

ДЕПАРТАМЕНТ ВНУТРЕННЕЙ И КАДРОВОЙ ПОЛИТИКИ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
Областное государственное автономное  
профессиональное образовательное учреждение  
«СТАРООСКОЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»  
(ОГАПОУ СПК)

**Методические рекомендации  
по организации самостоятельной работы**

**ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ  
ОП 12 Безопасность жизнедеятельности**

**Специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах**

Старый Оскол

Методические указания составлены в соответствии с рабочей программой  
ФГОС СПО по учебной дисциплине ОП.06 Безопасность жизнедеятельности

Составитель:

Хопин А.Г., преподаватель ОГ АПОУ СПК «Старооскольский педагогический  
колледж»

## Содержание

1. Пояснительная записка
2. Тематическое планирование
3. Методические рекомендации по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы студентов
4. Информационное обеспечение. Используемая литература

## **1. Пояснительная записка**

Эффективность модернизации среднего профессионального образования зависит от многих факторов и условий, ориентированных на выявление резервных возможностей качества подготовки профессионально компетентного конкурентоспособного специалиста. В соответствии с ФГОС СПО удельный вес времени, отводимого в образовательном учреждении на организацию самостоятельной работы обучающихся, возрастает, следовательно, повышение эффективности самостоятельной работы будет существенно влиять и на качество подготовки специалиста.

Отличительной особенностью образовательных стандартов профессиональной школы третьего поколения заключается в том, что они нормируют не только общие вопросы обучения и воспитания, но и вопросы подготовки компетентного конкурентоспособного специалиста к самостоятельной профессионально-ориентированной деятельности, ориентированной на формирование системы знаний, на личностные и профессиональные качества.

Внеаудиторная самостоятельная работа - особая форма организации учебного процесса, представляющая собой планируемую познавательную, организационно и методически направляемую деятельность студента, ориентированную на достижение конкретного результата, выполняемую вне занятий по заданию и при управлении преподавателем, но без его непосредственного участия. Поэтому следует акцентировать внимание студентов на ее непосредственное влияние на формирование таких параметров квалификационной характеристики, как мобильность, умение прогнозировать ситуацию и активно влиять на нее, самостоятельность оценок и т.д. с тем, чтобы студенты видели положительные результаты своего труда и чтобы переживаемый успех способствовал трансформации опосредованного интереса в интерес непосредственный.

В настоящее время актуальными становятся требования к личным качествам современного студента - умению самостоятельно пополнять и обновлять знания, вести самостоятельный поиск необходимого материала, быть творческой личностью. Ориентация учебного процесса на саморазвивающуюся личность делает невозможным процесс обучения без учета индивидуально-личностных особенностей обучаемых. Появляется новая цель образовательного процесса - воспитание компетентностной личности, ориентированной на будущее, способной решать типичные проблемы и задачи исходя из приобретенного учебного опыта и адекватной оценки конкретной ситуации. Решение этих задач невозможно без повышения роли внеаудиторной самостоятельной работы студентов над учебным материалом, усиление ответственности преподавателя за развитие навыков самостоятельной работы у студентов.

ФГОС нового поколения регламентируют требования сопровождения внеаудиторной самостоятельной работы методическим обеспечением и обоснования времени, затрачиваемого на ее выполнение. Поэтому

методические рекомендации являются неотъемлемой частью организации внеаудиторной самостоятельной работы.

Важность разработки и внедрения в педагогическую практику более совершенных методик обучения, способствующих активизации познавательной деятельности учащихся, развитию самостоятельности, осознаётся каждым участником образовательного процесса.

Цели и задачи внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся:

Систематизировать и закреплять полученные знания и практические умения студентами;

Углублять и расширять теоретические знания;

Формировать умения использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;

Развивать познавательную активность студентов;

Формировать самостоятельное мышление, направлять обучающегося по пути саморазвития и самосовершенствования;

Развивать исследовательские умения;

Уметь использовать собранный и полученный материал в ходе подготовки самостоятельной работы на практических занятиях, при написании докладов, рефератов, сообщений, для эффективной подготовки студента к зачету.

## **2. Тематическое планирование**

Р1. Чрезвычайные ситуации

Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, выполнение и практических работ, защита отчетов. Выборочный контроль.

12ч.

Р2. Основы военной службы и обороны государства

Самостоятельная работа обучающихся: Проработка конспектов по источникам, выполнение практических работ, защита отчетов. Выборочный контроль.

13ч.

Р3. Основы медицинских знаний.

Самостоятельная работа обучающихся. Решение ситуационных задач.

9ч.

Итого самостоятельной работы

34 ч

## **3. Методические рекомендации по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы студентов**

### **Самостоятельная работа №1**

Тема 1.2. Организация гражданской обороны. Выборочный контроль.

Цель: Выделить классификацию ядерного оружия по видам. Охарактеризовать химическое и биологическое оружие. Обосновать и охарактеризовать средства

индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Выделить средства коллективной защиты от оружия массового поражения и приборы радиационной и химической разведки и контроля.

Задание: проработать теоретический материал и законспектировать. Составить правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения.

Рекомендации:

Конспект - это систематизированное, логичное изложение материала источника. Различаются четыре типа конспектов:

- План-конспект - это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

- Текстуальный конспект - это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

- Свободный конспект - это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

- Тематический конспект - составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то схеме (вопросу).

Конспектирование - важный шаг в запоминании материала, поэтому конспект необходимо иметь каждому студенту. Задача студента - одновременно анализировать и конспектировать информацию.

Хороший конспект - залог четких ответов на занятиях, хорошего выполнения устных опросов, самостоятельных и контрольных работ. Значимость конспектирования несомненна. Проверено, что составление эффективного конспекта может сократить в четыре раза время, необходимое для полного восстановления нужной информации. Для экономии времени, перед каждой лекцией необходимо внимательно прочитать материал предыдущей лекции, внести исправления, выделить важные аспекты изучаемого материала

Конспект помогает не только лучше усваивать материал, он оказывается незаменим при подготовке к зачету. Следовательно, студенту в дальнейшем важно уметь оформить конспект так, чтобы важные моменты культурологической идеи были выделены графически, а главную информацию следует выделять в самостоятельные абзацы, фиксируя ее более крупными буквами или цветными маркерами. Конспект должен иметь поля для замечаний. Это могут быть библиографические ссылки и, наконец, собственные комментарии.

Критерии оценки конспектов и отчетов:

«отлично» ставится, если текст работы логически выстроен и точно изложен, ясен весь ход рассуждения. Имеются ответы на все поставленные вопросы, и они изложены научным языком, с применением терминологии, принятой в изучаемой дисциплине. Ответ на каждый вопрос заканчивается выводом, сокращения слов в тексте отсутствуют.

«хорошо» ставится, если тема раскрыта, но допущены несущественные ошибки.

«Удовлетворительно» - если тема описана не полностью, собственная точка зрения на изучаемую проблему не достаточно аргументирована. Студент не всегда полно и обстоятельно отвечает на вопросы по изучаемой проблеме. Не представлены необходимые таблицы и схемы. Иначе, студент получает оценку ?неудовлетворительно?.

## **Самостоятельная работа №2**

Тема 1.7. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке.

Цель: Обосновать особенностей обеспечение безопасности в случае захвата заложников. Составление правил поведения при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения и совершённом теракте.

Задания: Проработка конспектов по источникам.

Подготовка и распространение листовок по правилам поведения при террористическом акте. Выделить особенности проведение профилактических мер по защите населения при террористическом акте.

Рекомендации. Рекомендуем выделить в материале по работе с населением в целях предупреждения террористических актов следующие моменты:

- Понятия взрывоопасные предметы и взрывчатые вещества.
- Методы защиты от угроз терроризма и применения взрывных устройств.
- Принципы устройства и действия, внешние признаки, возможные последствия применения взрывных устройств, последовательность действий при их обнаружении, чтобы эффективно локализовать угрозу, управлять ею и минимизировать возможные негативные последствия.
- Выделить четыре степени опасности взрывоопасных предметов

При составлении листовок, материал по заданной теме располагать логично. Выделить главные мысли.

Информацию предлагаем выстроить по следующему плану.

1.Тема

2.Правила поведения

3.Рекомендации по защите населения: При угрозе проведения теракта. Если вы обнаружили взрывоопасный предмет Меры защиты при проведении террористических актов. В случае срочной эвакуации. При невозможности эвакуации. Если вас завалило обломками.

Правила пишем в строгой последовательности.

Критерии оценки конспектов и отчетов:

«отлично» ставится, если текст работы логически выстроен и точно изложен, ясен весь ход рассуждения. Имеются ответы на все поставленные вопросы, и они изложены научным языком, с применением терминологии, принятой в изучаемой дисциплине. Ответ на каждый вопрос заканчиваться выводом, сокращения слов в тексте отсутствуют.

«хорошо» ставится, если тема раскрыта, но допущены несущественные ошибки.

«Удовлетворительно» - если тема описана не полностью, собственная точка зрения на изучаемую проблему не достаточно аргументирована. Студент не всегда полно и обстоятельно отвечает на вопросы по изучаемой проблеме. Не представлены необходимые таблицы и схемы. Иначе, студент получает оценку «неудовлетворительно».

### **Самостоятельная работа №3**

Раздел 2. Основы военной службы

Тема 2.2. Уставы Вооружённых Сил России. ОКТ.

Цель: Выявить теоретический материал по проблемам : Военная присяга. Боевое знамя воинской части. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд роты. Воинская дисциплина. Караульная служба. Обязанности и действия часового.

Задание: Самостоятельная работа обучающихся: составление презентации по теме

Методические рекомендации по созданию презентации

1. Общие требования к презентации:

Презентация не должна быть меньше 10 слайдов.

Первый лист - это титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены: название проекта; фамилия, имя, отчество автора; название учебного заведения, где обучается автор проекта.

Следующим слайдом должны быть цели и задачи исследования.

Далее следует разместить содержание исследовательской работы и полученные результаты исследования.

При создании презентации необходимо учитывать сочетаемость цветов, ограниченное количество объектов на слайде, цвет текста. последними слайдами презентации должен быть список используемых информационных ресурсов.

2. Практические рекомендации по созданию презентаций

Создание презентации состоит из трех этапов:

Планирование презентации:

1. Определение целей.
2. Определение основной идеи презентации.
3. Подбор дополнительной информации.
4. Планирование выступления.
5. Создание структуры презентации.
6. Проверка логики подачи материала.
7. Подготовка заключения.

Разработка презентации - подготовка слайдов презентации, содержание и соотношение текстовой и графической информации.

Репетиция презентации - это проверка и отладка созданной презентации.

В оформлении презентаций выделяют два блока: оформление слайдов и



представление информации на них. Для создания качественной презентации необходимо соблюдать ряд требований, предъявляемых к оформлению данных блоков.

### 3. Оформление слайдов:

#### Стиль

Соблюдайте единый стиль оформления

Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации.

Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями).

#### Фон

Для фона предпочтительны холодные тона

Использование цвета

На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовка, один для текста.

Для фона и текста используйте контрастные цвета.

Обратите внимание на цвет гиперссылок (до и после использования).

#### Анимационные эффекты

Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде.

Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.

#### Содержание информации

Используйте короткие слова и предложения.

Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных

Заголовки должны привлекать внимание аудитории.

#### Расположение информации на странице

Предпочтительно горизонтальное расположение информации.

Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана.

Если на слайде располагается картинка, надпись должна располагаться под ней.

#### Шрифты

Для заголовков - не менее 24.

Для информации не менее 18.

Шрифты без засечек легче читать с большого расстояния.

Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации.

Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание.

Нельзя злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных).

#### Способы выделения информации

Следует использовать: рамки; границы, заливку; штриховку, стрелки, рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов.

#### Объем информации

Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут одновременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений.

Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде.

## Виды слайдов

Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: с текстом; с таблицами; с диаграммами.

### 4. Критерии оценивания презентации

#### 1. структура

макс - 10 баллов

- количество слайдов соответствует содержанию и времени выступления (10 слайдов - 7 минут)

#### 2. текст на слайдах - 5 баллов

- выполнен шрифтом не менее 20 - 24 кегля;
- написан грамотно, без ошибок;
- представляет собой опорный конспект.

#### 3. наглядность - 10 баллов

- иллюстрации хорошего качества;
- не отвлекают от содержания;

дизайн и настройка -

10 баллов

- оформление слайдов соответствует теме, не препятствует восприятию;
- один шаблон оформления;
- презентация не перегружена эффектами

#### 5. содержание - 5 баллов

- презентация отражает все этапы работы.

### 5. Нормы оценивания:

36 - 40 баллов - оценка «Отлично»

31 - 35 баллов - оценка «Хорошо»

25 - 30 баллов - оценка «Удовлетворительно»

Презентация отправляется на доработку, если обучающийся набрал - менее 25 баллов.

## Самостоятельная работа №4

Тема 2.5. Медико- санитарная подготовка. ОКТ.

Цель: Обобщение сведения о ранах, осложнения ран, способах остановки кровотечения и

обработки ран. Обоснование правил оказания первой помощи при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания. Первой (доврачебной) помощи при ожогах. Первой помощи при поражении электрическим током. Первой (доврачебной) помощи при утоплении. Первой помощи при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании. Первой (доврачебной) помощи при отравлениях. Доврачебной помощи при клинической смерти.

Цель:

формирование алгоритма, привычек, навыков, умений, обеспечивающих успешные действия при решении вопросов личной и общественной безопасности, умение систематизировать знания по вопросам безопасности жизнедеятельности и эффективно применять их в повседневной жизни;

### Задачи:

актуализация жизненного опыта;  
развитие навыков общения, умения аргументировано излагать и отстаивать собственную точку зрения;  
формирование теоретических и фактических знаний по курсу БЖ;  
формирование практических умений учащихся в сфере безопасности жизнедеятельности;  
развитие устной и письменной речи, различных видов памяти, словесно-логического и наглядно-образного мышления;  
развитие волевых качеств, а также повышение познавательного интереса;  
развитие эмоциональной сферы.  
формирование установок на совместные, согласованные действия при попадании в опасные ситуации в составе группы, а также навыков и умений совместных действий, оказания само- и взаимопомощи;

Задание. Проработать теоретический материал и подготовиться к решению ситуационных задач. Решить задачи. ОКТ

### Карточки - задания

#### ЭТАП 1 «Первая помощь при кровотечении»

##### 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.

При отпиливании куска доски пила неожиданно выскочила из руки столяра и поранила ногу ниже колена. Из раны в голени вытекает пульсирующей струёй кровь алого цвета.

Определите вид кровотечения и дайте его характеристику. Перечислите последовательность оказания первой помощи. Имеется аптечка.

##### Ситуационная задача № 3.

По рисунку определить вид кровотечения. Окажите помощь из имеющихся подручных средств.

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?

ЭТАП 2. Первая помощь при переломах костей.

Ситуационная задача № 1.

При автомобильной катастрофе пострадавший извлечен из автомобиля, но подняться на ноги не может. Состояние тяжелое, бледен, жалуется на сильную боль в области правого бедра. Раны нет. Имеется деформация бедра, укорочение правой ноги.

Какой вид травмы у пострадавшего?

Окажите первую медицинскую помощь.

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.

Спортсмен-лыжник упал, спускаясь по горной трассе. Встать не может. Жалуется на боль в левой ноге в области голени, в ране видны отломки костей, кровотечение умеренное.

Окажите первую медицинскую помощь.

Какова последовательность оказания первой помощи?

Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?

Этап 3 «Реанимационные мероприятия»

Ситуационная задача №1.

Из воды извлечен человек без признаков жизни. Пульс и дыхание отсутствуют, тоны сердца не выслушиваются. Признаки: синюшный цвет лица, набухание сосудов шеи, обильные пенистые выделения изо рта и носа.

Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.

1. Какое состояние можно предположить у больного?
2. Какие симптомы указывают на это состояние?
3. Какой признак, не указанный в задании, отмечается при наличии клинической смерти?
4. Какова должна быть первая помощь?
5. Надо ли транспортировать пострадавшего в ЛПУ при появлении признаков жизни?

Ситуационная задача №2.

Из холодной воды извлекли пострадавшего без признаков жизни.

Признаки: бледно-серый цвет кожи, отсутствие сознания; широкий, не

реагирующий на свет зрачок; отсутствие пульса на сонной артерии; часто сухая, легко удаляемая платком пена в углах рта.

Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.

1. Какое состояние можно предположить у больного?
2. Какие симптомы указывают на это состояние?
3. Какой признак, не указанный в задании, отмечается при наличии клинической смерти?
4. Какова должна быть первая помощь?
5. Надо ли транспортировать пострадавшего в ЛПУ при появлении признаков жизни?

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?

4 ЭТАП Первая помощь при растяжении связок, вывихах суставов. Рисунок №1

Ситуационная задача №1.

Молодая женщина случайно подвернула стопу, возникла сильная боль. При осмотре: припухлость в области голеностопного сустава, умеренная болезненность при пальпации. Толчкообразная нагрузка на область пятки безболезненна.

Задание: какое повреждение можно предположить? Перечислите объем и продемонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

Ситуационная задача №2. ОПРЕДЕЛИТЕ ТРАВМУ ПО РИСУНКУ. Рисунок №2

Задание: Рисунок №3 какое повреждение можно предположить? Перечислите объем и продемонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи

Ситуационная задача №3. ОПРЕДЕЛИТЕ ТРАВМУ ПО РИСУНКУ.

Рисунок №4

Задание: какое повреждение можно предположить? Перечислите объем и продемонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

В результате падения была повреждена правая рука в области локтевого сустава. Боль, движения отсутствуют. Раны не отмечается.

О какой травме можно подумать?

Окажите первую медицинскую помощь

#### 5 ЭТАП. РАНЕНИЯ.

Ситуационная задача № 1.

Брат и сестра играли в салочки в своем доме. Брат нечаянно уронил вазу. Ваза разбилась. Испугавшись, сестра стала быстро подбирать стекла и сильно порезала руку.

Какой вид повреждения у пострадавшего?

Окажите первую помощь.

Ситуационная задача № 2.

Рисунок №5

Какой вид повреждения у пострадавшего?

Перечислите объем и продемонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

Ситуационная задача № 3:

На ваших глазах пострадавший ударился затылочной частью головы об угол предмета мебели. На коже головы образовалась кровотокающая ссадина.

Окажите первую помощь и наложите необходимую повязку .

(Повязка Чепец является наиболее надежной повязкой для волосистой части головы)

ОПРЕДЕЛИТЬ ТРАВМУ ПО СНИМКУ.

Рисунок №6

ОПРЕДЕЛИТЬ ТРАВМУ ПО СНИМКУ. Рисунок №7

#### 6 ЭТАП

Ситуационная задача № 1. ОПРЕДЕЛИТЬ ТРАВМУ ПО СНИМКУ. Рисунок №8

Задание: перечислите объем первой доврачебной медицинской помощи. Продemonстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

Ситуационная задача № 2

На автобусной остановке стоящий рядом мужчина побледнел и упал. Он - без сознания, кожные покровы бледные, с сероватым оттенком; зрачки широкие, на свет не реагируют.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

1.вызвать скорую помощь

- 2.убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и реакции зрачков на свет
- 3.позвать окружающих на помощь
- 4.определить признаки дыхания с помощью ворсинок ваты или зеркала
- 5.нанести прокардинальный удар и приступить к сердечно-легочной реанимации
- 6.попытаться добиться от мужчины, на что он все таки жалуется
- 7.подробно расспросить окружающих, что предшествовало потери сознания
- 8.повернуть пострадавшего на живот
- 9.приложить к голове холод (целлофановый пакет со снегом или водой)
- 10.поднести к носу вату с нашатырным спиртом

### Ситуационная задача №3

Вы обнаружили человека без признаков жизни: отсутствует сознание, дыхание, пульс. При осмотре глаз вы определили симптом «кошачьего глаза». На коже наблюдаются сине-фиолетовые пятна.

Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.

1. Какое состояние у данного человека?
2. Какие симптомы указывают на это состояние?
3. Как можно определить симптом «кошачьего глаза»?
4. Какие признаки, не указанные в задаче, могут наблюдаться при этом состоянии?
5. Что необходимо предпринять?

Рекомендации по решению задач:

1. Прочитайте внимательно полностью весь текст задачи (условие и задание), оцените каждую проблему с точки зрения ее возникновения.
2. Подумайте и сделайте предварительный вывод, какие решения задачи возможны.
3. Прочтите данные задачи, изучите объективные данные, объедините все полученные материалы.
4. Сделайте предварительные выводы и примите решение.
5. Обоснуйте выбранное решение задачи и проведите диагностику с теми условиями, для которых характерны данные ситуации.
6. С учетом ситуации, описанной в условии задачи, ответьте на все пункты задания.

Ответы.

ЭТАП 1. Первая помощь при кровотечении.

### 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?

Ответ:

1. Артериальное кровотечение из подколенной артерии.
2. Кровь ярко-красного цвета, фонтанирует.
3. Единственная возможность - согнуть максимально конечность и коленном суставе и закрепить его в таком положении ремнем.
4. Пальцевое прижатие сосуда к кости, наложение жгута «закрутки».
5. Да, необходимо немедленно вызвать «скорую помощь».

Ситуационная задача № 2.

При отпиливании куска доски пила неожиданно выскочила из руки столяра и поранила ногу ниже колена. Из раны в голени вытекает пульсирующей струей кровь алого цвета.

Определите вид кровотечения и дайте его характеристику. Перечислите последовательность оказания первой помощи. Имеется аптечка.

Ответ:

1. Артериальное кровотечение из подколенной артерии.
2. Кровь ярко-красного цвета, фонтанирует.
3. Пальцевое прижатие сосуда к кости, наложение жгута «закрутки».
4. Да, необходимо немедленно вызвать «скорую помощь».

Ситуационная задача № 3.

По рисунку определить вид кровотечения. Окажите помощь из имеющихся подручных средств.

1. Какое кровотечение у пострадавшего? -артериальное
2. По каким признакам вы определили вид кровотечения? -алая - фонтанирующая струя
3. Какова последовательность оказания первой помощи?
4. Какие существуют способы временной остановки данного кровотечения?
5. Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?

Ответ:

1. Артериальное кровотечение
2. Кровь ярко-красного цвета, фонтанирует.
3. Руку поднять вверх, наложить жгут выше кровотечения, на рану наложить стерильную повязку.
4. Пальцевое прижатие сосуда к кости, наложение жгута «закрутки».
5. Да, необходимо немедленно вызвать «скорую помощь».

ЭТАП 2. Первая помощь при переломах костей.



### Ситуационная задача № 1.

При автомобильной катастрофе пострадавший извлечен из автомобиля, но подняться на ноги не может. Состояние тяжелое, бледен, жалуется на сильную боль в области правого бедра. Раны нет. Имеется деформация бедра, укорочение правой ноги.

Ответ:

Какой вид травмы у пострадавшего? - перелом

Окажите первую медицинскую помощь. - учащиеся должны остановить кровотечение, наложить стерильную повязку и прибинтовать к здоровой ноге ногу с переломом.

### 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.

Ответ:

Первая помощь при переломе предплечья заключается в полном обездвиживании руки в лучезапястном и локтевом суставах. Для этого на внешнюю часть согнутой в локте руки накладывается шина. Для этого берется подручный материал (например, отрезки доски) такой длины, чтобы верхняя часть доходила до середины плечевой кости, а нижняя - закрывала предплечье по всей длине, включая кисть. В кисть вкладывается валик из ткани либо бинта для обеспечения пальцам полусогнутого положения. Указанные фрагменты доски связываются между собой под прямым углом, рука фиксируется к шине при помощи соответствующего материала (например, бинта) и зафиксированная таким образом конечность подвешивается на завязанной на шее косынке или отрезе бинта.

После выполнения указанных действий пострадавшего необходимо доставить в больницу.

### Ситуационная задача №3.

Спортсмен-лыжник упал, спускаясь по горной трассе. Встать не может. Жалуется на боль в левой ноге в области голени, в ране видны отломки костей, кровотечение умеренное.

Окажите первую медицинскую помощь.

Какова последовательность оказания первой помощи? - учащиеся должны остановить кровотечение, наложить стерильную повязку и при иммобилизации конечности использовать лыжу.

Ответ:

Для уменьшения боли при данном виде переломов после остановки кровотечения и перед наложением шины необходимо обеспечить пострадавшему эффективное обезболивание. Первая помощь при переломе голени состоит в ограничении подвижности ноги по всей длине. Для этого на

ногу накладывается двусторонняя шина, захватывающая ногу от области бедренного сустава до стопы. Стопа фиксируется согласно рекомендаций для предыдущего случая под углом в девяносто градусов к линии травмированной ноги.

После этого необходимо доставить пострадавшего в больницу.

### Этап 3 «Реанимационные мероприятия»

#### Ситуационная задача №1.

Из воды извлечен человек без признаков жизни. Пульс и дыхание отсутствуют, тоны сердца не выслушиваются. Признаки: синюшный цвет лица, набухание сосудов шеи, обильные пенистые выделения изо рта и носа.

Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.

1. Какое состояние можно предположить у больного?
2. Какие симптомы указывают на это состояние?
3. Какой признак, не указанный в задании, отмечается при наличии клинической смерти?
4. Какова должна быть первая помощь?
5. Надо ли транспортировать пострадавшего в ЛПУ при появлении признаков жизни?

Ответ:

#### ИСТИННОЕ УТОПЛЕНИЕ (обычное или «синее»)

1. Состояние клинической смерти, вызванное утоплением.
2. Отсутствие сознания, дыхания и сердечной деятельности.
3. Широкий зрачок и отсутствие реакции зрачка на свет.
4. Вызвать «скорую помощь». Освободить полость рта и трахеи с помощью специального приема, затем начать проводить непрямой массаж сердца и искусственное дыхание.
5. Да, необходимо пострадавшего госпитализировать в ЛПУ для дальнейшего наблюдения.

#### Ситуационная задача №2.

Из холодной воды извлекли пострадавшего без признаков жизни.

Признаки: бледно-серый цвет кожи, отсутствие сознания; широкий, не реагирующий на свет зрачок; отсутствие пульса на сонной артерии; часто сухая, легко удаляемая платком пена в углах рта.

Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.

1. Какое состояние можно предположить у больного?
2. Какие симптомы указывают на это состояние?
3. Какой признак, не указанный в задании, отмечается при наличии клинической смерти?
4. Какова должна быть первая помощь?
5. Надо ли транспортировать пострадавшего в ЛПУ при появлении признаков жизни?

#### БЛЕДНОЕ УТОПЛЕНИЕ (в холодной воде)

### 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 свидетельствуют неуспешные реанимационные мероприятия?

Ответ:

1. Поднять веко и посмотреть зрачок, если он широкий и не реагирует на свет, нет пульсации на сонных артериях - наступила клиническая смерть.
2. Вызвать «скорую помощь». Проводить непрямой массаж сердца и искусственное дыхание.
3. Способом «рот в рот», «рот в нос», «рот-трубка».
4. Руки должны лежать на нижней трети грудины на два поперечных пальца выше мечевидного отростка.
5. О необратимых изменениях в головном мозге.

### 4 ЭТАП Первая помощь при растяжении связок, вывихах суставов.

#### Рисунок №1

#### Ситуационная задача №1.

Молодая женщина случайно подвернула стопу, возникла сильная боль. При осмотре: припухлость в области голеностопного сустава, умеренная болезненность при пальпации. Толчкообразная нагрузка на область пятки безболезненна.

Задание: какое повреждение можно предположить? Перечислите объем и продемонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

Ответ: Вывих ноги в районе щиколотки (или лодыжки, голеностопного сустава)

1. Снять обувь, стесняющую одежду и обеспечить поврежденной ноге максимальный покой, полностью исключив попытки движений в травмированном суставе.
2. Для уменьшения отека придать конечности возвышенное положение при помощи сделанного из подручных материалов валика (одежды, подушки, одеяла).
3. Дать больному принять обезболивающий препарат (Парацетамол, Анальгин, Ибупрофен, Нимесулид или др.).
4. Если на коже есть повреждения (ранки, царапины и т. п.), то перед наложением иммобилизующей повязки их следует обработать антисептическим раствором (перекисью водорода 3%, спиртовым раствором йода и др.).
5. При наличии под рукой Троксевазина, мазей на основе нестероидных противовоспалительных средств (Диклак-гель, Диклофенак или др.) нанести их

на область повреждения.

6.Обездвижить сустав путем наложения тугой повязки из эластичного бинта. При выполнении повязки следует учитывать, что стопа после ее наложения должна находиться под прямым углом по отношению к оси ноги. Бинт не должен слишком сжимать ногу и препятствовать нормальному кровообращению (при правильном наложении повязки цвет кожи не изменяется). Вместо эластичного бинта можно использовать платок, шарф, ткань, марлю или обычный бинт.

7.Приложить к области травмы холодный компресс или лед (прикладывать только через несколько слоев хлопковой ткани и обязательно снимать его через каждые 15-20 минут на 2 минуты для предупреждения обморожения).

Ситуационная задача №2. ОПРЕДЕЛИТЕ ТРАВМУ ПО РИСУНКУ. (Рисунок №2)

Задание: (Рисунок №3) какое повреждение можно предположить? Перечислите объем и продемонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

Ответ: ВЫВИХ ПЛЕЧА

1.Основа первой мед помощи при вывихе - это обездвиживание. Необходима полная фиксация травмированной конечности, которая достигается благодаря наложению шины. В качестве шины можно использовать плотный материал: картон, пластик, доски. Если человек вывихнул бедро, то травмированную конечность нужно примотать к здоровой, сохраняя ее изначальное положение.

2.Для оттока крови от травмированного места, снятия отека и уменьшения боли к травмированной конечности стоит приложить холод..

3.Если человек чувствует сильную боль, можно дать ему обезболивающее лекарство.

Ситуационная задача №3. ОПРЕДЕЛИТЕ ТРАВМУ ПО РИСУНКУ.

Задание: (рисунок №4) какое повреждение можно предположить? Перечислите объем и продемонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

В результате падения была повреждена правая рука в области локтевого сустава. Боль, движения отсутствуют. Раны не отмечается.

О какой травме можно подумать?

Окажите первую медицинскую помощь

Ответ: Вывих .

Признаки вывиха

Сустав приобретает неестественную форму

Сильная боль, даже в состоянии покоя

Невозможно пошевелить поврежденным суставом, причем это происходит

мгновенно

Появляется припухлость

Первая помощь при вывихе

Не пытаться вправить самостоятельно

Травмированную конечность фиксируем в таком положении, как она есть.

Положение изменять нельзя. Для этого накладываются шины, либо же прибинтовывается поврежденная нога к другой ноге, рука - к телу

Приложить холод

Срочно ехать в травмпункт, сразу же после получения травмы. По истечению 3-х часов после травмы развивается отек, который затруднит вправление

## 5 ЭТАП. РАНЕНИЯ.

Ситуационная задача № 1.

Брат и сестра играли в салочки в своем доме. Брат нечаянно уронил вазу. Ваза разбилась. Испугавшись, сестра стала быстро подбирать стекла и сильно порезала руку.

Какой вид повреждения у пострадавшего?

Окажите первую помощь.

Ответ: Первая помощь при порезах должна быть оказана незамедлительно. Промыть рану водой - первое, что нужно сделать. Лучше, если вода кипяченая, но в экстремальных условиях подойдет просто чистая. Залить порез перекисью водорода. Рану нужно хорошо осмотреть, чтобы оценить глубину повреждения. Также следует проверить, нет ли в ней застрявших инородных предметов (часто случается после травмирования стеклом). Промокнуть порез чистым бинтом или ватой, чтобы убрать влагу.

Края раны обработать йодом, зеленкой, ни в коем случае не допуская, чтобы средство попадало на поврежденную ткань. Сверху сделать стерильную повязку. Иногда достаточно небольшого лейкопластыря (если травма незначительная).

Ситуационная задача № 2. Рисунок №5

Какой вид повреждения у пострадавшего?

Перечислите объем и продемонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

Ответ:

Если в ране находится посторонний предмет, например, осколок стекла, лучше не пытаться удалить его. Этим можно еще больше навредить пострадавшему. Кроме того, предмет может служить своеобразной затычкой для раны, препятствуя кровотечению. -

Остановить кровь, нажимая в течение примерно десяти минут на ткани вокруг раны и не прикасаясь к торчащему из нее предмету. -

Изготовить кольцевую повязку, и наложить ее: такая повязка будет оказывать равномерное давление вокруг раны, а не на нее. - Забинтовать повреждение так, чтобы бинт прижимал повязку выше и ниже раны.

Вызвать скорую помощь.

Ситуационная задача № 3:

На ваших глазах пострадавший ударился затылочной частью головы об угол предмета мебели. На коже головы образовалась кровотокающая ссадина. Окажите первую помощь и наложите необходимую повязку.

Ответ:(Повязка Чепец является наиболее надежной повязкой для волосистой части головы)

ОПРЕДЕЛИТЬ ТРАВМУ ПО СНИМКУ. (рис.6)

Ответ: Вывих предплечья

ОПРЕДЕЛИТЬ ТРАВМУ ПО СНИМКУ. (рис.7)

Ответ: Растяжение связок и перелом в голеностопе.

6 ЭТАП

Ситуационная задача № 1. ОПРЕДЕЛИТЬ ТРАВМУ ПО СНИМКУ. (рис.8)

Задание: перечислите объем первой доврачебной медицинской помощи. Промонстрируйте очередность оказания первой доврачебной медицинской помощи, выбрав среди имеющихся на столе необходимые средства помощи.

ОТВЕТ --Первая помощь при переломе предплечья заключается в полном обездвиживании руки в лучезапястном и локтевом суставах. Для этого на внешнюю часть согнутой в локте руки накладывается шина. Для этого берется подручный материал (например, отрезки доски) такой длины, чтобы верхняя часть доходила до середины плечевой кости, а нижняя - закрывала предплечье по всей длине, включая кисть. В кисть вкладывается валик из ткани либо бинта для обеспечения пальцам полусогнутого положения. Указанные фрагменты доски связываются между собой под прямым углом, рука фиксируется к шине при помощи соответствующего материала (например, бинта) и зафиксированная таким образом конечность подвешивается на завязанной на шее косынке или отрезе бинта.

После выполнения указанных действий пострадавшего необходимо доставить в больницу.

Ситуационная задача № 2

На автобусной остановке стоящий рядом мужчина побледнел и упал. Он - без сознания, кожные покровы бледные, с сероватым оттенком; зрачки широкие, на свет не реагируют.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:

- 1.вызвать скорую помощь
- 2.убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии и реакции зрачков на свет
- 3.позвать окружающих на помощь
- 4.определить признаки дыхания с помощью ворсинок ваты или зеркала
- 5.нанести прокардинальный удар и приступить к сердечно-легочной реанимации
- 6.попытаться добиться от мужчины, на что он все таки жалуется
- 7.подробно расспросить окружающих, что предшествовало потере сознания

8. повернуть пострадавшего на живот
  9. приложить к голове холод (целлофановый пакет со снегом или водой)
  10. поднести к носу вату с нашатырным спиртом
- Правильные ответы: 2, 5, 3, 1, 10

### Ситуационная задача №3

Вы обнаружили человека без признаков жизни: отсутствует сознание, дыхание, пульс. При осмотре глаз вы определили симптом «кошачьего глаза». На коже наблюдаются сине-фиолетовые пятна.

Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.

1. Какое состояние у данного человека?
2. Какие симптомы указывают на это состояние?
3. Как можно определить симптом «кошачьего глаза»?
4. Какие признаки, не указанные в задаче, могут наблюдаться при этом состоянии?
5. Что необходимо предпринять?

Ответ:

1. Состояние биологической смерти.
2. Симптом «кошачьего глаза», сине-фиолетовые пятна на коже.
3. При сдавлении глаза зрачок деформируется и напоминает кошачий глаз.
4. Помутнение и высыхание роговицы глаза, похолодание тела, трупное окоченение.
5. Вызвать «скорую помощь», которая констатирует смерть

Критерии оценки решения проблемно-ситуационной задачи по БЖ:

- 5 «отлично» - комплексная оценка предложенной ситуации; знание теоретического материала с учетом междисциплинарных связей, правильный выбор тактики действий; последовательное, уверенное выполнение практических манипуляций; оказание неотложной помощи с алгоритмами действий;
- 4 «хорошо» - комплексная оценка предложенной ситуации, незначительные затруднения при ответе на теоретические вопросы, неполное раскрытие междисциплинарных связей; правильный выбор тактики действий; логическое обоснование теоретических вопросов с дополнительными комментариями педагога; последовательное, уверенное выполнение практических манипуляций; оказание неотложной помощи в соответствии с алгоритмом действий;
- 3 «удовлетворительно» - затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации; неполный ответ, требующий наводящих вопросов педагога; выбор тактики действий в соответствии с ситуацией возможен при наводящих вопросах педагога, правильное последовательное, но неуверенное выполнение манипуляций; оказание неотложной помощи в соответствии с алгоритмом действий;
- 2 «неудовлетворительно» - неверная оценка ситуации; неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению ситуации, нарушению

безопасности пациента; неправильное выполнение практических манипуляций, проводимое с нарушением безопасности пациента и медперсонала; неумение оказать неотложную помощь.

5. Критерии оценки при решении задач по оказанию неотложной помощи:

5 «отлично»- правильная оценка ситуации, полное, последовательное перечисление действий с аргументацией каждого этапа;

4 «хорошо» - правильная оценка ситуации, полное, последовательное перечисление действий затруднение в аргументации этапов;

3 «удовлетворительно» - правильная оценка ситуации; неполное перечисление или нарушение последовательности действий, затруднения в аргументации;

2 «неудовлетворительно» - неверная оценка ситуации или неправильно выбранная тактика действий, приводящая к ухудшению состояния пострадавшего.

#### **4. Информационное обеспечение**

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности. СПО. Изд.3-е, исп. и доп. Под ред. д.т.н., проф. Э.А. Арустамов, Н. В. Косолапова. М.: «Академия», 2017 г. - 485 с.

2. Безопасность жизнедеятельности: Учебник /Под ред. Э.А. Арустамова. М.: ИД "академия", 2015.

3. Безопасность жизнедеятельности. СПО. Изд.3-е, исп. и доп. Под ред. д.т.н., проф. Ю.Г. Сапронов., А. Б. Сыса М.: «Академия», 2015 г. - 485 с.

Интернет-ресурсы:

1. [www.bezzhd.ru](http://www.bezzhd.ru) - Безопасность жизнедеятельности

#### **5. Используемая литература:**

Рекомендации по планированию и организации самостоятельной работы студентов образовательных учреждений СПО в условиях действия ГОС СПО. Письмо Минобразования России от 29.12 2000 г. №16-52 [электронный ресурс]//<http://news-city.info/akty/prawila-44/tekst-fz-pravitelstvo-russia.htm>

Нормативные требования к организации самостоятельной работы при реализации ФГОС НПО/СПО нового поколения [электронный ресурс]// [http://ogk.edu.ru/sites/all/files/materialy\\_vystupleniya.pdf](http://ogk.edu.ru/sites/all/files/materialy_vystupleniya.pdf)

Организация внеаудиторной самостоятельной работы студентов (общие положения) [электронный ресурс]//[reaviz.ru>content\\_files/file\\_uploads/ovsrs.doc](http://reaviz.ru/content_files/file_uploads/ovsrs.doc)