|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ОГБПОУ «Ульяновский техникум питания и торговли»** | | |
| Наименование документа**: Методические рекомендации по организации и выполнению практических занятий**  Соответствует ГОСТ Р ИСО 9001-2015, ГОСТ Р 52614.2-2006 (**п. 4.1, 4.2.3, 4.2.4, 5.5.3, 5.6.2, 7.5, 8.2.3, 8.4, 8.5)** | Редакция № 1  Изменение № 0 | **Лист 1 из** |
| **Экз. №** |

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**по организации и выполнению**

**практических занятий**

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ

**(ОДБ. 06) 43.01.09. «Повар, кондитер»**

**(БД. 08) 38.02.07 «Банковское дело»**

**(БД. 08) 43.02.15. «Поварское и кондитерское дело»**

**(БД. 09) 38.02.05 «Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров»**

**(БД. 09) 43.02.16 «Туризм и гостеприимство»**

Ульяновск

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **РАССМОТРЕНЫ**  на заседании МК общепрофессионального и общеобразовательного цикла  Протокол № \_\_ от\_\_\_\_\_\_ г  Председатель  МК\_\_\_\_\_\_Т.Н. Еграшкина | **РАССМОТРЕНЫ**  на заседании МК общепрофессионального и общеобразовательного цикла  Протокол № \_ от \_\_\_\_\_ г  Председатель  МК\_\_\_\_\_\_Т.Н. Еграшкина | **РАССМОТРЕНЫ**  на заседании МК \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол № от \_\_\_20\_\_\_\_ г  Председатель МК\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

Составитель: преподаватель Ганина Елена Владимировна

**Содержание**

**Введение**

1. **Структура и общие требования**
2. **Перечень внеаудиторной самостоятельной работы**
3. **Характеристика и описание заданий**

**3.1 Методические указания по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы *для овладения знаниями***

**3.1.1 Подготовка информационного сообщения**

**3.1.2 Аналитическая работа со стандартом**

* 1. **Методические указания по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы *для закрепления систематизации знаний***

**3.2.1 Подготовка и отправка электронного письма**

**3.3 Методические указания по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы *для формирования умений, компетенций***

**3.3.1 Оформление документов**

**3.4 Методические указания по выполнению выполнения внеаудиторной самостоятельной работы студентов по подготовке к дифференцированному зачету.**

**4. Рекомендуемая литература (основная и дополнительная)**

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Пояснительная записка
2. Перечень тем практических занятий
3. Планы проведения практических занятий (технологические карты)
4. Методические указания для обучающихся по выполнению практических занятий
   1. Пояснительная записка
   2. Практические занятия (согласно перечня тем)

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение

**Пояснительная записка**

Учебно-методическое обеспечение по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» содержит комплект учебно-методической документации для эффективной организации проведения лабораторных и практических занятий. Содержание лабораторных и практических занятий соответствует требованиям ФГОС по ППССЗ(ППКРС) 43.01.09. «Повар, кондитер», 38.02.07 «Банковское дело», 43.02.15. «Поварское и кондитерское дело»,38.02.05 «Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров» 43.02.16 «Туризм и гостеприимство»

По учебному плану предусмотрено

43.01.09. «Повар, кондитер»

аудиторных занятий **- 90** из них

* практических занятий- **4**

38.02.07 «Банковское дело»,   
43.02.15. «Поварское и кондитерское дело»,  
38.02.05 «Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров»

43.02.16 «Туризм и гостеприимство»

аудиторных занятий **- 39** из них

* практических занятий- **2**

**В результате освоения**

учебной дисциплины, обучающиеся

**должны уметь:**

У1.организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

У2.предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

У3.использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

У4.применять первичные средства пожаротушения;

У5.ориентироваться в перечне военно-учётных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;

У6.применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии полученной профессией;

У7.владеть способами бесконфликтного общения и само регуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

У8.оказывать первую помощь пострадавшим.

**должны** **знать:**

З1.принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьёзной угрозе национальной безопасности России;

З2.основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

З3.задачи и основные мероприятия гражданской обороны;

З4.способы защиты населения от оружия массового поражения;

З5.меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

З6.организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;

**компетенции, формируемые в рамках учебной дисциплины**

На каждое практическое занятие разработана технологическая карта проведения; разработаны и утверждены методические указания обучающимся .

Представлен утвержденный перечень выполняемых занятий.

Приложено учебно-информационное обеспечение

**Структурные элементы практического занятия:**

* Инструктаж, проводимый педагогом;
* Самостоятельная деятельность обучающихся;
* Анализ и оценка выполненных занятий и степени овладения обучающимися запланированными умениями.

Перед выполнением лабораторного и практического занятия проводится проверка знаний обучающихся на предмет их готовности к выполнению задания.

**Методические указания к выполнению практических занятий содержат:**

* тему занятия;
* цель занятия;
* средства обучения;
* краткие теоретические сведения;
* содержание;
* порядок выполнения;
* отчёт;
* контрольные вопросы;
* выводы по занятию;
* критерии оценивания;
* литературные источники

Форма организации для проведения практического занятия - фронтальная, групповая и индивидуальная — определяется исходя из темы, цели, порядка выполнения занятий.

При фронтальной форме организации занятий все обучающиеся выполняют одну и ту же работу.

При групповой форме организации занятий одна и та же работа выполняется бригадами по 2-5 человек.

При индивидуальной форме организации занятий каждый обучающийся выполняет индивидуальное задание.

На занятии используются современные информационные технологии (в том числе демонстрация мультимедийных материалов).

**Повышение эффективности формирования общих компетенций в ходе проведения практических занятий достигается за счёт**

* разнообразие форм и методов обучения;
* управление процессом познания и развития;
* понимание стилей обучения.

**Формы организации учебного процесса, в рамках которых формируются общие компетенции:**

работа

* в семинарах;
* групповое выполнение практических заданий;
* индивидуальное выполнение практических заданий;
* групповое и индивидуальное участие в создании тематического проекта;
* в деловых, имитационных играх;
* в играх-тренингах (в рамках практической занятий);
* по созданию, оформлению тематических сообщений, рефератов, докладов, презентаций (в рамках практической занятий);
* анкетирование, тестирование;
* индивидуальный анализ, моделирование проблемной ситуации;
* в круглых столах (в рамках практической занятий);

**Методы компетентностного обучения:**

* обсуждение в группах;
* деловая игра;
* демонстрация опыта;
* изучение конкретных ситуаций из практики;
* обсуждения с участием группы специалистов;
* проблемное изложение;
* метод эвристического диалога;
* метод учебно-профессиональных задач;
* метод проектного обучения

**Подготовка к проведению практического занятия начинается** со знакомства с методическими документами - учебной программой, технологической картой, содержанием лекционного занятия по данной теме и т.д. На основе изучения исходной документации складывается представление о целях и задачах практического и лабораторного занятия и о том объеме работы, который должен выполнить каждый обучающийся. Далее необходимо приступить к выполнению лабораторного или практического занятия. Для этого целесообразно вновь просмотреть содержание лекции с точки зрения предстоящего занятия. Необходимо выделить понятия, положения, закономерности, которые следует еще раз проиллюстрировать на конкретных задачах.

* **Важнейшим элементом практического занятия является учебная задача (проблема**), предлагаемая для решения. Подбирая примеры (задачи и логические задания) для практического занятия, всякий раз представлять дидактическую цель: формирование каких умений применительно к каждой задаче установить, каких усилий от обучающихся она потребует, в чем должно проявиться творчество обучающихся при решении данной задачи.

**Занятие проводится так, чтобы на всем его протяжении обучающиеся были заняты напряженной творческой работой,** поисками правильных и точных решений, чтобы каждый получил возможность раскрыться, проявить свои способности. Поэтому при планировании занятия и разработке индивидуальных заданий преподавателю важно учитывать подготовку и интересы каждого обучающегося. Педагог в этом случае выступает в роли консультанта, способного вовремя оказать необходимую помощь, не подавляя самостоятельности и инициативы обучающегося.

**Вначале даются легкие задачи (логические задания**), которые рассчитаны на репродуктивную деятельность, требующую простого воспроизведения способов действия, данных на лекции для осмысления и закрепления в памяти. Такие задачи помогают контролировать правильность понимания обучающимися отдельных вопросов изученного материала небольшого объема (как правило, в пределах одной лекции). В этом случае преобладает решение задач по образцу, предложенному на лекции.

**Затем содержание учебных задач усложняется** - предлагаются задачи, рассчитанные на преобразовательную деятельность, при которой обучающемуся нужно не только воспроизвести известный ему способ действий, но и дать анализ его целесообразности, высказать свои соображения, относящиеся к анализу условий задачи, выдвигаемых гипотез, полученных результатов. Этот тип задач должен развивать умения применения изученных методов и контролировать их наличие у обучающихся. В дальнейшем содержание задач снова усложняется с таким расчетом, чтобы их решение требовало в начале отдельных элементов продуктивной деятельности, а затем — и творческой.

Как правило, такие задачи в целом носят комплексный характер и предназначены для контроля глубины изучения материала темы или курса.

Если обучающиеся поймут, что все учебные возможности занятия исчерпаны, интерес к нему будет утрачен. Учитывая этот психологический момент, очень важно организовать занятие так, чтобы обучающиеся постоянно ощущали увеличение сложности выполняемых заданий. Это ведет к осознанию собственного успеха в учении и положительно мотивирует их познавательную деятельность.

**Подготовка преподавателя к проведению практического занятия включает: -**

* подбор вопросов, контролирующих понимание обучающимися теоретического материала, который был изложен на лекциях и изучен ими самостоятельно. Вопросы должны быть расположены в таком логическом порядке, чтобы в результате ответов на них у всех студентов создалась целостная теоретическая основа; -
* выбор материала для примеров и упражнений. Подбирая задачи, преподаватель должен знать, почему он предлагает данную задачу, а не другую (выбор задачи не должен быть случайным); что из решения этой задачи должен извлечь обучающийся (предвидеть непосредственный практический результат решения выбранной задачи); что дает ее решение обучающемуся для овладения темой и курсом в целом (рассматривать решение каждой задачи как очередную «ступеньку» обучения); -
* решение подобранных задач самим преподавателем (каждая задача, предложенная обучающимся, должна быть предварительно решена и методически обработана); -
* подготовку выводов из решенной задачи, примеров из практики, где встречаются задачи подобного вида, разработку итогового выступления;
* распределение времени, отведенного на занятие, на решение каждой задачи;
* подбор иллюстративного материала (плакатов, схем), необходимого для решения задач, продумывание расположения рисунков и записей на доске, а также различного рода демонстраций.

**Порядок проведения практического занятия.**

Как правило, практическое занятие **начинается с краткого вступительного слова.** Во вступительном слове педагог объявляет тему, цель и порядок проведения занятия. Затем **на экране в быстром темпе показывает слайды,** использованные на предшествующем занятии, и тем самым восстанавливая в памяти обучающихся материал лекции, относящийся к данному занятию.

**Затем перед обучающимися ставится ряд контрольных во**просов по теории. Ими ориентируя обучающихся в том материале, который выносится на данное занятие. Методически правильно контрольный вопрос ставить перед всей группой, а затем после некоторой паузы просить ответить на него конкретного обучающегося .

**Практическое занятие может проводиться по разным схемам**.

* В одном случае все обучающиеся решают задачи самостоятельно, а преподаватель, проходя по рядам, контролирует их работу
* В других случаях организуется групповое решение задачи (в командах по 4-6 чел.) под контролем преподавателя. И в том и другом случае задача педагога состоит в том, чтобы студенты проявляли максимум самостоятельности, вдумчиво и с пониманием существа дела относились к разъяснениям, которые делает их товарищ или преподаватель, соединяя общие действия с собственной поисковой деятельностью.
* Во всех случаях важно не только решить задачу, получить правильный ответ, но и закрепить определенное знание вопроса, добиться приращения знаний, проявления элементов творчества. Преподаватель должен превратить решение каждой задачи в глубокий мыслительный процесс.

**Очень важно приучить обучающихся проводить решение любой задачи по определенной схеме, по этапам**, каждый из которых педагогически целесообразен. Это способствует развитию у них определенных профессионально-значимых качеств личности.

Для успешного достижения учебных целей подобных занятий при их организации должны выполняться следующие основные требования:

* соответствие действий обучающихся ранее изученным на лекционных занятиях методикам и методам;
* максимальное приближение действий студентов к реальным, соответствующим будущим функциональным обязанностям;
* поэтапное формирование умений и навыков, т.е. движение от знаний к умениям и навыкам, от простого к сложному и т.д.;
* использование при разработке фактических документов, технологических карт, бланков и т.п.;
* выработка индивидуальных и коллективных умений и навыков.
* Весьма актуальными на данный момент являются методы проведения
* занятий, которые позволяют максимально вовлечь в образовательный процесс студентов - так называемые активные методы обучения, которые рассмотрим на двух примерах.

|  |  |
| --- | --- |
| **РАССМОТРЕНО** | **СОГЛАСОВАНО** |
| На заседании МК \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол № \_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_ г  Председатель МК\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Еграшкина Т.Н. | Заместитель  директора по УР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ю.Ю. Бесова  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_\_\_г |

*П Е Р Е Ч Е Н Ь*

*практических занятий по учебной дисциплине*

**Основы безопасности жизнедеятельности**

на 202\_/202\_\_ учебный год

Специальность 43.01.09. «Повар, кондитер»

38.02.07 «Банковское дело»

43.02.15. «Поварское и кондитерское дело»

38.02.05 «Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров»

43.02.16 «Туризм и гостеприимство»

группа **К-1,2,3, БД-1, ПД-1,2,3,4, ТВ-1,2, Т-1**

семестр 1

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п  № практ. | Наименование занятий | Кол-во часов | | | | |
|  |  | к | бд | пд | тв | т |
| 1 | 3 | 4 | | | |  |
| **11** | Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста туризма | **-** | **-** | **-** | **-** | **1** |
| **12** | Решение ситуационных задач по теме «Правила оказания первой помощи при работе специалиста туризма» | **-** | **-** | **-** | **-** | **1** |
| **11** | Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста поварского и кондитерского дела | **-** | **-** | **1** | **-** | **-** |
| **12** | Решение ситуационных задач по теме «Правила оказания первой помощи при работе специалиста поварского и кондитерского дела» | **-** | **-** | **1** | **-** | **-** |
| **11** | Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста банковского дела | **-** | **1** | **-** | **-** | **-** |
| **12** | Решение ситуационных задач по теме «Правила оказания первой помощи при работе специалиста банковского дела» | **-** | **1** | **-** | **-** | **-** |
| **11** | Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста товароведа | **-** | **-** | **-** | **1** | **-** |
| **12** | Решение ситуационных задач по теме «Правила оказания первой помощи при работе специалиста-товароведа» | **-** | **-** | **-** | **1** | **-** |
| **12** | Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста банковского дела | **-** | **1** | **-** | **-** | **-** |
| **11** | Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. | **2** | **-** | **-** | **-** |  |
| **12** | Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. | **2** | **-** | **-** | **-** |  |

**Разработал преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Ганина Е.В.**

**УЛЬЯНОВСКИЙ ТЕХНИКУМ ПИТАНИЯ И ТОРГОВЛИ**

Методические указания для обучающихся

по выполнению

**ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ

**(ОДБ. 06) 43.01.09. «Повар, кондитер»**

**(БД. 08) 38.02.07 «Банковское дело»**

**(БД. 08) 43.02.15. «Поварское и кондитерское дело»**

**(БД. 09) 38.02.05 «Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров»**

**(БД. 09) 43.02.16 «Туризм и гостеприимство»**

Ульяновск

**Пояснительная записка**

Методические указания предназначены обучающимся, осваивающим программу среднего профессионального образования (ППССЗ), ППКРС

«Основы безопасности жизнедеятельности»

Цель методических указаний оказание помощи обучающимся при выполнении практических занятий, проводимых в рамках учебной дисциплины

43.01.09. «Повар, кондитер», 38.02.07 «Банковское дело», 43.02.15. «Поварское и кондитерское дело»,38.02.05 «Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров»

Практические и занятия проводятся после изучения теоретического материала по теме, для закрепления полученных знаний, освоения умений и направлены на формирование компетенций:

При выполнения занятий обучающимся необходимо:

* выполнять весь объём домашней подготовки, указанный в описаниях соответствующих лабораторных и практических занятий;
* подготовиться к проверке освоенных знаний, которая проводиться педагогом перед выполнением занятий;
* при выполнении занятий соблюдать правила техники безопасности;
* после окончания занятий привести в порядок оборудование , инструменты и рабочее место;
* после выполнения работ представить отчёт о проделанной работе, с обсуждением результатов и выводов.

**Указания по оформлению отчётов по практическим занятиям:**

Каждый отчёт оформляется на отдельном листе формата А 4.

Все отчёты хранятся в одном электронном документе и дополняются титульным листом. Допускается оформление в тетради для практических занятий (лабораторных занятий). Отчёт о практическом и лабораторном занятии должен содержать:

1. Тему занятия
2. Цель занятия.
3. Задание для исполнения.
4. Выполненные задания.
5. Ответы на контрольные вопросы (если указано выполнить их письменно).
6. Выводы (если предусмотрены особенностями практического занятия).

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №11**

**ТЕМА:** Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста туризма

Цель практического задания: показать способы оказания первой помощи при электротравмах

**Цель и задачи:**

- закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации,

- освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** ноутбук, презентация, проектор, учебник, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

Признаки поражения электрическим током: судороги, падение, невозможность отпустить источник напряжения (провод, ручка или иная деталь электроприбора). Если человек взялся за находящуюся под напряжением часть оборудования, он может попасть под неотпускающий ток - электрический ток, вызывающий непреодолимые судорожные сокращения мышц руки, в которой зажат проводник. Пострадавший не может разжать руку, в которой зажата токоведущая часть, и оказывается, как бы прикованным к ней.

* Человека, попавшего под напряжение, надо немедленно освободить от действия электрического тока -  обесточить квартиру (отключить автоматический выключатель, рубильник и т.п.)
* Если быстро обесточить помещение невозможно:  
  + Принять меры предосторожности: надеть резиновые перчатки или обернуть свои руки сухой материей, надеть резиновые сапоги или положить себе под ноги сухие доски, стопку книг, резиновый коврик, в крайнем случае, свернутую сухую одежду.
  + Оттянуть пострадавшего от провода или же отбросить сухой палкой, оборвавшийся конец провода от пострадавшего.  Оттягивать пострадавшего от провода рекомендуется за концы одежды одной рукой, вторую руку при этом держать за спиной, чтобы не допустить замыкания электрической цепи спасателем. К открытым частям тела прикасаться запрещается.

***Содержание практического занятия***

*1. Изучить теоретический материал по оказанию первой помощи при ожогах*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**Оказание первой помощи при отсутствии сознания.**

Первую медицинскую помощь можно оказывать ТОЛЬКО когда пострадавший освобожден от действия электрического тока.

* Проверьте пульс, положив два пальца на сонную артерию. Для спасения жизни дорога каждая секунда: не тратьте время на проверку реакции зрачков на свет или поиск зеркала для проверки дыхания.

**Если пульса нет**, пострадавший находится в состоянии клинической смерти.  Длительность клинической смерти определяется временем с момента прекращения сердечной деятельности и дыхания до начала гибели клеток коры головного мозга; в большинстве случаев это 4—6 мин. Если в этот период оказать реанимационные мероприятия: непрямой массаж сердца и искусственное дыхание, можно сохранить человеку жизнь.  Даже если время упущено, не прекращайте попыток реанимации до приезда скорой помощи.

**Если пульс присутствует, но дыхания нет**, необходимо очистить носоглотку и провести искусственное дыхание.

* Попросите находящихся рядом вызвать скорую помощь. Оператору необходимо сообщить:  
  + Контакты звонящего, адрес, где произошел несчастный случай.
  + Характер несчастного случая (электротравма), его серьезность (отсутствие пульса и/или дыхания, обморок).
  + Количество, возраст и пол пострадавших.
  + Спросить номер наряда скорой помощи.

**Подготовка к реанимационным мероприятиям**

* Положите пострадавшего на жесткую поверхность спиной;
* Расстегните или снимите стесняющую тело одежду: галстук, рубашку, бюстгалтер;
* Поднимите ноги на 25–30 сантиметров – положите под ноги сумку или свернутую одежду (если есть возможность)
* Максимально запрокиньте голову пострадавшего назад, освободите полость рта от рвотных масс, слизи двумя согнутыми пальцами, обмотанными платком. Если запал язык – положить его в нормальное положение.

**Непрямой массаж сердца**

Непрямой массаж сердца поможет наладить в организме кровообращение и тем самым снабжение клеток организма кислородом. Его можно проводить ТОЛЬКО при полностью остановившемся сердцебиении.

Встаньте на колени сбоку от пострадавшего.

* Нащупайте мечевидный отросток (солнечное сплетение) в нижней части грудной клетки. Отступите от него вверх на ширину двух пальцев. Положите на нижний конец грудины основание правой ладони. Если помощь оказывается полному человеку, можно пальцами «подняться» по ребрам, чтобы нащупать солнечное сплетение.
* Накройте правую ладонь левой. Большие пальцы должны располагаться на одной прямой и быть слегка подняты кверху. Наклонитесь вперед, чтобы ваши плечи находились над грудиной. Руки держите прямыми. Детям раннего возраста надавливайте на грудину двумя пальцами;
* Энергично нажимайте на грудину вертикально вниз толчками с частотой 60-80 раз в минуту (чаще 1 удара в секунду), используя свой вес, чтобы она уходила вниз на 4-5 см (у взрослого), 2,5-4 см (у ребенка). При сочетании непрямого массажа сердца с искусственным дыханием вдувайте воздух после 15 надавливаний на грудину; Отсчитывайте нажатие, быстро произнося вслух «раз, два, три» и нажимая на каждом «раз».

Цикл: 15 нажатий – 2 вдоха рот в рот. (см. Искусственное дыхание). При искусственном дыхании запрещено проводить надавливания на грудину!

Повторяйте цикл до тех пор, пока у пострадавшего не появятся признаки улучшения, пока не прибудет «скорая помощь» или пока у вас не кончатся силы. Через каждые 3 минуты проверяйте наличие пульса на сонной артерии.

**У пострадавшего восстановилось дыхание и сердцебиение.**

Если пострадавший остается без сознания - переверните его на правый бок, чтобы исключить западание языка. Переворачивать на левый бок запрещено из-за нагрузки на сердце.

* Вызовите скорую медицинскую помощь (тел. 03).
* Наложите стерильную повязку на место электротравмы.
* Откройте все окна и форточки (пострадавшему нужен свежий воздух)
* Согрейте пострадавшего -  накройте его пледом или одеждой.

***Контрольные вопросы***:

1. Что характерно для электротравм?

2. Как правильно оказать первую помощь при электротравмах?

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №12**

**ТЕМА:** Решение ситуационных задач по теме «Правила оказания первой помощи при работе специалиста туризма»

Цель практического задания: решить ситуационные задачи

**Цель и задачи:**

- закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации,

- освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** ноутбук, презентация, проектор, учебник, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

Если вместе с дыханием отсутствует пульс, необходимо сделать непрямой массаж сердца. Непрямой (закрытый) массаж сердца или компрессия грудной клетки – это сжатие мышц сердца между грудиной и позвоночником в целях поддержания кровообращения человека при остановке сердца. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.

***Содержание практического занятия***

*1. Решить ситуационные задачи.*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**Ситуационная задача №1.**

**В результате ножевого ранения возникло сильное кровотечение в области подколенной ямки. Кровь ярко-красного цвета, фонтанирует. Никаких инструментов и перевязочных материалов нет, кроме собственной одежды.**

**Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.**

**1. Какое кровотечение у пострадавшего?**

**2. По каким признакам вы определили вид кровотечения?**

**3. Какова последовательность оказания первой помощи?**

**4. Какие существуют способы временной остановки данного кровотечения?**

**5. Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?**

**Ситуационная задача №2.**

**У пострадавшего после неудачного падения появилась боль в правой руке. Движения в руке невозможны. В области средней трети предплечья имеется деформация кости и ненормальная подвижность.**

**О какой травме можно думать?**

**Окажите первую доврачебную помощь.- имеются шины .косынка, бандаж.**

**Ситуационная задача №3.**

**Вы обнаружили на улице человека без признаков жизни: сознание отсутствует, движений грудной клетки не видно, пульс не прощупывается.**

**Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.**

**1. Как установить, жив этот человек или умер?**

**2. Что необходимо предпринять, если человек еще жив?**

**3. Какими способами можно провести искусственное дыхание?**

**4. Где должны лежать руки при проведении непрямого массажа сердца?**

**5. О чем свидетельствует неуспешные реанимационные мероприятия?**

.

***Контрольные вопросы***:

1.Праила оказания первой помощи при ранении.

2.Правила проведения искусственного дыхания

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №11**

**ТЕМА:** Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста поварского и кондитерского дела

Цель практического задания: показать способы оказания первой помощи при электротравмах

**Цель и задачи:**

- закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации,

- освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** ноутбук, презентация, проектор, учебник, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

Признаки поражения электрическим током: судороги, падение, невозможность отпустить источник напряжения (провод, ручка или иная деталь электроприбора). Если человек взялся за находящуюся под напряжением часть оборудования, он может попасть под неотпускающий ток - электрический ток, вызывающий непреодолимые судорожные сокращения мышц руки, в которой зажат проводник. Пострадавший не может разжать руку, в которой зажата токоведущая часть, и оказывается, как бы прикованным к ней.

* Человека, попавшего под напряжение, надо немедленно освободить от действия электрического тока -  обесточить квартиру (отключить автоматический выключатель, рубильник и т.п.)
* Если быстро обесточить помещение невозможно:  
  + Принять меры предосторожности: надеть резиновые перчатки или обернуть свои руки сухой материей, надеть резиновые сапоги или положить себе под ноги сухие доски, стопку книг, резиновый коврик, в крайнем случае, свернутую сухую одежду.
  + Оттянуть пострадавшего от провода или же отбросить сухой палкой, оборвавшийся конец провода от пострадавшего.  Оттягивать пострадавшего от провода рекомендуется за концы одежды одной рукой, вторую руку при этом держать за спиной, чтобы не допустить замыкания электрической цепи спасателем. К открытым частям тела прикасаться запрещается.

***Содержание практического занятия***

*1. Изучить теоретический материал по оказанию первой помощи при электротравмах*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**Оказание первой помощи при отсутствии сознания.**

Первую медицинскую помощь можно оказывать ТОЛЬКО когда пострадавший освобожден от действия электрического тока.

* Проверьте пульс, положив два пальца на сонную артерию. Для спасения жизни дорога каждая секунда: не тратьте время на проверку реакции зрачков на свет или поиск зеркала для проверки дыхания.

**Если пульса нет**, пострадавший находится в состоянии клинической смерти.  Длительность клинической смерти определяется временем с момента прекращения сердечной деятельности и дыхания до начала гибели клеток коры головного мозга; в большинстве случаев это 4—6 мин. Если в этот период оказать реанимационные мероприятия: непрямой массаж сердца и искусственное дыхание, можно сохранить человеку жизнь.  Даже если время упущено, не прекращайте попыток реанимации до приезда скорой помощи.

**Если пульс присутствует, но дыхания нет**, необходимо очистить носоглотку и провести искусственное дыхание.

* Попросите находящихся рядом вызвать скорую помощь. Оператору необходимо сообщить:  
  + Контакты звонящего, адрес, где произошел несчастный случай.
  + Характер несчастного случая (электротравма), его серьезность (отсутствие пульса и/или дыхания, обморок).
  + Количество, возраст и пол пострадавших.
  + Спросить номер наряда скорой помощи.

**Подготовка к реанимационным мероприятиям**

* Положите пострадавшего на жесткую поверхность спиной;
* Расстегните или снимите стесняющую тело одежду: галстук, рубашку, бюстгалтер;
* Поднимите ноги на 25–30 сантиметров – положите под ноги сумку или свернутую одежду (если есть возможность)
* Максимально запрокиньте голову пострадавшего назад, освободите полость рта от рвотных масс, слизи двумя согнутыми пальцами, обмотанными платком. Если запал язык – положить его в нормальное положение.

**Непрямой массаж сердца**

Непрямой массаж сердца поможет наладить в организме кровообращение и тем самым снабжение клеток организма кислородом. Его можно проводить ТОЛЬКО при полностью остановившемся сердцебиении.

Встаньте на колени сбоку от пострадавшего.

* Нащупайте мечевидный отросток (солнечное сплетение) в нижней части грудной клетки. Отступите от него вверх на ширину двух пальцев. Положите на нижний конец грудины основание правой ладони. Если помощь оказывается полному человеку, можно пальцами «подняться» по ребрам, чтобы нащупать солнечное сплетение.
* Накройте правую ладонь левой. Большие пальцы должны располагаться на одной прямой и быть слегка подняты кверху. Наклонитесь вперед, чтобы ваши плечи находились над грудиной. Руки держите прямыми. Детям раннего возраста надавливайте на грудину двумя пальцами;
* Энергично нажимайте на грудину вертикально вниз толчками с частотой 60-80 раз в минуту (чаще 1 удара в секунду), используя свой вес, чтобы она уходила вниз на 4-5 см (у взрослого), 2,5-4 см (у ребенка). При сочетании непрямого массажа сердца с искусственным дыханием вдувайте воздух после 15 надавливаний на грудину; Отсчитывайте нажатие, быстро произнося вслух «раз, два, три» и нажимая на каждом «раз».

Цикл: 15 нажатий – 2 вдоха рот в рот. (см. Искусственное дыхание). При искусственном дыхании запрещено проводить надавливания на грудину!

Повторяйте цикл до тех пор, пока у пострадавшего не появятся признаки улучшения, пока не прибудет «скорая помощь» или пока у вас не кончатся силы. Через каждые 3 минуты проверяйте наличие пульса на сонной артерии.

**У пострадавшего восстановилось дыхание и сердцебиение.**

Если пострадавший остается без сознания - переверните его на правый бок, чтобы исключить западание языка. Переворачивать на левый бок запрещено из-за нагрузки на сердце.

* Вызовите скорую медицинскую помощь (тел. 03).
* Наложите стерильную повязку на место электротравмы.
* Откройте все окна и форточки (пострадавшему нужен свежий воздух)
* Согрейте пострадавшего -  накройте его пледом или одеждой.

***Контрольные вопросы***:

1. Что характерно для электротравм?

2. Как правильно оказать первую помощь при электротравмах?

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №12**

**ТЕМА:** Решение ситуационных задач по теме «Правила оказания первой помощи при работе специалиста поварского и кондитерского дела»

Цель практического задания: решить ситуационные задачи

**Цель и задачи:**

- закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации,

- освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** ноутбук, презентация, проектор, учебник, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

Если вместе с дыханием отсутствует пульс, необходимо сделать непрямой массаж сердца. Непрямой (закрытый) массаж сердца или компрессия грудной клетки – это сжатие мышц сердца между грудиной и позвоночником в целях поддержания кровообращения человека при остановке сердца. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.

***Содержание практического занятия***

*1. Решить ситуационные задачи.*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**Ситуационная задача №1.**

**В результате ножевого ранения возникло сильное кровотечение в области подколенной ямки. Кровь ярко-красного цвета, фонтанирует. Никаких инструментов и перевязочных материалов нет, кроме собственной одежды.**

**Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.**

**1. Какое кровотечение у пострадавшего?**

**2. По каким признакам вы определили вид кровотечения?**

**3. Какова последовательность оказания первой помощи?**

**4. Какие существуют способы временной остановки данного кровотечения?**

**5. Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?**

**Ситуационная задача №2.**

**У пострадавшего после неудачного падения появилась боль в правой руке. Движения в руке невозможны. В области средней трети предплечья имеется деформация кости и ненормальная подвижность.**

**О какой травме можно думать?**

**Окажите первую доврачебную помощь.- имеются шины .косынка, бандаж.**

**Ситуационная задача №3.**

**Вы обнаружили на улице человека без признаков жизни: сознание отсутствует, движений грудной клетки не видно, пульс не прощупывается.**

**Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.**

**1. Как установить, жив этот человек или умер?**

**2. Что необходимо предпринять, если человек еще жив?**

**3. Какими способами можно провести искусственное дыхание?**

**4. Где должны лежать руки при проведении непрямого массажа сердца?**

**5. О чем свидетельствует неуспешные реанимационные мероприятия?**

.

***Контрольные вопросы***:

1.Праила оказания первой помощи при ранении.

2.Правила проведения искусственного дыхания

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №11**

**ТЕМА:** Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста банковского дела

Цель практического задания: показать способы оказания первой помощи при электротравмах

**Цель и задачи:**

- закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации,

- освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** ноутбук, презентация, проектор, учебник, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

Признаки поражения электрическим током: судороги, падение, невозможность отпустить источник напряжения (провод, ручка или иная деталь электроприбора). Если человек взялся за находящуюся под напряжением часть оборудования, он может попасть под неотпускающий ток - электрический ток, вызывающий непреодолимые судорожные сокращения мышц руки, в которой зажат проводник. Пострадавший не может разжать руку, в которой зажата токоведущая часть, и оказывается, как бы прикованным к ней.

* Человека, попавшего под напряжение, надо немедленно освободить от действия электрического тока -  обесточить квартиру (отключить автоматический выключатель, рубильник и т.п.)
* Если быстро обесточить помещение невозможно:  
  + Принять меры предосторожности: надеть резиновые перчатки или обернуть свои руки сухой материей, надеть резиновые сапоги или положить себе под ноги сухие доски, стопку книг, резиновый коврик, в крайнем случае, свернутую сухую одежду.
  + Оттянуть пострадавшего от провода или же отбросить сухой палкой, оборвавшийся конец провода от пострадавшего.  Оттягивать пострадавшего от провода рекомендуется за концы одежды одной рукой, вторую руку при этом держать за спиной, чтобы не допустить замыкания электрической цепи спасателем. К открытым частям тела прикасаться запрещается.

***Содержание практического занятия***

*1. Изучить теоретический материал по оказанию первой помощи при электротравмах*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**Оказание первой помощи при отсутствии сознания.**

Первую медицинскую помощь можно оказывать ТОЛЬКО когда пострадавший освобожден от действия электрического тока.

* Проверьте пульс, положив два пальца на сонную артерию. Для спасения жизни дорога каждая секунда: не тратьте время на проверку реакции зрачков на свет или поиск зеркала для проверки дыхания.

**Если пульса нет**, пострадавший находится в состоянии клинической смерти.  Длительность клинической смерти определяется временем с момента прекращения сердечной деятельности и дыхания до начала гибели клеток коры головного мозга; в большинстве случаев это 4—6 мин. Если в этот период оказать реанимационные мероприятия: непрямой массаж сердца и искусственное дыхание, можно сохранить человеку жизнь.  Даже если время упущено, не прекращайте попыток реанимации до приезда скорой помощи.

**Если пульс присутствует, но дыхания нет**, необходимо очистить носоглотку и провести искусственное дыхание.

* Попросите находящихся рядом вызвать скорую помощь. Оператору необходимо сообщить:  
  + Контакты звонящего, адрес, где произошел несчастный случай.
  + Характер несчастного случая (электротравма), его серьезность (отсутствие пульса и/или дыхания, обморок).
  + Количество, возраст и пол пострадавших.
  + Спросить номер наряда скорой помощи.

**Подготовка к реанимационным мероприятиям**

* Положите пострадавшего на жесткую поверхность спиной;
* Расстегните или снимите стесняющую тело одежду: галстук, рубашку, бюстгалтер;
* Поднимите ноги на 25–30 сантиметров – положите под ноги сумку или свернутую одежду (если есть возможность)
* Максимально запрокиньте голову пострадавшего назад, освободите полость рта от рвотных масс, слизи двумя согнутыми пальцами, обмотанными платком. Если запал язык – положить его в нормальное положение.

**Непрямой массаж сердца**

Непрямой массаж сердца поможет наладить в организме кровообращение и тем самым снабжение клеток организма кислородом. Его можно проводить ТОЛЬКО при полностью остановившемся сердцебиении.

Встаньте на колени сбоку от пострадавшего.

* Нащупайте мечевидный отросток (солнечное сплетение) в нижней части грудной клетки. Отступите от него вверх на ширину двух пальцев. Положите на нижний конец грудины основание правой ладони. Если помощь оказывается полному человеку, можно пальцами «подняться» по ребрам, чтобы нащупать солнечное сплетение.
* Накройте правую ладонь левой. Большие пальцы должны располагаться на одной прямой и быть слегка подняты кверху. Наклонитесь вперед, чтобы ваши плечи находились над грудиной. Руки держите прямыми. Детям раннего возраста надавливайте на грудину двумя пальцами;
* Энергично нажимайте на грудину вертикально вниз толчками с частотой 60-80 раз в минуту (чаще 1 удара в секунду), используя свой вес, чтобы она уходила вниз на 4-5 см (у взрослого), 2,5-4 см (у ребенка). При сочетании непрямого массажа сердца с искусственным дыханием вдувайте воздух после 15 надавливаний на грудину; Отсчитывайте нажатие, быстро произнося вслух «раз, два, три» и нажимая на каждом «раз».

Цикл: 15 нажатий – 2 вдоха рот в рот. (см. Искусственное дыхание). При искусственном дыхании запрещено проводить надавливания на грудину!

Повторяйте цикл до тех пор, пока у пострадавшего не появятся признаки улучшения, пока не прибудет «скорая помощь» или пока у вас не кончатся силы. Через каждые 3 минуты проверяйте наличие пульса на сонной артерии.

**У пострадавшего восстановилось дыхание и сердцебиение.**

Если пострадавший остается без сознания - переверните его на правый бок, чтобы исключить западание языка. Переворачивать на левый бок запрещено из-за нагрузки на сердце.

* Вызовите скорую медицинскую помощь (тел. 03).
* Наложите стерильную повязку на место электротравмы.
* Откройте все окна и форточки (пострадавшему нужен свежий воздух)
* Согрейте пострадавшего -  накройте его пледом или одеждой.

***Контрольные вопросы***:

1. Что характерно для электротравм?

2. Как правильно оказать первую помощь при электротравмах?

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №12**

**ТЕМА:** Решение ситуационных задач по теме «Правила оказания первой помощи при работе специалиста банковского дела»

Цель практического задания: решить ситуационные задачи

**Цель и задачи:**

- закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации,

- освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** ноутбук, презентация, проектор, учебник, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

Если вместе с дыханием отсутствует пульс, необходимо сделать непрямой массаж сердца. Непрямой (закрытый) массаж сердца или компрессия грудной клетки – это сжатие мышц сердца между грудиной и позвоночником в целях поддержания кровообращения человека при остановке сердца. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.

***Содержание практического занятия***

*1. Решить ситуационные задачи.*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**Ситуационная задача №1.**

**В результате ножевого ранения возникло сильное кровотечение в области подколенной ямки. Кровь ярко-красного цвета, фонтанирует. Никаких инструментов и перевязочных материалов нет, кроме собственной одежды.**

**Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.**

**1. Какое кровотечение у пострадавшего?**

**2. По каким признакам вы определили вид кровотечения?**

**3. Какова последовательность оказания первой помощи?**

**4. Какие существуют способы временной остановки данного кровотечения?**

**5. Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?**

**Ситуационная задача №2.**

**У пострадавшего после неудачного падения появилась боль в правой руке. Движения в руке невозможны. В области средней трети предплечья имеется деформация кости и ненормальная подвижность.**

**О какой травме можно думать?**

**Окажите первую доврачебную помощь.- имеются шины .косынка, бандаж.**

**Ситуационная задача №3.**

**Вы обнаружили на улице человека без признаков жизни: сознание отсутствует, движений грудной клетки не видно, пульс не прощупывается.**

**Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.**

**1. Как установить, жив этот человек или умер?**

**2. Что необходимо предпринять, если человек еще жив?**

**3. Какими способами можно провести искусственное дыхание?**

**4. Где должны лежать руки при проведении непрямого массажа сердца?**

**5. О чем свидетельствует неуспешные реанимационные мероприятия?**

.

***Контрольные вопросы***:

1.Праила оказания первой помощи при ранении.

2.Правила проведения искусственного дыхания

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №11**

**ТЕМА:** Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста товароведа

Цель практического задания: показать способы оказания первой помощи при электротравмах

**Цель и задачи:**

- закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации,

- освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** ноутбук, презентация, проектор, учебник, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

Признаки поражения электрическим током: судороги, падение, невозможность отпустить источник напряжения (провод, ручка или иная деталь электроприбора). Если человек взялся за находящуюся под напряжением часть оборудования, он может попасть под неотпускающий ток - электрический ток, вызывающий непреодолимые судорожные сокращения мышц руки, в которой зажат проводник. Пострадавший не может разжать руку, в которой зажата токоведущая часть, и оказывается, как бы прикованным к ней.

* Человека, попавшего под напряжение, надо немедленно освободить от действия электрического тока -  обесточить квартиру (отключить автоматический выключатель, рубильник и т.п.)
* Если быстро обесточить помещение невозможно:  
  + Принять меры предосторожности: надеть резиновые перчатки или обернуть свои руки сухой материей, надеть резиновые сапоги или положить себе под ноги сухие доски, стопку книг, резиновый коврик, в крайнем случае, свернутую сухую одежду.
  + Оттянуть пострадавшего от провода или же отбросить сухой палкой, оборвавшийся конец провода от пострадавшего.  Оттягивать пострадавшего от провода рекомендуется за концы одежды одной рукой, вторую руку при этом держать за спиной, чтобы не допустить замыкания электрической цепи спасателем. К открытым частям тела прикасаться запрещается.

***Содержание практического занятия***

*1. Изучить теоретический материал по оказанию первой помощи при электротравмах*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**Оказание первой помощи при отсутствии сознания.**

Первую медицинскую помощь можно оказывать ТОЛЬКО когда пострадавший освобожден от действия электрического тока.

* Проверьте пульс, положив два пальца на сонную артерию. Для спасения жизни дорога каждая секунда: не тратьте время на проверку реакции зрачков на свет или поиск зеркала для проверки дыхания.

**Если пульса нет**, пострадавший находится в состоянии клинической смерти.  Длительность клинической смерти определяется временем с момента прекращения сердечной деятельности и дыхания до начала гибели клеток коры головного мозга; в большинстве случаев это 4—6 мин. Если в этот период оказать реанимационные мероприятия: непрямой массаж сердца и искусственное дыхание, можно сохранить человеку жизнь.  Даже если время упущено, не прекращайте попыток реанимации до приезда скорой помощи.

**Если пульс присутствует, но дыхания нет**, необходимо очистить носоглотку и провести искусственное дыхание.

* Попросите находящихся рядом вызвать скорую помощь. Оператору необходимо сообщить:  
  + Контакты звонящего, адрес, где произошел несчастный случай.
  + Характер несчастного случая (электротравма), его серьезность (отсутствие пульса и/или дыхания, обморок).
  + Количество, возраст и пол пострадавших.
  + Спросить номер наряда скорой помощи.

**Подготовка к реанимационным мероприятиям**

* Положите пострадавшего на жесткую поверхность спиной;
* Расстегните или снимите стесняющую тело одежду: галстук, рубашку, бюстгалтер;
* Поднимите ноги на 25–30 сантиметров – положите под ноги сумку или свернутую одежду (если есть возможность)
* Максимально запрокиньте голову пострадавшего назад, освободите полость рта от рвотных масс, слизи двумя согнутыми пальцами, обмотанными платком. Если запал язык – положить его в нормальное положение.

**Непрямой массаж сердца**

Непрямой массаж сердца поможет наладить в организме кровообращение и тем самым снабжение клеток организма кислородом. Его можно проводить ТОЛЬКО при полностью остановившемся сердцебиении.

Встаньте на колени сбоку от пострадавшего.

* Нащупайте мечевидный отросток (солнечное сплетение) в нижней части грудной клетки. Отступите от него вверх на ширину двух пальцев. Положите на нижний конец грудины основание правой ладони. Если помощь оказывается полному человеку, можно пальцами «подняться» по ребрам, чтобы нащупать солнечное сплетение.
* Накройте правую ладонь левой. Большие пальцы должны располагаться на одной прямой и быть слегка подняты кверху. Наклонитесь вперед, чтобы ваши плечи находились над грудиной. Руки держите прямыми. Детям раннего возраста надавливайте на грудину двумя пальцами;
* Энергично нажимайте на грудину вертикально вниз толчками с частотой 60-80 раз в минуту (чаще 1 удара в секунду), используя свой вес, чтобы она уходила вниз на 4-5 см (у взрослого), 2,5-4 см (у ребенка). При сочетании непрямого массажа сердца с искусственным дыханием вдувайте воздух после 15 надавливаний на грудину; Отсчитывайте нажатие, быстро произнося вслух «раз, два, три» и нажимая на каждом «раз».

Цикл: 15 нажатий – 2 вдоха рот в рот. (см. Искусственное дыхание). При искусственном дыхании запрещено проводить надавливания на грудину!

Повторяйте цикл до тех пор, пока у пострадавшего не появятся признаки улучшения, пока не прибудет «скорая помощь» или пока у вас не кончатся силы. Через каждые 3 минуты проверяйте наличие пульса на сонной артерии.

**У пострадавшего восстановилось дыхание и сердцебиение.**

Если пострадавший остается без сознания - переверните его на правый бок, чтобы исключить западание языка. Переворачивать на левый бок запрещено из-за нагрузки на сердце.

* Вызовите скорую медицинскую помощь (тел. 03).
* Наложите стерильную повязку на место электротравмы.
* Откройте все окна и форточки (пострадавшему нужен свежий воздух)
* Согрейте пострадавшего -  накройте его пледом или одеждой.

***Контрольные вопросы***:

1. Что характерно для электротравм?

2. Как правильно оказать первую помощь при электротравмах?

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №12**

**ТЕМА:** Решение ситуационных задач по теме «Правила оказания первой помощи при работе специалиста товароведа»

Цель практического задания: решить ситуационные задачи

**Цель и задачи:**

- закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации,

- освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** ноутбук, презентация, проектор, учебник, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

Если вместе с дыханием отсутствует пульс, необходимо сделать непрямой массаж сердца. Непрямой (закрытый) массаж сердца или компрессия грудной клетки – это сжатие мышц сердца между грудиной и позвоночником в целях поддержания кровообращения человека при остановке сердца. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.

***Содержание практического занятия***

*1. Решить ситуационные задачи.*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**Ситуационная задача №1.**

**В результате ножевого ранения возникло сильное кровотечение в области подколенной ямки. Кровь ярко-красного цвета, фонтанирует. Никаких инструментов и перевязочных материалов нет, кроме собственной одежды.**

**Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.**

**1. Какое кровотечение у пострадавшего?**

**2. По каким признакам вы определили вид кровотечения?**

**3. Какова последовательность оказания первой помощи?**

**4. Какие существуют способы временной остановки данного кровотечения?**

**5. Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?**

**Ситуационная задача №2.**

**У пострадавшего после неудачного падения появилась боль в правой руке. Движения в руке невозможны. В области средней трети предплечья имеется деформация кости и ненормальная подвижность.**

**О какой травме можно думать?**

**Окажите первую доврачебную помощь.- имеются шины .косынка, бандаж.**

**Ситуационная задача №3.**

**Вы обнаружили на улице человека без признаков жизни: сознание отсутствует, движений грудной клетки не видно, пульс не прощупывается.**

**Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.**

**1. Как установить, жив этот человек или умер?**

**2. Что необходимо предпринять, если человек еще жив?**

**3. Какими способами можно провести искусственное дыхание?**

**4. Где должны лежать руки при проведении непрямого массажа сердца?**

**5. О чем свидетельствует неуспешные реанимационные мероприятия?**

.

***Контрольные вопросы***:

1.Праила оказания первой помощи при ранении.

2.Правила проведения искусственного дыхания

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №11**

**ТЕМА:** Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Цель практического задания: показать способы оказания первой помощи при кровотечениях.

**Цель и задачи:**

-закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации, - освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** Ноутбук, презентация, проектор, жгуты, бинт, вата, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

*Кровотечение* - истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении целости их стенки.   
Кровотечения бывают:   
- артериальные;   
- венозные;   
- смешанные;   
- капиллярные;   
- наружные (кровь поступает в наружную среду);  
 - внутренние (кровь поступает внутрь организма):

- паренхиматозные (при повреждении печени, селезенки);

- скрытые.   
При травматическом кровотечении нередко наблюдаются общие явления: обморок и синдром острой кровопотери. Пострадавший с острой кровопотерей бледен, покрыт холодным потом, безучастен к окружающему, обычно вял, говорит тихим голосом, жалуется на головокружение, потемнение перед глазами при подъеме головы, отмечает сухость во рту, просит пить.   
К способам временной остановки кровотечения относятся:   
1. Придание поврежденной части тела возвышенного положения по отношению к туловищу.   
2. Прижатие кровоточащего сосуда в месте повреждения при помощи давящей повязки.   
3. Остановка кровотечения фиксированием конечности в положении максимального сгибания или разгибания в суставе.   
4. Пальцевое прижатие артерии.   
5. Круговое сдавливание конечности жгутом.   
*Артериальное*   
*Артерии* - кровеносные сосуды, несущие кровь от сердца к органам.   
- изливающаяся кровь ярко-алого цвета,   
- кровь бьет сильной пульсирующей, в ритме сердечных сокращений струей;   
- большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего;   
- наличие достаточно глубокой раны; Для немедленной остановки артериального кровотечения используют прием прижатия артерии пальцами (на период подготовки средств), жгут, закрутку или принудительное (максимальное) сгибание и фиксацию конечности.

*Венозное:* кровь имеет темно-вишневую окраску и вытекает равномерной струей без признаков самостоятельной остановки. В случае повреждения крупной вены возможна пульсация струи крови в ритме дыхания надежная временная остановка кровотечения осуществляется наложением давящей повязки.

*Смешанное:* Имеет признаки как артериального, так и венозного.

*Капиллярное:* кровь выделяется равномерно из раны, как из губки, легко останавливается наложением обычной повязки на рану.

*Паренхиматозное:* При повреждении печени, почек, селезенки. Самостоятельно не останавливается. Трудно диагностируется.

*Внутренние (скрытые) кровотечения* – в замкнутые полости тела возникают главным образом в результате повреждения внутренних органов (печени, легкого и др.), и кровь при этом не выделяется наружу.  
Признаки:   
- бледность;   
- слабый частый пульс;   
- жажда;   
- сонливость;   
- потемнение в глазах;   
- обморок.

***Содержание практического занятия***

*1. Изучить теоретический материал по кровотечениям.*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**1.** Временная остановка артериального кровотечения с применением кровоостанавливающего жгута   
Правила наложения жгута:   
1. Приподнять поврежденную конечность (для обеспечения оттока крови);   
2. Остановить кровотечение пальцевым прижатием сосуда:   
- на конечностях – выше места кровотечения;   
- на шее и голове – ниже раны или в ране;   
3. Жгут накладывается на прокладку из мягкого материала без складок (на голое тело жгут не накладывается);   
4. Жгут взять за середину, завести за конечность и растянуть с максимальным усилием;   
5. Прижать первый виток и убедиться в отсутствии пульса;   
6. Наложить следующие витки с меньшим усилием, которые должны ложиться друг на друга, не ущемляя кожи;   
7. Закрепить застежку жгута;   
8. Прикрепить под резинку жгута записку с указанием времени и даты (часы, минуты) наложения жгута;   
9. В случаях посинения и отека конечности (при неправильном наложении жгута) следует немедленно заново наложить жгут.   
При правильном наложении кожная ткань ниже жгута белеет, кровотечение останавливается.

Жгут накладывают не более чем на 40 минут зимой и 1 ч. летом.

Если в течение 1 ч. помощь не оказана, то жгут нужно медленно ослабить на 5 – 10 мин. до порозовения кожи и восстановления чувствительности (в этот период прижать артерию пальцем) и наложить жгут вновь несколько выше или ниже.   
**2.** Временная остановка венозного кровотечения:   
Поверх раны накладывают несколько слоев марли, тугой комок ваты и туго бинтуют.   
При сильном венозном кровотечении на период подготовки давящей повязки кровотечение из вены можно временно остановить, прижав кровоточащую рану стерильной салфеткой.   
Если ранена верхняя конечность, кровотечение можно значительно уменьшить, подняв руку вверх.   
**3.** Временная остановка капиллярного кровотечения:

Для уменьшения кровотечения на период приготовления перевязочного материала достаточно поднять поврежденную конечность выше уровня туловища.

На рану наложить стерильную салфетку, на нее – туго свернутый ком ваты и забинтовать циркулярными ходами бинта или прижать к ране освобожденный от упаковки бинт или много раз сложенную чистую ткань (носовой платок, салфетку и т.д.).

**4.**Способы временной остановки внутреннего кровотечения:

- создание пострадавшему полного покоя;

- наложение на место возможного кровотечения холода (пузырь со льдом или холодной водой);

- быстрая эвакуация пострадавшего в лечебное учреждение.

***Контрольные вопросы***:

1. Что такое кровотечение?

2. Виды кровотечений.

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |

**ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №12**

**ТЕМА:** Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.  
Цель практического задания: ознакомиться с физиологической основой искусственного дыхания, изучить способы выполнения искусственного дыхания пострадавшим в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени; овладеть навыками оказания искусственного дыхания.

**Цель и задачи:**

-закрепить основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации,

- освоить оказание первой помощи пострадавшим.

- формировать компетенции: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Средства обучения:** ноутбук, презентация, проектор, учебник, муляж.

**Краткие теоретические сведения**

Искусственное дыхание — неотложная мера первой помощи при утоплении, удушении, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах, при некоторых отравлениях. Необходимость про­ведения искусственного дыхания возникает в случаях, когда дыхание отсутствует или нарушено в такой степени, что это угрожает жизни пострадавшего.

Искусственное дыхание — неотложная мера первой помощи при утоплении, удушении, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах, при некоторых отравлениях. Необходимость проведения искусственного дыхания возникает в случаях, когда дыхание отсутствует или нарушено в такой степени, что это угрожает жизни пострадавшего.

Решающим фактором при неотложных состояниях, угрожающих жизни, является время, поскольку, если мозг не получит кислород в течение нескольких минут после остановки дыхания, наступит необ­ратимое повреждение мозга или смерть.

***Содержание практического занятия***

*1. Изучить теоретический материал по типам искусственного дыхания.*

*2. Отработать оказание первой помощи на муляже.*

***Последовательность выполнения практического занятия:***

**1.** При искусственном дыхании «рот в рот» необходимо:   
– встать на колени сбоку у изголовья,   
– одну руку кладут на шею пострадавшего, другую – на лоб и максимально запрокидывает ему голову назад,   
– большим и указательным пальцами крепко зажимаем ноздри пострадавшего, поддерживая рот полуоткрытым, и, сделав глубокий вдох, плотно обхватывает губами его рот (через марлю или платок), вдувая воздух в легкие. (Если грудная клетка расширяется, значит воздух попал в легкие. Если она не расширяется, спасаемый лежит ровно, а его язык западает назад, плотно закрывая вход в гортань, значит – воздух в легкие не проходит). Частота вдуваний взрослому человеку 12-14 в 1 мин, детям – 16-18.   
**2.**При искусственном дыхании «рот в нос» спасатель запрокидывает голову пострадавшего и делает глубокий вдох, плотно обхватывает губами нос пострадавшего и вдувает в него воздух. Рот пострадавшего в это время закрыт. Искусственное дыхание «рот в рот» или «рот в нос» должно сочетаться с непрямым массажем сердца.

**3.** Для искусственного дыхания «рот в рот» или «рот нос» можно использовать воздуховод , представляющий собой трубку диаметром 0,7 см с изогнутыми концами. Один конец трубки вводят в дыхательные пути пострадавшего, другой конец спасатель берет в рот, делая вдувания. Воздуховод вводят между зубами выпуклой стороной вниз. У корня языка его поворачивают выпуклой стороной вверх и вводят в гортань.

**4**.Искусственное дыхание у детей

Реанимационная помощь для ребенка несколько отличается от нее же для взрослых. Способы искусственного дыхания используются те же. Но меняется глубина выдоха. Для детей следует делать не максимально глубокий вдох, так как объем легких у них значительно меньше, чем у взрослого человека. И стоит отметить, что для новорожденных и детей до года применяется способ искусственного дыхания изо рта в нос. У остальных - классический. Частота у новорожденных детей и до года - 40 вдохов в минуту, после 2 лет - 30-35, шестилетним - 25.

***Контрольные вопросы***:

1. Что подразумевают под искусственным дыханием?

2. В чем отличия проведения искусственного дыхания у взрослых и детей?

***Задание на дом:***

Оформить практическую работу.

***Литература:***

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017

3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессий и специальности СПО. - М., 2017.

**Критерии оценки выполнения практического задания:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Критерии | Баллы | примечание |
| 1. Задание выполнено полностью, получен правильный ответ | 5 | Снижение баллов за нерациональное решение |
| 2. Задание выполнено в общем виде, допущены незначительные ошибки | 4 | Снижение баллов за нарушение алгоритма ответа |
| 3. Задание выполнено частично | 3 | Снижение баллов за отсутствие обоснования ответа |
| 4. Задание не выполнено или выполнено неправильно | 0 - 2 | Снижение баллов за отсутствие попыток решения |

**Критерии качественной оценки практического задания**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Процент результативности | Баллы | Отметка | Вербальный аналог |
| 90 – 100 | 9 – 10 | 5 | Отлично |
| 80 – 89 | 7 – 8 | 4 | Хорошо |
| 70 – 79 | 5,5 – 6 | 3 | Удовлетворительно |
| 0 - 66 | 0 - 5 | 2 | неудовлетворительно |