравый смысл, чтобы принятое решение не оказалось ошибкой. Во многих ситуациях быстрая и точная оценка может оказаться жизненно важной для пострадавшего.

Если в ходе оценки ситуации установлено, что имеется опасность для вас и для пострадавшего, необходимо

Литература:

А.Т. Смирнова. Материалами для проведения контрольной работы служит учебник: Смирнов, А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс : учеб. для общеобразоват. организаций : базовый уровень / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников ; под ред. А. Т. Смирнова. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2016. – 351, [8] л. ил.

Методические материалы по проведению беседы и диспута

Беседа – это метод обучения, представляющий собой диалог руководителя занятий и слушателей. В результате беседы обучающиеся должны сделать выводы, обобщения. Беседа применяется при наличии у слушателей определенных знаний, полученных из других источников: книг, газет, телепередач. Беседы бывают вводные, которые проводятся в начале обучения, и обобщающие, которые направлены на составление правил, алгоритмов поведения в условиях ЧС, и т.д .

Диспут – упорядоченный, целенаправленный обмен мнениями по конкретной проблеме. Цель его – принятие единого мнения, объясняющего данное явление. Тема определяется заранее, называются несколько спорных положений, уточняются учебные задачи. Необходимо выполнять несколько правил:

- выступающий критикует идеи, а не людей;
- каждый выслушивает мнение другого участника, даже если он с ним не согласен;
- цель состоит не в том, чтобы победить в споре, а в том, чтобы прийти к оптимальному решению проблемы.

Можно предложить следующие темы: «Экологическая безопасность моего района», «Терроризм – проблема современности» и т.д.

Методические материалы по проведению занятий по отработке использования средств индивидуальной защиты

Ученики подбирают противогазы согласно размерам. Ученики выполняют тренировку в надевании противогаза и респиратора, в соответствии с нормативами. Норматив № 1: «Надевание противогаза или респиратора». Оценка по времени: индивидуальные результаты (класс или группа учеников): «Отлично»: 7/11 сек (8/12 сек), «Хорошо» 8/12 сек (9/13 сек), «Удовлетворительно» 10/14 сек (11/15 сек). Ошибки, снижающие оценку на один балл:

- При надевании противогаза, обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох.
- Шлем-маска надета с перекосом.
- Концы носового зажима респиратора не прижаты к носу.

Ошибки, определяющие оценку «неудовлетворительно»: допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем-маску; обучаемые в составе подразделения находятся на позиции, в боевой или в специальной технике, ведут боевые действия, отдыхают на привале и т.п.

Противогазы и респираторы в походном положении. Неожиданно подаётся команда: «Газы» или «Респиратор надеть». Обучаемые надевают противогазы или респираторы и продолжают выполнение задачи. Время отсчитывается от момента подачи команды до возобновления дыхания после надевания противогаза (респиратора).

Последовательность выполнения норматива:

По команде «Газы»:

- задержать дыхание, закрыть глаза, взять оружие «на ремень» (положить на землю, зажать между ног или поставить у опоры);
- снять головной убор при опущенном подбородочном ремне, откинуть головной убор назад;
- вынуть шлем-маску, взять её обеими руками за утолщённые края у нижней части шлем-маски так, чтобы большие пальцы были снаружи, а остальные внутри её;
- положить нижнюю часть шлем-маски под подбородок и резким движением рук вверх и назад натянуть шлем-маску на голову так, чтобы не было складок, а очки пришлись против глаз;
- устранить перекося и складки, если они образовались при надевании шлем-маски, сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание.

По команде «Респиратор надеть»:

- взять оружие «на ремень» (положить на землю, зажать между ног или поставить у опоры);
- снять головной убор при опущенном подбородочном ремне, откинуть головной убор назад;
- достать из противогазовой сумки респиратор, вынуть его из пакета;
- надеть полумаску на лицо так, чтобы подбородок и нос разместились внутри неё, одна не растягивающаяся тесьма оголовья располагалась на теменной части головы, другая на затылочной;
- прижать концы носового зажима к носу.

Методические материалы по проведению занятий по отработке строевой подготовки

Целью строевой подготовки, является выработка навыков в выполнении строевой стойки и поворотов на месте. Дать практику в подаче команд. Выработка строевой выправки учеников. Строевая подготовка является одним из важнейших предметов военного обучения и воспитания. Она дисциплинирует учеников, вырабатывает у них отличную строевую выправку, умение быстро и четко выполнять строевые приемы, прививает аккуратность, ловкость и выносливость. Строевая подготовка — дело сугубо практическое. Каждый прием или действие нужно отрабатывать многократным повторением, придерживаясь такой последовательности:

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

Строевая стойка принимается по команде «СТАНОВИСЬ» или «СМИРНО». По этой команде стоять прямо, без напряжения, каблуки поставить вместе, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и по середине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному

действию. Строевая стойка на месте принимается и без команды: при отдании и получении приказа, при докладе, во время исполнения Государственного гимна Российской Федерации, при выполнении воинского приветствия, а также при подаче команд.

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

Разучивание строевой стойки:

1. Выполнение этого подготовительного упражнения осуществляется по команде «Носки свести, делай – РАЗ, носки развести, делай – ДВА, носки свести, делай – РАЗ» и т.д. После одиночной тренировки применить попарную тренировку, для чего произвести расчет отделения на первый и второй и подать команду: «Первые номера налево, а вторые напра – ВО», затем: «Первые номера проверяют, вторые выполняют – к попарной тренировке – ПРИСТУПИТЬ». Приподнимание груди с подачей корпуса несколько вперед, подбирание живота, развертывание плеч и опускание рук посередине бедра:
2. Начиная это упражнение, необходимо сделать глубокий вдох и в таком положении задержать грудную клетку, сделать выдох и продолжить дыхание с приподнятой грудью. Приподнять грудь, корпус тела следует немного подать вперед и подобрать живот, а плечи развернуть. Руки при этом опускаются так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедер. Разучивание этого подготовительного упражнения производить по команде: «Грудь приподнять, живот подобрать, плечи развернуть, корпус тела подать живот, делай – РАЗ, принять первоначальное положение, делай – ДВА».

Слитная тренировка всех элементов строевой стойки.

3. Подать команду: «СТАНОВИСЬ», «СМИРНО». Проверить правильность выполнения строевой стойки для чего необходимо приказать ученикам подняться на носки. Если строевая стойка принята правильно, то все обучаемые легко, без наклона вперед выполняют команду. Или подать команду: «Поднять носки, делай – РАЗ». Те, кто принял правильную строевую стойку, носки поднять не смогут.
4. Руки согнуты в локтях, кисти рук находятся не на середине бедра и не обращены ладонями внутрь, пальцы не полусогнуты и не касаются бедра. Грудь не приподнята, живот не подобран, плечи не развернуты, корпус не подан вперед. Голова опущена, выставлен подбородок.

Разучивание поворотов на месте:

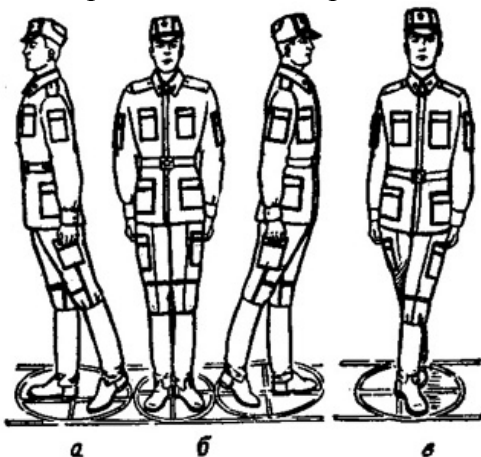
1. Поворот направо разучивается по разделениям на два счета. Показав прием по разделениям скомандовать: «Направо, по разделениям, делай – РАЗ, делай – ДВА». Следить за тем, чтобы обучаемые по первому счету, резко повернувшись в сторону правой руки на правом каблуке и на левом носке, сохраняли положение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

2. Поворот налево разучивается по разделениям на два счета. Показав прием по разделениям скомандовать: «Налево, по разделениям, делай – РАЗ». Обучаемые должны повернуться на левом каблуке и правом носке, перенести тяжесть тела на левую ногу, сохраняя правильное положение корпуса, не сгибая ног в коленях и не размахивая во время поворота руками. По счету «делай – ДВА» правую ногу надо кратчайшим путем приставить к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернутыми на ширину ступни.
3. Поворот кругом выполняется по команде «Кру – ГОМ» также, как поворот налево, с той лишь разницей, что разворот корпуса делается на 180 градусов. По команде «Кругом, по разделениям, делай – РАЗ» надо резко повернуться на левом каблуке и правом носке, не сгибая ног в коленях, перенести тяжесть тела на каблук левой ноги, подавая корпус немного вперед. При повороте кругом также не допускается размахивание руками вокруг корпуса. По счету «делай – ДВА» надо кратчайшим путем приставить правую ногу к левой так, чтобы каблуки были вместе, а носки развернутыми на ширину ступни. Добившись правильного выполнения приема по разделениям перейти к тренировке обучаемых в выполнении поворота кругом в целом.

Во время поворота ноги (нога) сгибаются в коленях.

Кисти рук не посередине бедер и пальцы не касаются бедра.

Нога приставляется не кратчайшим путем.



Положение ног при повороте:

а – направо; б – налево; в - кругом

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

На практическом занятии осуществляется:

Последовательность обучения движению строевым шагом рекомендуется следующая:

- тренировка в движении руками;
- тренировка в обозначении шага на месте;

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

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

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

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

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

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

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

При обучении движению строевым шагом необходимо добиться, чтобы обучаемые, при движении не раскачивались из стороны в сторону. Причина раскачивания - неправильная постановка ног при движении: вместо того, чтобы ставить ноги внутренней частью стоп по оси движения, ставят их в стороны, при этом центр тяжести тела с каждым шагом смещается то вправо, то влево.

Если обучаемый при движении строевым шагом, как бы подпрыгивает, ему надо указать на его ошибку и потребовать, чтобы он переносил тяжесть тела с ноги на ногу, равномерно, а не рывками. Нельзя допускать при движении заноса одной ноги за другую.

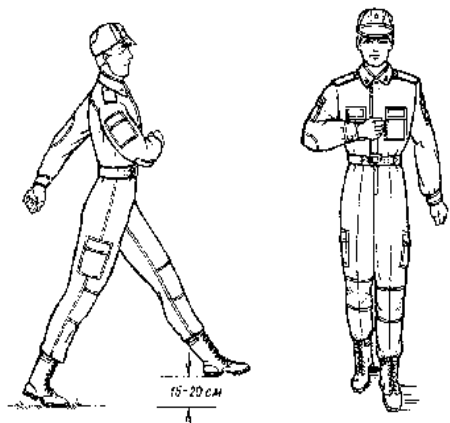


Рис. 3. Движение строевым шагом

Нарушается координация движения рук и ног.

Голова опущена вниз.

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

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

Не оттянут носок вынесенной вперед ноги.

Ноги не ставятся твердо на всю ступню.

Нарушается строевая стойка.

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

Методические материалы по проведению занятий по отработке огневой подготовки

Целью проведения занятий по огневой подготовке является ознакомление обучаемых с порядком проведения неполной разборки и сборки автомата. Формирование навыков умелого обращения с оружием. Воспитание чувства гордости за Отечественное оружие

Разборка автомата может быть неполная и полная:

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

Разборку и сборку автомата производить на столе или чистой подстилке; части и механизмы класть в порядке разборки, обращаться с ними осторожно, не класть одну часть на другую и не применять излишних усилий и резких ударов.

При сборке автомата сличить номера на его частях; у каждого автомата номеру на ствольной коробке должны соответствовать номера на газовой трубке, затворной раме, затворе, крышке ствольной коробки и других частях автомата.

Порядок неполной разборки автомата:

- Отделить магазин. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин; нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его.
- Проверить, нет ли патрона в патроннике, для чего опустить переводчик вниз, отвести рукоятку затворной рамы назад, осмотреть патронник, отпустить рукоятку



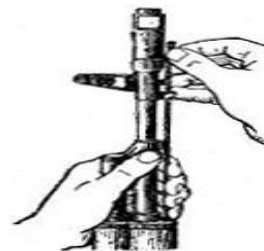
затворной рамы и спустить курок с боевого взвода.

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



сумки для магазинов.

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



шомпола разрешается пользоваться выколоткой.

- Отделить у автомата дульный тормоз-компенсатор. Утопить отверткой фиксатор дульного тормоза-компенсатора. Свернуть дульный тормоз-компенсатор с резьбового выступа основания мушки (со ствола), вращая его против хода часовой стрелки.
- Отделить крышку ствольной коробки.левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ направляющего стержня возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки ствольной

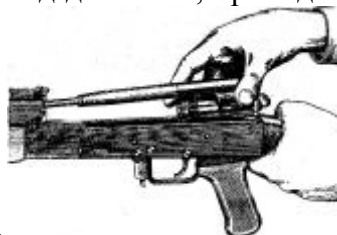


коробки и отделить крышку.

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



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

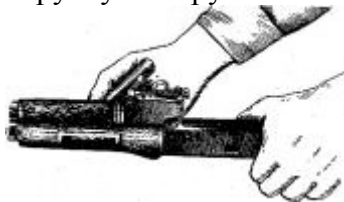


твором и отделить от ствольной коробки.

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



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



Порядок сборки автомата после неполной разборки:

1. Присоединить газовую трубку со ствольной накладкой. Удерживая автомат левой рукой, правой рукой надвинуть газовую трубку передним концом на патрубок газовой камеры и прижать задний конец ствольной накладки к стволу; повернуть с помощью пенала принадлежности замыкатель на себя до входа его фиксатора в выем на колодке прицела.
2. Присоединить затвор к затворной раме. Взять затворную раму в левую руку, а затвор в правую руку и вставить затвор цилиндрической частью в канал рамы; повернуть затвор так, чтобы его ведущий выступ вошел в фигурный вырез затворной рамы, и продвинуть затвор вперед.
3. Присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке. Взять затворную раму в правую руку так, чтобы затвор удерживался большим пальцем в переднем положении.левой рукой обхватить шейку приклада, правой рукой ввести газовый поршень в полость колодки прицела и продвинуть затворную раму вперед настолько, чтобы отгибы ствольной коробки вошли в пазы затворной рамы, небольшим усилием прижать ее к ствольной коробке и продвинуть вперед.
4. Присоединить возвратный механизм. Правой рукой ввести возвратный механизм в канал затворной рамы; сжимая возвратную пружину, подать направляющий стержень вперед и, опустив несколько книзу, ввести его пятку в продольный паз ствольной коробки.
5. Присоединить крышку ствольной коробки. Вставить крышку ствольной коробки передним концом в полукруглый вырез на колодке прицела; нажать на задний конец крышки ладонью правой руки вперед и книзу так, чтобы выступ направляющего стержня возвратного механизма вошел в отверстие крышки ствольной коробки.
6. Спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель. Нажать на спусковой крючок и поднять переводчик вверх до отказа.
7. Присоединить дульный тормоз-компенсатор. Навернуть дульный тормоз-компенсатор на резьбовой выступ основания мушки (на ствол) до упора.
8. Присоединить, шомпол.
9. Вложить пенал в гнездо приклада. Уложить принадлежность в пенал и закрыть его крышкой, вложить пенал дном в гнездо приклада и утопить его так, чтобы гнездо закрылось крышкой.
10. Присоединить магазин к автомату. Удерживая автомат левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой ввести в окно ствольной коробки зацеп магазина и повернуть магазин на себя так, чтобы защелка заскочила за опорный выступ магазина.