



**Государственное автономное образовательное  
учреждение высшего образования города Москвы  
«Московский государственный институт физической культуры, спорта и туризма  
имени Ю.А. Сенкевича»  
(ГАОУ ВО МГИФКСиТ имени Ю.А. Сенкевича)**

УТВЕРЖДАЮ  
Ректор ГАОУ ВО МГИФКСиТ  
имени Ю.А. Сенкевича

*Н.В. Масыгина*

Н.В. Масыгина

*«12» ноября*

20 *10* г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

наименование дисциплины:

**Безопасность жизнедеятельности**

индекс по учебному плану: **Б1.О.01.05**

направление подготовки: **49.03.01 Физическая культура**

профиль (направленность): **Спортивная подготовка в избранном виде спорта**

факультет: **Туризма**


кафедра: **Гуманитарных и социально-экономических дисциплин**

|   |                       |                |
|---|-----------------------|----------------|
| <b>Общая трудоемкость</b><br>(в академических часах / ЗЕ)   | <b>72 часа / 2 ЗЕ</b> |                |
| в том числе<br>по формам обучения:  | <b>очная</b>          | <b>заочная</b> |
| <b>аудиторных</b>   | 36                    | 8              |
| из них:   |                       |                |
| лекции  | 18                    | 4              |
| занятия семинарского типа<br>(семинары, практические занятия,<br>практикумы, лабораторные работы,<br>коллоквиумы и иные аналогичные<br>занятия) | 18                    | 4              |
| <b>самостоятельных</b>  | 36                    | 64             |
| <b>контроль</b>   |                       |                |
| <b>Форма промежуточной<br/>аттестации</b>   |                       |                |
| Зачет   | 3 семестр             | 2 курс         |


Рабочая программа составлена на основании ФГОС ВО направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940 и учебного плана ГАОУ ВО МГИФКСиТ имени Ю.А. Сенкевича на кафедре гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Составитель рабочей программы дисциплины  канд.техн.наук, доц. Платов А.В.

УТВЕРЖДЕНО на заседании кафедры  
протокол от «31» августа 2014 г. № 1

Заведующий кафедрой  канд.экон.наук, доц. Тарчоков С.К.

СОГЛАСОВАНО

Зав.кафедрой теории и методики физической культуры  М.В. Еремин

Начальник учебно-методического отдела  В.В. Вознесенская

Зав. библиотекой  Ю.Г. Нацина

## 1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ И НОРМАТИВНЫЕ ССЫЛКИ

Настоящая программа учебной дисциплины устанавливает требования к образовательным результатам и результатам обучения студента и определяет содержание и виды учебных занятий и отчетности.

Программа предназначена для преподавателей, ведущих дисциплину *Безопасность жизнедеятельности* и студентов направления подготовки *49.03.01 Физическая культура*, обучающихся по образовательной программе *Спортивная подготовка в избранном виде спорта*.

Программа учебной дисциплины разработана в соответствии с:

- ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура", утвержденного Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 N 940 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура" (Зарегистрировано в Минюсте России 16.10.2017 N 48566)

- Учебным планом по образовательной программе бакалавриата Спортивная подготовка в избранном виде спорта направления подготовки *49.03.01 Физическая культура*, утвержденным в 2020 г.

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является формирование универсальной компетенции обучающихся, характеризующей этапы освоения образовательной программы.

Задачи дисциплины:

- понимание проблем устойчивого развития и рисков, связанных с деятельностью человека;
- привитие базовых знаний и практических навыков распознавания и оценки опасных и вредных факторов среды обитания человека;
- овладение знаниями об опасностях, угрожающих человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного– характера;
- овладение основами медицинских знаний и правилами оказания первой медицинской помощи человеку и социуму в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- овладение знаниями о здоровье и здоровом образе жизни как основе успешной самореализации личности;
- формирование умений предвидеть, предупреждать влияние на человека поражающих факторов угроз и опасностей;
- формирование гражданственности, патриотизма и ответственности;
- формирование мотивации и способностей к профессиональному самообразованию в области безопасности жизнедеятельности будущего специалиста в сфере профессиональной деятельности.

## 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

В структуре основной образовательной программы дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к дисциплинам базовой обязательной части блока Б1.

Изучение данной дисциплины базируется на следующих дисциплинах: Анатомия человека, Организационно-методическая деятельность по предотвращению нарушений антидопинговых правил, Олимпийское движение и профессиональный спорт.

Для освоения учебной дисциплины, студенты должны овладеть следующими знаниями и компетенциями: законодательных и правовых актов в области безопасности и

охраны окружающей среды, требований к безопасности технических регламентов в сфере профессиональной деятельности; принципов 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 серьезной угрозе национальной безопасности России; основных видов потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; приемов и технологий поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; методов защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий методов пропаганды активного долголетия, здорового способов профилактики заболеваний образа жизни и использовать полученные сведения для принятия решений; особенности анатомии и биохимии человека.

Основные компетенции, которыми должен владеть после освоения данной учебной дисциплины: УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.

Основные положения дисциплины должны быть использованы в дальнейшем при изучении дисциплин: Гигиена физического воспитания и спорта, Туризм.

#### 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.

Результаты обучения, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

| Индекс и содержание компетенции  | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции   | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  |
|--|---|--|
| <b>УК-8.</b> Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций | <b>УК-8.1.</b> Анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений) | <b>Знает:</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей;</li> <li>- факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);</li> <li>- методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- основные методы защиты персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</li> </ul> |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>-факторы риска, и факторные условия обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);</li> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера на основе анализа чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения анализа факторов вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;</li> <li>- организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</li> </ul> |
|  | <p><b>УК-8.2.</b> Демонстрирует знание норм и правил обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности, правил поведения в чрезвычайных ситуациях.</p> | <p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- законодательные и правовые акты в области обеспечения безопасности жизнедеятельности;</li> <li>- требования к безопасности технических регламентов в сфере профессиональной деятельности;</li> <li>- нормы и правила обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности;</li> <li>- правила поведения в чрезвычайных ситуациях</li> <li>- основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности в сфере профессиональной</li> </ul>  |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы риска, умест обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать безопасный тип поведения;</li> <li>- использовать принципы обеспечения безопасности;</li> <li>- организовывать действия при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;</li> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;</li> <li>- выявлять опасности, возникающие в повседневной жизни;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</li> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий;</li> <li>- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> <p><b>Имеет опыт</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности,</li> <li>- применения на практике правил поведения в чрезвычайных ситуациях.</li> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;</li> <li>- организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</li> </ul> |
|--|--|

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p><b>ОПК-7.</b><br/>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p> | <p><b>ОПК-7.1.</b> Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p> | <p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;</li> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.);</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт</b></p> |
|---|--|---|

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации.</li> </ul> |
|--|--|---|

## 5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа, включая сдачу зачета

### 5.1. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Очная форма обучения

|  | Номера и наименования разделов и тем   | Всего часов | Контактная работа |        |          |                      |                   | СРС | Индекс компетенции |
|--|--|-------------|-------------------|--------|----------|----------------------|-------------------|-----|--------------------|
|  |  |             | всего             | в т.ч. |          |                      |                   |     |                    |
|  |  |             |                   | Л      | Семинары | Практические занятия | Другие виды работ |     |                    |
| <b>Раздел 1. Чрезвычайные ситуации</b> |  |             |                   |        |          |                      |                   |     |                    |
| 1                                      | Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций и их прогнозирование                      | 4           | 2                 | 1      |          | 1                    |                   | 2   | УК-8<br>ОПК-7      |
| 2                                      | Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени                                     | 4           | 2                 | 1      |          | 1                    |                   | 2   | УК-8<br>ОПК-7      |
| 3                                      | Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера                 | 4           | 2                 | 1      |          | 1                    |                   | 2   | УК-8<br>ОПК-7      |
| 4                                      | Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера             | 4           | 2                 | 1      |          | 1                    |                   | 2   | УК-8<br>ОПК-7      |
| 5                                      | Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций социально-политического характера. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций. | 4           | 2                 | 1      |          | 1                    |                   | 2   | УК-8<br>ОПК-7      |
| 6                                      | Психопатологические последствия чрезвычайной ситуации  | 4           | 2                 | 1      |          | 1                    |                   | 2   | УК-8<br>ОПК-7      |
| 7                                      | Вредные привычки и их профилактика   | 4           | 2                 | 1      |          | 1                    |                   | 2   | УК-8               |



|                                |  |    |    |    |  |    |  |    |               |
|--------------------------------|--|----|----|----|--|----|--|----|---------------|
|                                |  |    |    |    |  |    |  |    | ОПК-7         |
| Раздел 2. Гражданская оборона  |  |    |    |    |  |    |  |    |               |
| 8                              | Гражданская оборона и ее роль в мирное и военное время. Современные средства поражения и защиты населения.   | 4  | 2  | 1  |  | 1  |  | 2  | УК-8<br>ОПК-7 |
| 9                              | Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций   | 4  | 2  | 1  |  | 1  |  | 2  | УК-8<br>ОПК-7 |
| 10                             | Индивидуальные средства защиты организма человека  | 4  | 2  | 1  |  | 1  |  | 2  | УК-8<br>ОПК-7 |
| Раздел 3. Техника безопасности |  |    |    |    |  |    |  |    |               |
| 11                             | Государственная политика в области безопасности труда. Безопасность жизнедеятельности в производственных условиях. Производственный микроклимат и освещение  | 4  | 2  | 1  |  | 1  |  | 2  | УК-8<br>ОПК-7 |
| 12                             | Вредные и опасные факторы производственной среды   | 5  | 3  | 2  |  | 1  |  | 2  | УК-8<br>ОПК-7 |
| 13                             | Комфортные и допустимые условия жизнедеятельности при производственном шуме и вибрации, электромагнитных, лазерных и ионизирующих излучениях. Психология в обеспечении безопасного труда   | 5  | 3  | 1  |  | 2  |  | 2  | УК-8<br>ОПК-7 |
| 14                             | Международное сотрудничество в области предотвращения чрезвычайных ситуаций  | 4  | 2  | 1  |  | 1  |  | 2  | УК-8<br>ОПК-7 |
| Раздел 4. Медицинская помощь   |  |    |    |    |  |    |  |    |               |
| 15                             | Оказание неотложной помощи при переломе костей, ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Оказание помощи при внезапных заболеваниях помощи при ранах, травмах, кровотечениях и терминальных состояниях, закрытых повреждениях, переломах. | 8  | 4  | 2  |  | 2  |  | 4  | УК-8<br>ОПК-7 |
| 16                             | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества  | 6  | 2  | 1  |  | 1  |  | 4  | УК-8<br>ОПК-7 |
|                                | Итого  | 72 | 36 | 18 |  | 18 |  | 36 |               |
|                                | Зачет  |    |    |    |  |    |  |    | УК-8<br>ОПК-7 |
|                                | Всего часов  | 72 | 36 | 18 |  | 18 |  | 36 |               |

**Заочная форма обучения**

|  | Номера и наименования разделов и тем   | Всего час. | Контактная работа |        |          |               | СРС | Индекс компетенции |                |
|--|--|------------|-------------------|--------|----------|---------------|-----|--------------------|----------------|
|  |  |            | всего             | в т.ч. |          |               |     |                    |                |
|  |  |            |                   | Л      | Семинары | Практизанятия |     |                    | Др. виды работ |
| <b>Раздел 1. Чрезвычайные ситуации</b> |  |            |                   |        |          |               |     |                    |                |
| 1                                      | Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций и их прогнозирование  | 4,5        | 0,5               | 0,5    |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 2                                      | Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени   | 4,5        | 0,5               | 0,5    |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 3                                      | Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера   | 4          | -                 | -      |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 4                                      | Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера   | 4          | -                 | -      |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 5                                      | Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций социально-политического характера. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций.                             | 4,5        | 0,5               | 0,5    |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 6                                      | Психопатологические последствия чрезвычайной ситуации  | 4          | -                 | -      |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 7                                      | Вредные привычки и их профилактика   | 5          | 1                 | -      |          | 1             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| <b>Раздел 2. Гражданская оборона</b>   |  |            |                   |        |          |               |     |                    |                |
| 8                                      | Гражданская оборона и ее роль в мирное и военное время. Современные средства поражения и защиты населения.   | 4,5        | 0,5               | 0,5    |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 9                                      | Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций   | 4          | -                 | -      |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 10                                     | Индивидуальные средства защиты организма человека  | 5          | 1                 | -      |          | 1             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| <b>Раздел 3. Техника безопасности</b>  |  |            |                   |        |          |               |     |                    |                |
| 11                                     | Государственная политика в области безопасности труда. Безопасность жизнедеятельности в производственных условиях. Производственный микроклимат и освещенность | 4          | -                 | -      |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 12                                     | Вредные и опасные факторы производственной среды   | 4,5        | 0,5               | 0,5    |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |
| 13                                     | Комфортные и допустимые условия жизнедеятельности при производственном шуме и вибрации, электромагнитных, лазерных и ионизирующих излучениях. Психология       | 4,5        | 0,5               | 0,5    |          | -             |     | 4                  | УК-8<br>ОПК-7  |

|                              |  |    |   |     |  |     |  |    |               |
|------------------------------|--|----|---|-----|--|-----|--|----|---------------|
|                              | в обеспечении безопасного труда  |    |   |     |  |     |  |    |               |
| 14                           | Международное сотрудничество в области предотвращения чрезвычайных ситуаций  | 5  | 1 | -   |  | 1   |  | 4  | УК-8<br>ОПК-7 |
| Раздел 4. Медицинская помощь |  |    |   |     |  |     |  |    |               |
| 15                           | Оказание неотложной помощи при переломе костей, ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Оказание помощи при внезапных заболеваниях помощи при ранах, травмах, кровотечениях и терминальных состояниях, закрытых повреждениях, переломах. | 5  | 1 | 0,5 |  | 0,5 |  | 4  | УК-8<br>ОПК-7 |
| 16                           | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества  | 5  | 1 | 0,5 |  | 0,5 |  | 4  | УК-8<br>ОПК-7 |
|                              | Итого  | 72 | 8 | 4   |  | 4   |  | 64 |               |
|                              | Зачет  |    |   |     |  |     |  |    | УК-8<br>ОПК-7 |
|                              | Всего часов  | 72 | 8 | 4   |  | 4   |  | 64 |               |

## 5.2. Тематическое содержание дисциплины

### Раздел 1. «Чрезвычайные ситуации»

#### **Тема 1 Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций и их прогнозирование.**

Содержание темы.

Основные понятия безопасности жизнедеятельности. Проблемы и задачи безопасности жизнедеятельности. Объект, субъект, предмет, методы, теория и практика безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Система «человек – среда обитания». Основные составляющие системы «человек – среда обитания». Характеристика человека как элемента системы «человек - среда обитания». Концептуальная модель безопасности личности. Понятия риска и опасности в концепции жизнедеятельности человека. Классификация чрезвычайных ситуаций: техногенные, природные, военного времени. Понятие опасного промышленного объекта, классификация опасных объектов. Фазы развития чрезвычайных ситуаций. Основы прогнозирования и предупреждения чрезвычайных ситуаций.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

#### **Тема 2 Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени**

Содержание темы.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные задачи РСЧС. Структура РСЧС. Органы повседневного управления РСЧС. Силы и средства РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС. Министерство по чрезвычайным ситуациям (МЧС) России – федеральный орган управления в области гражданской обороны и защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций. Система и задачи МЧС России. Гражданская оборона (ГО), как важная составляющая национальной безопасности и обороноспособности страны. Основные задачи ГО в мирное и военное время. Управление гражданской обороной. Силы гражданской обороны.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

### **Тема 3 Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера**

Содержание темы.

Определение стихийного бедствия. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита при землетрясении и извержении вулкана. Возникновение и защита от цунами. Защита при ураганах, бурях, смерчах и грозах. Защита при снежных заносах, метели, буране, пурге, вьюге, сходе лавин. Защита при селях и оползнях. Защита при лесных и торфяных пожарах. Защита при наводнении.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

### **Тема 4 Чрезвычайные ситуации техногенного. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.**

Содержание темы.

Условия формирования и классификация техногенных чрезвычайных ситуаций. Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения на химически опасных объектах. Аварии на радиационно-опасных объектах. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Аварии на транспорте. Аварии на гидротехнических сооружениях. Аварии на объектах коммунального хозяйства

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

### **Тема 5 Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций социально-политического характера. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций.**

Содержание темы.

Основы организации аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСДНР) при ЧС. Цели, состав, назначение, организация проведения, привлекаемые силы при проведении АСДНР, способы их ведения. Состав спасательных работ. Состав неотложных работ. Основы управления АСДНР. Степени готовности сил, проводящих АСДНР. Особенности проведения АСДНР при действии различных поражающих факторов. Управление силами при проведении АСДНР. Методика оценки инженерной обстановки, определение состава сил и средств для ликвидации последствий ЧС. Прогноз последствий возможной ЧС. Практические расчеты по оценке последствий ЧС на промышленном объекте.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

### **Тема 6 Психопатологические последствия чрезвычайной ситуации**

Содержание темы.

Формы реакции человека на чрезвычайную ситуацию. Динамике поведения людей подвергшихся воздействию экстремальной ситуации. Психические и психосоматические расстройства. Динамика психопатологических последствий. Критерии диагностики посттравматических стрессовых расстройств.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

### **Тема 7 Вредные привычки и их профилактика**

Содержание темы.

Курение и его влияние на здоровье человека. Пассивное курение. Первая помощь при отравлении никотином. Наркомания и токсикомания. Социальные последствия пристрастия к наркомании. Понятие о веществах изменяющих сознание. Пути профилактики и лечения наркотической зависимости. Алкоголь и его влияние на физическое здоровье человека. Профилактика пристрастия к алкоголю

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

## **Раздел 2. «Гражданская оборона»**

### **Тема 8 Гражданская оборона и ее роль в мирное и военное время. Современные**

## **средства поражения и защиты населения.**

Содержание темы.

Гражданская оборона (ГО), как важная составляющая национальной безопасности и обороноспособности страны. Основные задачи ГО в мирное и военное время. Управление гражданской обороной. Силы гражданской обороны. Ядерное оружие и его поражающие факторы: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение, электромагнитный импульс. Очаг ядерного поражения. Зона радиоактивного заражения. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ) и их характеристика. Очаг химического поражения и зона химического заражения. Бактериологическое (биологическое) оружие. Признаки применения. Очаг бактериологического (биологического поражения). Современные обычные средства поражения. Высокоточное оружие. Виды неуправляемых боеприпасов. Зажигательное оружие. Средства защиты от ОМП. Средства индивидуальной защиты населения. Средства защиты органов дыхания и кожи. Медицинские средства защиты. Средства коллективной защиты. Классификация средств коллективной защиты. Эвакуация и рассредоточение городского населения.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

## **Тема 9 Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций**

Содержание темы.

Основные задачи при подготовке населения в области защиты от ЧС. Содержание подготовки в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Повышение квалификации в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Категории обучаемых и порядок их подготовки: руководящий и командно-начальствующий состав ГО; личный состав формирований ГО; рабочие и служащие, не входящие в состав формирований ГО; неработающее население; учащаяся молодежь.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

## **Тема 10 Индивидуальные средства защиты организма человека**

Содержание темы.

Средства защиты органов дыхания. Противогазы и респираторы. Средства защиты кожи. Фильтрующие и изолирующие средства защиты. Средства защиты промышленного изготовления и изготовленные населением из подручных материалов. Медицинские средства защиты.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

## **Раздел 3. «Техника безопасности»**

### **Тема 11 Государственная политика в области безопасности труда. Безопасность жизнедеятельности в производственных условиях. Производственный микроклимат и освещение**

Содержание темы.

Основные правовые акты, регулирующие политику в области охраны труда и ее реализацию в РФ. Основные направления политики РФ в области охраны труда. Государственное управление охраной труда

Параметры микроклимата. Общие санитарно-технические требования к производственным помещениям и рабочим местам. Системы обеспечения параметров микроклимата и состава воздуха. Регулирование температуры, влажности и чистоты воздуха в помещениях. Освещение. Требования к системам освещения. Оптимизация освещения помещений и рабочих мест.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

### **Тема 12 Вредные и опасные факторы производственной среды**

Содержание темы.

Опасные и вредные факторы. Классификация (группы) негативных факторов производственной деятельности и трудового процесса. Физические и химические неблагоприятные факторы. Биологические факторы производственной среды. Психофизиологические профессиональные вредности. Физические, биологические и химические уровни вредности. Шум и вибрация как травмирующие явления.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

### **Тема 13 Комфортные и допустимые условия жизнедеятельности при производственном шуме и вибрации, электромагнитных, лазерных и ионизирующих излучениях. Психология в обеспечении безопасного труда**

Содержание темы.

Соответствие условий жизнедеятельности физиологическим, физическим и психическим возможностям человека (параметры микроклимата, организации деятельности и отдыха). Критерии влияния дискомфорта, их значимость. Физиологические основы труда и профилактика утомления.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

### **Тема 14 Международное сотрудничество в области предотвращения чрезвычайных ситуаций**

Содержание темы.

Принцип неделимости международной безопасности. Универсальная система обеспечения международной безопасности в рамках Организации Объединенных Наций. Особенности международного сотрудничества. Международные договоры, сдерживающие гонку ядерных вооружений.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

## **Раздел 4. «Медицинская помощь»**

### **Тема 15 Оказание неотложной помощи при переломе костей, ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Оказание помощи при внезапных заболеваниях помощи при ранах, травмах, кровотечениях и терминальных состояниях, закрытых повреждениях, переломах.**

Содержание темы.

Характеристика различных видов, кровотечений. Способы остановки кровотечений. Порядок и особенности наложения жгута. Порядок оказания первой медицинской помощи при кровотечениях. Оказание первой помощи при ушибах. Особенности первой медицинской помощи при ушибах головы и позвоночника. Первая помощь при растяжениях и переломах. Понятия о растяжениях связок и мышц и их симптомы. Оказание первой помощи утопающему. Правила поведения сердечно – легочной реанимации. Оказание первой медицинской помощи пострадавшим при массовых поражениях. Наиболее распространенные инфекционные болезни, причины их возникновения. Меры профилактики инфекций. Профилактика инфекционных болезней.

Формируемые индикаторы содержания компетенции: УК-8.1. УК-8.2. ОПК-7.1

### **Тема 16 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества**

Содержание темы.

Здоровье человека, общие понятия, критерии и определения. Здоровье физическое и духовное. Основные факторы, формирующее здоровье. Здоровый образ жизни. Как индивидуальная система поведения человека. Общие понятия и определения здорового образа жизни. Связь образа жизни с профилактикой заболеваний. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены. Режим труда и отдыха. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека. Закаливание организма и влияние питания на здоровье человека.

## 6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### 6.1. Основная литература

1. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05849-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449720>

### 6.2. Дополнительная литература

1. Беляков, Г. И. Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда в 3 т. Том 1 : учебник для вузов / Г. И. Беляков. — 4-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 360 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12634-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/464771>

2. Беляков, Г. И. Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда в 3 т. Т. 2 : учебник для вузов / Г. И. Беляков. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 577 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12636-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/447907>

3. Беляков, Г. И. Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда в 3 т. Т. 3 : учебник для вузов / Г. И. Беляков. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 484 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12635-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/447908>

## 7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru>.
2. Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО <http://go-oborona.narod.ru>.
3. Культура безопасности жизнедеятельности на сайте по формированию культуры безопасности среди населения РФ <http://www.kbzhd.ru>.
4. Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»: <http://www.rhbz.ru/main.html>.
5. Портал Академии Гражданской защиты: <http://www.amchs.ru/portal>.
6. "Университетская библиотека": <http://www.biblioclub.ru/>
7. Научная электронная библиотека e-library: <http://www.e-library.ru/>
8. Университетская информационная система России (УИС России): <http://uisrussia.msu.ru/>
9. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Библиотека полнотекстовых учебников и учебных пособий по гуманитарно-экономическим и техническим дисциплинам [Режим доступа <http://window.edu.ru/window/library>]
10. Электронная библиотечная система <http://znanium.com>
11. Справочная правовая система «Консультант Плюс»/ правовые ресурсы; обзор изменений законодательства; актуализированная справочная информация - <http://www.consultant.ru> .
12. Справочная правовая система «Гарант»/ правовые ресурсы; экспертные обзоры и оценка; правовой консалтинг <http://www.garant.ru>
13. Публичная Интернет-библиотека [Режим доступа <http://www.public.ru>].
14. Научно-технический центр правовой информации «Система» <http://www.systema.ru/>
15. Справочная правовая система «Гарант»/ правовые ресурсы; экспертные обзоры и оценка; правовой консалтинг <http://www.garant.ru>
16. Научно-технический центр правовой информации «Система» <http://www.systema.ru/>

## **8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

включает перечень информационно-справочных систем:

- Электронно-библиотечная система Юрайт;
- Электронно-библиотечная система КноРус;
- Правовую информационную систему «Консультант-плюс» [Электронный ресурс]. –

Режим доступа: <http://www.consultant.ru/> (в соответствии с графиком работы коммерческой версии для незарегистрированных пользователей);

- Правовую информационную систему «Гарант» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.garant.ru/>.

Программное обеспечение:

Для успешного освоения дисциплины, студент использует такие программные средства как Excel; Word. Для представления результатов – Power Point.

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Реализация программы предполагает наличие учебных кабинетов: лекционная аудитория, оборудованная видеопроекционной аппаратурой, экраном, компьютером.

Кабинет для практических занятий (компьютерный класс), имеющий видеопроекционную аппаратуру с возможностью подключения к ПК, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети Internet.

## **10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **10.1. Методические указания по изучению дисциплины для обучающихся**

Студентам необходимо ознакомиться:

- с содержанием рабочей программы дисциплины (далее – РПД), с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися на образовательном портале и сайте кафедры, с графиком консультаций преподавателей данной кафедры.

*Советы по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины.* Рекомендуемое распределение времени на изучение дисциплины указано в разделе «Структура и содержание дисциплины». В целях более плодотворной работы в семестре студенты также могут ознакомиться с календарно-тематическим планом дисциплины, составленным преподавателем – как для лекционных, так и для практических занятий.

*«Сценарий» изучения дисциплины.* «Сценарий» изучения дисциплины студентом подразумевает выполнение им следующих действий:

1. Ознакомление с целями и задачами дисциплины.
2. Ознакомление с требованиями к знаниям и навыкам студента.
3. Первичное ознакомление с разделами и темами дисциплины.
4. Ознакомление с распределением времени на изучение дисциплины.
5. Ознакомление со списками рекомендуемой основной и дополнительной литературы по дисциплине.
6. Углублённое ознакомление с разделами и темами дисциплины.
7. Предварительный охват на основе рекомендуемой литературы круга вопросов, актуальных для конкретного занятия.
8. Самостоятельная проработка основного круга вопросов как каждого последующего, так и каждого предыдущего занятия в свободное время между занятиями по дисциплине.
9. Присутствие и творческое участие на лекционных и семинарских / практических занятиях.



10. Выполнение требований планового текущего и итогового контроля.
11. Уточнение возникающих вопросов на консультации по дисциплине.
12. Непосредственная подготовка к зачету по дисциплине на основе выданных преподавателем вопросов к зачету.

#### **10.2. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям (теоретический курс)**

Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам, если разобраться в материале опять не удалось, то обратиться к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

#### **10.3. Рекомендации по подготовке к практическим занятиям**

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;
- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и нормативно-правовые акты и материалы правоприменительной практики;
- теоретический материал следует соотносить с правовыми нормами, так как в них могут быть внесены изменения, дополнения, которые не всегда отражены в учебной литературе;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- в ходе семинара давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

#### **10.4. Методические рекомендации по выполнению различных форм самостоятельных домашних заданий**

Самостоятельная работа студентов включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины студентам предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.

Студентам следует:

- руководствоваться графиком самостоятельной работы, определенным РПД;
- выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на семинарах и консультациях неясные вопросы;
- при подготовке к промежуточной аттестации параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

## **11. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и учебно-методические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением элементов электронного обучения. Электронное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В образовательном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для обучающихся с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения. Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы обучающиеся с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении всех видов аттестации.

Особые условия предоставляются обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья на основании заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

## **12. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

## 12.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

| Формируемые компетенции   | Знания, умения, навыки   | Средства оценки  |
|---|--|--|
| <p><b>УК-8.</b><br/>Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</p> | <p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей;</li> <li>- факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);</li> <li>- методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</li> <li>- факторы риска, и факторные условия обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих</li> <li>- законодательные и правовые акты в области обеспечения безопасности жизнедеятельности;</li> <li>- требования к безопасности технических регламентов в сфере профессиональной деятельности;</li> <li>- нормы и правила обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности;</li> <li>- правила поведения в чрезвычайных ситуациях</li> <li>- основные методы защиты персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);</li> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера на основе анализа чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> | <p><b>Этап 1.</b> Формирование базы знаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– лекции;</li> <li>– практические занятия по темам теоретического содержания;</li> <li>– самостоятельная работа студентов по вопросам тем творческого содержания.</li> </ul> <p><b>Этап 2.</b> Формирование навыков практического использования знаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– практические занятия;</li> <li>– ситуационные задачи;</li> <li>– самостоятельная работа по решению ситуационных заданий.</li> </ul> <p><b>Этап 3.</b> Проверка усвоения материала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проверка решений самостоятельно выполненных и практических и ситуационных задач;</li> <li>– анализ и оценка активности и эффективности участия в практических занятиях;</li> <li>– тестирование текущих знаний;</li> <li>– контрольные задания;</li> <li>– итоговый контроль по дисциплине.</li> </ul> |

|   |  |  |
|---|--|--|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий</li> <li>- формировать безопасный тип поведения;</li> <li>- использовать принципы обеспечения безопасности;</li> <li>- организовывать действия при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;</li> <li>- выявлять опасности, возникающие в повседневной жизни;</li> <li>- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий;</li> <li>- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения анализа факторов вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;</li> <li>- организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</li> </ul> |  |
| <p><b>ОПК-7.</b> Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p> | <p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- основные разделы гигиенической науки и их содержания;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;</li> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.)</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических</li> </ul>   | <p><b>Этап 1.</b> Формирование базы знаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– лекции;</li> <li>– практические занятия по темам теоретического содержания;</li> <li>– самостоятельная работа студентов по вопросам теоретического содержания.</li> </ul> <p><b>Этап 2.</b> Формирование навыков практического использования знаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– практические занятия;</li> <li>– ситуационные задачи;</li> <li>– самостоятельная работа по решению ситуационных заданий.</li> </ul> <p><b>Этап 3.</b> Проверка усвоения материала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проверка решений</li> </ul> |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p>повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нестандартные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации</li> </ul> | <p>самостоятельно выполненных практических и ситуационных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ и оценка активности и эффективности участия в практических занятиях;</li> <li>- тестирование текущих знаний;</li> <li>- контрольные задания;</li> <li>- итоговый контроль по дисциплине.</li> </ul> |
|--|--|--|

## 12.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <i>Описание показателей</i> |  |
| Этап 1: Формирование        | - посещение лекционных и практических занятий; |

|  |  |
|--|--|
| базы знаний  | - ведение конспекта лекций   |
| Этап 2: Формирование навыков практического использования знаний            | - правильное и своевременное выполнение практических заданий по разрешению поставленных проблем;<br>- наличие правильно выполненной самостоятельной работы   |
| Этап 3: Проверка усвоения материала  | - степень активности и эффективности участия студента по итогам каждого практического занятия;<br>- успешное прохождение тестирования;<br>- выполнение самостоятельных работ, в том числе домашних заданий;<br>- результаты зачета   |
| <b>Критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования</b> |  |
| Этап 1: Формирование базы знаний   | - посещение лекционных и практических занятий не менее 80%;<br>- наличие конспекта лекций по всем темам, вынесенным на лекционное обсуждение не менее 60%<br>- участие в обсуждении теоретических вопросов тем на каждом практическом занятии не менее 50%   |
| Этап 2: Формирование навыков практического использования знаний            | - студент должен знать сущность и специфику дисциплины с правильностью не менее 60%;<br>- может определить основные направления исследований в сфере ФКиС, источники и виды информации с правильностью не менее 60%;<br>- может анализировать и оценивать информацию; планировать и осуществлять свою деятельность с учетом результатов этого анализа с правильностью не менее 60%;<br>- владеет способностью сбора и анализа информации с правильностью не менее 60%;<br>- владеет способностью корректно формулировать задачи своей деятельности, устанавливать их взаимосвязи, строить модели систем задач, анализировать, диагностировать причины появления проблем с правильностью не менее 60%   |
| Этап 3: Проверка усвоения материала  | - тестовые задания решены самостоятельно, в отведенное время, результат выше пороговых значений с правильностью не менее 60%<br>Оценка «5» ставится при наличии 90-100% правильных ответов;<br>Оценка «4» ставится при наличии 75-89% правильных ответов;<br>Оценка «3» ставится при наличии 60-74% правильных ответов   |
| <b>Описание шкал оценивания</b>  |  |
| Оценивание результатов зачета  | Ответ студента на зачете оценивается на:<br>«Зачтено», если обучающийся свободно, с глубоким знанием материала, правильно, последовательно и полно выберет тактику действий, и ответит на дополнительные вопросы; если обучающийся достаточно убедительно, с несущественными ошибками в теоретической подготовке и достаточно освоенными умениями по существу правильно ответил на вопрос педагога с дополнительными комментариями или допустил небольшие погрешности в ответе.<br>«Незачтено» выставляется, если обучающийся только имеет очень слабое представление о предмете и недостаточно, или вообще не освоил умения по разрешению производственной ситуации. Допустил существенные ошибки в ответе на большинство вопросов, неверно отвечал на дополнительные заданные ему вопросы. |
| Оценивание результатов работы в группе на практических занятиях            | - оценка «отлично» выставляется каждому студенту в группе, чей ответ и предложенные решения поставленной проблемной ситуации оказались наиболее продуманным, логичным и предусматривающий большее количество особых ситуаций;<br>- оценка «хорошо» выставляется каждому студенту в группе, чей ответ и предложенные решения поставленной проблемной ситуации имеют незначительные нарушения;<br>- оценка «удовлетворительно» выставляется каждому студенту в группе, чей ответ и предложенные решения поставленной проблемной ситуации имеет   |

|   |   |   |
|---|---|---|
|   | <p>нарушения, но в целом задание выполнено;</p> <p>- оценка «неудовлетворительно» выставляется каждому студенту группы, если ответ и предложенные решения поставленной проблемной ситуации выполнены с грубыми нарушениями и не соответствует поставленной задаче.</p>  |   |
| Оценивание результатов индивидуального контроля на практическом занятии | <p>Шкала оценивания:</p> <p>«Отлично» - вопрос раскрыт полностью, точно обозначены основные понятия и характеристики в соответствии с нормами права и теоретическим материалом.</p> <p>«Хорошо» - вопрос раскрыт, однако нет полного описания всех необходимых элементов.</p> <p>«Удовлетворительно» - вопрос раскрыт не полно, присутствуют грубые ошибки, однако есть некоторое понимание раскрываемых понятий.</p> <p>«Неудовлетворительно» - ответ на вопрос отсутствует или в целом не верен.</p>        |   |
| Оценивание результатов тестирования и контрольных срезов                | <p>Репродуктивность знаний: ответ/метод решения заданий закрытого типа совпадает с установленным в тесте.</p> <p>Умения, навыки: в работе демонстрируется умение самостоятельного решения заданий открытого типа рекомендованными методами.</p> <p>Шкала оценивания при тестировании:</p> <p>«отлично» - 90-100% правильных ответов;</p> <p>«хорошо» - 75-89% правильных ответов;</p> <p>«удовлетворительно» - 60-74% правильных ответов;</p> <p>«неудовлетворительно» - 59% и меньше правильных ответов.</p> |   |
| Оценивание докладов, рефератов, эссе                                    | 1. Знание и понимание теоретического материала.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- определяет рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры;</li> <li>- используемые понятия строго соответствуют теме;</li> <li>- самостоятельность выполнения работы.</li> </ul>   |
|   | 2. Анализ и оценка информации   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно применяет категории анализа;</li> <li>- умело использует приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений;</li> <li>- способен объяснить альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и прийти к сбалансированному заключению;</li> <li>- студент использует большое количество различных источников информации;</li> <li>- даст личную оценку проблеме.</li> </ul> |
|   | 3. Построение суждений  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ясность и четкость изложения;</li> <li>- выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией;</li> <li>- приводятся различные точки зрения и их личная оценка.</li> <li>- общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует жанру проблемной научной статьи.</li> </ul>   |
|   | 4. Оформление работы  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- работа отвечает основным требованиям к оформлению и использованию цитат;</li> <li>- соблюдение лексических, фразеологических, грамматических и стилистических норм русского литературного языка;</li> <li>- оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации.</li> </ul>  |
|   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка «отлично» выставляется студенту, если работа отвечает всем 4 критериям</li> <li>- оценка «хорошо» если работа отвечает всем 3 критериям</li> <li>- оценка «удовлетворительно» если работа отвечает 2 критериям</li> <li>- оценка «неудовлетворительно» если работа не отвечает критериям</li> </ul>   |

### **12.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

#### **12.3.1. Вопросы для подготовки к зачету**

1. Нормативно-правовое обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в Российской Федерации.
2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Режимы функционирования РСЧС.
3. Концепция приемлемого риска.
4. Классификация чрезвычайных ситуаций. Критерии чрезвычайных ситуаций.
5. Прогнозирование последствий чрезвычайных ситуаций различного характера.
6. Источники чрезвычайных ситуаций природного характера и способы защиты от них.
7. Климатогеографические особенности территории Москвы как возможные источники чрезвычайных ситуаций.
8. Потенциально опасные объекты. Степень их опасности.
9. Источники чрезвычайных ситуаций техногенного характера на территории Москвы.
10. Влияние техногенных факторов среды обитания на здоровье населения.
11. Классификация инфекционных заболеваний человека, животных и растений. Эпидемии, эпизоотии, эпифитотии. Пандемии, панзоотии, панфитотии.
12. Источники чрезвычайных ситуаций социального характера.
13. Рекомендации о порядке поведения населения при угрозе и осуществлении террористических актов.
14. Рекомендации по поведению людей в случае захвата их в качестве заложников.
15. Чрезвычайные ситуации криминального характера способы защиты от них.
16. Принципы организации обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций.
17. Ядерное оружие: понятия, характеристика. Очаг ядерного поражения.
18. Химическое оружие: понятия, классификация. Очаг химического поражения.
19. Бактериологическое оружие: определение, виды микроорганизмов, используемых как бактериологическое оружие.
20. Принципы защиты населения от ядерного, химического и бактериологического оружия.
21. Средства предотвращения техногенных аварий.
22. Принципы организации коллективной защиты населения при разных видах чрезвычайных ситуаций.
23. Прогнозирование и моделирование условий возникновения опасных ситуаций.
24. Гражданские средства индивидуальной защиты.
25. Средства защиты органов дыхания, зрения, слуха, кожи.
26. Микроклимат и воздушная среда рабочей зоны и их влияние на работоспособность человека.
27. Тепловые излучения и влияние их на организм человека.
28. Гигиеническое значение климата.
29. Оздоровление воздушной среды в организации в сфере профессиональной деятельности.
30. Действие света на организм человека.
31. Влияние шума на организм человека в сфере профессиональной деятельности.
32. Опасность совместного воздействия вибрации, шума, ультразвука и инфразвука на организм человека.



33. Действие ЭМП на организм человека. Средства защиты от ЭМП
34. Биологическое действие ионизирующих излучений. Обеспечение безопасности при работе с ионизирующим излучением.
35. Влияние химических веществ на профессиональные заболевания.
36. Пожарная безопасность в производственных зданиях и сооружениях.
37. Организационные и технические меры по предотвращению распространения пожаров и взрывов.
38. Производственный травматизм. Нормативно-правовые акты, регламентирующие вопросы, связанные с несчастными случаями. Профилактика несчастных случаев.
39. Основные представления о здоровом образе жизни.
40. Наркомания. Профилактика наркомании.
41. Алкоголизм. Бытовое пьянство.
42. Табакокурение. Активное и пассивное курение. Вред курения.
43. Основы организации первой медицинской помощи.
44. Основы первичной сердечно-легочной реанимации.
45. Кровотечения. Первичная помощь при кровотечениях.
46. Переломы, вывихи. Первичная помощь при переломах и вывихах.
47. Оказание первой медицинской помощи при укусах животных.
48. Оказание первой медицинской помощи при термических поражениях кожи.
49. Продукты питания и профилактика пищевых отравлений.
50. Первая помощь при пищевых отравлениях.
51. Оказание первой медицинской помощи при электротравме.
52. Организация работ по ликвидации чрезвычайных ситуаций.

### 12.3.2. Примерные контрольные тестовые задания

#### Комплект заданий для контрольного среза № 1

##### 1. Безопасность жизнедеятельности - область научных знаний, изучающая

- А. Опасности и способы защиты от них.
- Б. Способы выживания в ЧС природного происхождения.
- В. Технику безопасности на производстве.

##### 2. Опасность антропогенного происхождения это:

- А. Опасности природного происхождения.
- Б. Опасности, обусловленные деятельностью человека и продуктами его труда.
- В. Опасности, связанные с ростом криминальной обстановки.

##### 3. Понятие, устанавливающее допустимое значение негативного воздействия на организм человека или окружающую среду:

- А. Риск.
- Б. ПДК (ПДУ).
- В. Вредный фактор.

##### 4. Постановление Правительства РФ № 261 «О создании Российской системы предупреждения и действий в ЧС» вышло в

- А. 1995 г.
- Б. 1992 г.
- В. 1998 г.

##### 5. ЧС в результате которой пострадало от 10 до 50 человек, либо нарушены условия жизнедеятельности от 100 до 300 человек, либо материальный ущерб составил от 1000 до 5000 МРОТ (минимальных размеров оплаты труда) на день ЧС.

- А. Локальная.
- Б. Муниципальная
- В. Региональная.

- 6. Землетрясение, извержения вулканов относятся к**  
А. Геологическим опасным явлениям.  
Б. Гидрологическим опасным явлениям.  
В. Геофизическим опасным явлениям.
- 7. Бури, ураганы, смерчи относят к**  
А. Гидрологическим опасным явлениям.  
Б. Метеорологическим опасным явлениям.  
В. Геологическим опасным явлениям.
- 8. Хлор – газ, который**  
А. Тяжелее воздуха.  
Б. Легче воздуха.  
В. Их удельный вес равен.
- 9. Аммиак – газ, который**  
А. Тяжелее воздуха.  
Б. Легче воздуха.  
В. Их удельный вес равен.
- 10. При поражении кислотой, после обработки проточной водой, делаем**  
А. Примочки из содового раствора  
Б. Примочки из слабого раствора уксуса или борной кислоты  
В. Обрабатываем раствором йода.
- 11. При поражении щелочью, после обработки проточной водой, делаем**  
А. Примочки из содового раствора.  
Б. Примочки из слабого раствора уксуса или борной кислоты.  
В. Обрабатываем раствором йода.
- 12. К какой группе относится хлор:**  
А. АХОВ раздражающего действия.  
Б. АХОВ прижигающего действия.  
В. АХОВ удушающего действия.
- 13. К какой группе относится окись углерода:**  
А. Общетоксического действия.  
Б. Удушающего действия.  
В. Раздражающего действия.
- 14. Не представляет опасности для организма человека:**  
А.  $\beta$  излучения.  
Б.  $\alpha$  излучения.  
В.  $\gamma$  излучения.
- 15. Радиоактивное загрязнение**  
А. 20 мкбэр в час.  
Б. 60 мкбэр в час.  
В. 120 мкбэр в час.
- 16. Однократное облучение дозой 100 бэр приводит к**  
А. Острой лучевой болезни.  
Б. Хронической лучевой болезни.  
В. Смертельному исходу.
- 17. Зона радиационного загрязнения, где запрещено постоянное проживание населения, ограничена хозяйственная деятельность и природопользование**  
А. Зона отселения.  
Б. Зона отчуждения.  
В. Зона проживания с правом на отселение.
- 18. Условная величина, характеризующая количество энергии, выделившейся в очаге землетрясения, измеряется по шкале:**  
А. Рихтера.

Б. Меркалли.

В. Боффорта.

**19. Во время землетрясения, если Вы находитесь в здании, нужно срочно**

А. Спустится в подвал.

Б. Распахнуть двери встать в проем.

В. Позвонить в службу спасения.

**20. Наводнение, связанное с максимальным стоком воды от весеннего таяния снега называется**

А. Половодье.

Б. Паводок.

В. Затоп.

**21. Продолжительный сильный ветер со скоростью более 30 метров в секунду это**

А. Ураган.

Б. Буря.

В. Смерч.

**22. Скользящее движение горных пород вниз по склону под влиянием силы тяжести называется**

А. Провалом земной поверхности.

Б. Оползнем

В. Сходом селевого потока

**23. Вредные вещества, вызывающие аллергические реакции относят к группе**

А. Токсические вещества.

Б. Сенсибилизирующие вещества.

В. Раздражающие вещества.

**24. Вредные вещества, вызывающие развитие опухолевых заболеваний относят к группе.**

А. Мутагенные вещества.

Б. Канцерогенные вещества.

В. Репродуктивные вещества.

**25. Инструктаж по технике безопасности, проводимый со всеми, принимаемыми на работу, называется**

А. Вводный

Б. Первичный.

В. Текущий.

**26. Электрический ток, вызывающий хаотические сокращения волокон сердечной мышцы –**

А. Ощутимый ток.

Б. Неотпускающий ток.

В. Фибрилляционный ток.

**27. При падении на землю электрического провода под напряжением, а также в местах заземления проводов возникает**

А. Статическое электричество.

Б. Шаговое напряжение.

В. Электромагнитная волна.

**28. Резкое увеличение скорости экзотермических реакций, приводящее к возникновению горения смеси без источника зажигания**

А. Вспышка.

Б. Воспламенение.

В. Самовозгорание.

Г. Взрыв.

**29. Рекомендуемые средства пожаротушения оборудования под напряжением**

А. Порошки, хладоны, углекислый газ.

Б. Галогеноуглеводороды.

В. Распыленная вода.

**30. Нормативно-технические документы, обеспечивающие защиту рабочих от действия опасных факторов**

А. Система стандартов безопасности труда.

Б. Трудовой кодекс.

В. Конституция РФ.

**31. Безопасность жизнедеятельности рассматривает понятие - безопасность в сферах деятельности:**

А безопасность в бытовой сфере;

Б. безопасность в городской сфере;

В безопасность в окружающей природной среде и чрезвычайные ситуации мирного и военного времени;

Г безопасность в производственной сфере;

Д безопасность во всех сферах: А, Б, В, Г.

**32. Фактор, воздействие которого на организм потенциально может привести к травме, называется:**

А вредный фактор;

Б травмирующий фактор;

В опасный фактор;

Г негативный фактор.

**33. Вещество, способное самостоятельно гореть после удаления источника зажигания называется:**

А легковоспламеняющееся;

Б горючее;

В окислитель;

Г источник зажигания;

**34. Событие с трагическими последствиями, крупная авария с гибелью людей - это:**

А чрезвычайная ситуация;

Б непредвиденная и неожиданная ситуация;

В катастрофа.

**35. Объекты безопасности – это:**

А материальные ценности,

Б жизненно важные интересы личности, общества и государства,

В духовные ценности,

Г границы государства.

**36. Факторы, приводящие в определенных условиях к травматическим повреждениям или к внезапным и резким нарушениям здоровья человека, называются:**

А опасными

Б интенсивными

В. вредными

Г рискованным

**37. Состояние аффекта – это**

А поведение срыва

Б тревожное ожидание

В взрыв эмоций

Г конфликтная ситуация

**38. В случае приближения смерчей жители населённых пунктов для более надежной защиты**

А занимают чердаки

Б остаются в здании

В покидают помещения

Г занимают подвальные помещения

**39. Основными загрязнителями атмосферы являются**

А оксиды азота, серы, углерода

Б пестициды

В гербициды

Г диоксиды

**40. Важнейшее условие высокой работоспособности – это**

А соблюдение определённого темпа и ритма в работе

Б работа только в утренние часы

В работа только в дневные часы

Г работа в ночное время

**41. При обнаружении подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством необходимо**

А оставить этот факт без внимания

Б осмотреть подозрительный объект

В не трогать, не вскрывать и не передавать находку, сообщить в полицию

Г не сообщать о находке в полицию

**42. Рекомендуемые зоны эвакуации и оцепления при обнаружении взрывного устройства в виде кейса, дорожного чемодана**

а) 230 м, 350 м

б) 200 м, 300 м

в) 150 м, 230 м

г) 350 м, 200 м

**43. Признаками, определяющими опасность для человека, являются:**

А возможность нанесения ущерба здоровью

Б материальный ущерб

В угроза для жизни

Г нарушение функционирования системы вентиляции.

**44. Мероприятия, направленные на удаление радиоактивных веществ с зараженных объектов**

А. Дегазация.

Б. Дезактивация.

В. Дезинфекция.

**45. Уничтожение ядовитых веществ или удаление с поверхности до допустимой нормы**

А. Дезактивация.

Б. Дегазация.

В. Дезинфекция.

**46. Способ рассеивания искусственно зараженных кровососущих переносчиков заболевания (клещей, блох, комаров) называется**

А. Аэрозольным.

Б. Трансмиссивным.

В. Диверсионным.

**47. Система противоэпидемических и режимно-ограничительных мероприятий, направленных на полную изоляцию очага и ликвидацию в нем инфекционных заболеваний называется**

А. Обсервация.

Б. Карантин.

В. Дезинфекция.

**48. Уничтожение насекомых называется**

А. Дезинфекция.

Б. Дезинсекция.

В. Дератизация.

**49. Территория, в пределах которой в результате одновременного или последовательного применения двух или более видов оружия массового поражения произошло поражение людей, сельскохозяйственных животных, растений и повреждение зданий и сооружений называется очагом**

А. Радиационного поражения.

Б. Биологического поражения.

В. Комбинированного поражения.

**50. Уничтожение грызунов называется**

А. Дезинфекция.

Б. Дезинсекция.

В. Дератизация.

### **Комплект заданий для контрольного среза № 2**

#### **1. Цель учебной дисциплины БЖД.**

1 Привитие навыков организации безопасности труда и действий в чрезвычайных ситуациях.

2 Изучение теоретических основ и приобретение практических навыков организации безопасности труда и предотвращения чрезвычайных ситуаций предприятия. Изучение приемов и способов оказания первой помощи.

3 Организация охраны труда и действий в чрезвычайных ситуациях.

4 Защита человека в техносфере от негативных воздействий антропогенного и естественного происхождения и достижение комфортных условий жизнедеятельности.

#### **2. Безопасность жизнедеятельности.**

1 Это область научных знаний, изучающая общие опасности, угрожающие каждому человеку, и разрабатывающая соответствующие способы защиты от них в любых условиях обитания человека.

2 Процесс распознавания образа опасности, установления возможных причин, пространственных и временных координат вероятности проявления, величины последствий опасности.

3 Состояние деятельности, при котором с определенной вероятностью исключено проявление опасностей или отсутствие чрезмерной опасности.

4 Совокупность факторов среды обитания, воздействующих на человека.

#### **3. Какое значение индивидуального риска гибели человека считается в настоящее время приемлемым?**

1  $10^{-3}$

2  $10^{-4}$

3  $10^{-5}$

4  $10^{-6}$

#### **4. Что такое "приемлемый риск"?**

1 Степень риска, не приводящая к гибели человека.

2 Риск, при котором защитные мероприятия позволяют поддерживать достигнутый уровень безопасности на данном уровне развития общества.

3 Риск, оцениваемый вероятностью смертельных случаев в единицу времени.

4 Риск, не представляющий непосредственной угрозы здоровью и жизни человека.

#### **5. Автор закона сохранения жизни и условия развития среды обитания человека**

1 И. М. Сеченов.

2 Ю. Н. Куражковский.

3 И. П. Павлов.

4 Б. Романини.

**6 Элементы окружающей среды, взаимодействующие с человеком.**

- 1 Студенческая, сельская и преподавательская среды.
- 2 Природная, поселенческая, социальная, бытовая, производственная среды.
- 3 Производственная и бытовая среды.
- 4 Природная, производственная, экологическая среды.

**7 Носители опасности.**

- 1 Вещество, информация, энергия.
- 2 Космос, энергия, гидросфера.
- 3 Техносфера, социум, атмосфера.
- 4 Информация, вещество, биосфера.

**8 Условия существования жизнедеятельности человека с учетом закона сохранения жизни.**

- 1 Воздействие на человека потоков только вещества.
- 2 Воздействие на человека потоков вещества, энергии и информации.
- 3 Воздействие на человека потоков вещества и энергии.
- 4 Воздействие на человека только информации.

**9 Чем оценивается степень риска в мировой практике?**

- 1 Достигнутым уровнем безопасности.
- 2 Потенциальным уровнем безопасности.
- 3 Вероятностью смертельных случаев для различных видов деятельности.
- 4 Вероятностью несчастных случаев для различных видов деятельности.

**10 Опасность.**

- 1 Явления, процессы, объекты, свойства предметов, способные в определенных условиях причинить ущерб здоровью человека.
- 2 Заболевание, травматизм, следствием которого может стать летальный исход, инвалидность.
- 3 Совокупность факторов среды обитания, воздействующих на человека.
- 4 Процесс распознавания образа опасности, установления возможных причин, пространственных координат, вероятности проявления, величины опасности.

**11 Что НЕ относится к видам техносферных зон?**

- 1 Производственная.
- 2 Городская.
- 3 Сельская.
- 4 Транспортная.

**12 Основополагающая причина преобразования биосферы в техносферу.**

- 1 Массовое использование средств транспорта.
- 2 Интенсивное развитие сельского хозяйства.
- 3 Высокие темпы роста численности населения на Земле.
- 4 Концентрация энергетических ресурсов.

**13 Вследствие работы предприятий какой отрасли биосфера больше всего подвержена негативному воздействию?**

- 1 Металлургической промышленности.
- 2 Химической промышленности.
- 3 Сельского хозяйства.
- 4 ТЭС.

**14 Что такое техносфера?**

- 1 Регион, в котором живут люди.
- 2 Регион, в котором расположены технические средства.
- 3 Регион, в котором эпизодически бывает человек.

4 Регион, в котором произошло преобразование с помощью прямого или косвенного воздействия технических средств с целью наилучшего материальным, социальным и экономическим потребностям людей.

**15 Что НЕ относится к критериям комфортности техносферы согласно нормативным документам?**

- 1 Температура окружающей среды.
- 2 Относительная влажность.
- 3 Концентрация кислорода в воздухе.
- 4 Скорость движения воздуха.

**16 Какой закон является одним из основных законов в области БЖД?**

- 1 Закон Ома.
- 2 Закон Кирхгофа.
- 3 Закон о неустранимости отходов.
- 4 Закон Джоуля—Ленца.

**17 Какая система обеспечивает безопасность человека, техносферы?**

- 1 Безопасности труда.
- 2 Безопасности жизнедеятельности.
- 3 Глобальной безопасности.
- 4 Космической безопасности.

**18 Определение понятия «опасный фактор».**

- 1 Воздействие фактора приводит к нарушению целостности работающих.
- 2 Воздействие фактора приводит к заболеванию.
- 3 Воздействие фактора приводит к утрате трудоспособности.
- 4 Внезапное воздействие фактора и разрушение органов и систем человека.

**19 Определение понятия «вредный фактор».**

- 1 Фактор, воздействие которого может привести к травме.
- 2 Фактор, воздействие которого может привести к профессиональному заболеванию.
- 3 Фактор, воздействие которого может привести к заболеванию общего порядка.
- 4 Вредный фактор, разрушающий органы и системы человека.

**20 Какое действие оказывает электрический ток на организм человека?**

- 1 Ионизирующее, электролитическое, биологическое.
- 2 Термическое, электролитическое, биологическое.
- 3 Электролитическое, вибрационное, термическое.
- 4 Биологическое, электрическое, механическое.

**21 Какие электротравмы вызывает воздействие электрического электрической дуги?**

- 1 Только электрический ожог, металлизацию кожи, электрические знаки.
- 2 Только механические повреждения и металлизацию кожи.
- 3 Только электрические знаки и электрический ожог.
- 4 Электрический ожог, электрические знаки, металлизацию кожи, механические повреждения, электроофтальмию.

**22 Норма СВЧ электромагнитного поля для персонала при нормальных условиях труда.**

- 1 10 В/м.
- 2 1 Вт/м<sup>2</sup>.
- 3 5 А/м.
- 4 10 Вт/м<sup>2</sup>.

**23 От каких показателей зависит допустимое значение уровня электромагнитного излучения (плотности потока энергии (ППЭ))?**



- 1 Мощности излучения.
  - 2 Площади облучения.
  - 3 Частотного диапазона.
  - 4 Температуры внешней среды.
- 24 Характеристика лазера 3-го класса опасности.**
- 1 Рассеянное излучение представляет опасность для кожи.
  - 2 Коллимированное излучение представляет опасность для глаз и кожи на расстоянии 10 см от отражающей поверхности.
  - 3 Диффузно отраженное излучение представляет опасность для кожи и глаз на расстоянии 10 см от отражающей поверхности.
  - 4 Диффузно отраженное излучение представляет опасность для глаз на расстоянии 10 см от отражающей поверхности.
- 25 Сколько классов опасных и вредных веществ существует согласно нормативным документам?**
- 1 Три.
  - 2 Четыре.
  - 3 Пять.
  - 4 Шесть.
- 26 От каких показателей зависит воздействие вредных веществ на человека?**
- 1 Предельно допустимой концентрации и скорости их вывода из организма.
  - 2 Физико-химического состава и времени воздействия.
  - 3 Размеров частиц и вязкости вещества.
  - 4 Физико-химического состава и предельно допустимой концентрации вещества.
- 27 Что НЕ вызывает действие общих вибраций?**
- 1 Учащение пульса.
  - 2 Нарушение работы вестибулярного аппарата и виброболезнь.
  - 3 Виброболезнь и механическое повреждение внутренних органов при наличии резонанса.
  - 4 Нарушение работы вестибулярного и зрительного аппаратов.
- 28 Что вызывает действие локальных вибраций?**
- 1 Расширение сосудов и нарушение работы вестибулярного аппарата.
  - 2 Уменьшение тактильной чувствительности и изменение состава крови.
  - 3 Виброболезнь и нарушение работы зрительного аппарата.
  - 4 Уменьшение подвижности суставов и уменьшение тактильной чувствительности.
- 29 Когда разрешается превышение действующего уровня звукового давления на 1 дБ над допустимым нормативным значением?**
- 1 Разрешается только в одной октавной полосе.
  - 2 Разрешается только в первой октавной полосе.
  - 3 Не разрешается хотя бы в одной октавной полосе.
  - 4 Не разрешается в последней октавной полосе.
- 30 Какими характеристиками любых ионизирующих излучений определяется степень воздействия на человека?**
- 1 Частотой излучения.
  - 2 Длиной свободного пробега излучения.
  - 3 Временем облучения.
  - 4 Ионизирующей способностью
- 31 Какое излучение обладает наибольшей проникающей способностью?**
- 1 Гамма-излучение.
  - 2 Нейтронное излучение.
  - 3 Бета-излучение.

- 4 Альфа-излучение.
- 32 Какими показателями определяется эквивалентная доза ионизирующего излучения?**
- 1 Произведением поглощенной дозы на взвешивающий коэффициент К.
  - 2 Энергией ионизирующего излучения, поглощенной человеком.
  - 3 Произведением энергии ионизирующего излучения на массу тела.
  - 4 Дозой ионизирующего излучения в воздухе.
- 33 Что такое болевой порог шума и каким значениям децибел он соответствует?**
- 1 Уровни звукового давления, при которых человек начинает испытывать боль (в зависимости от частот - 130...140 дБ).
  - 2 Уровни звука, при которых человек начинает испытывать боль (200 дБА).
  - 3 Уровни звука, при которых человек начинает испытывать боль (100 дБА).
  - 4 Уровни звука, при которых человек начинает испытывать боль (180 дБА).
- 34 Какими единицами измеряется интенсивность теплового излучения?**
- 1 Джоулями (Дж).
  - 2 Ваттами на квадратный метр (Вт/м).
  - 3 Ваттами (Вт).
  - 4 Джоулями на квадратный метр (Дж/м<sup>2</sup>).
- 35 Излучает ли человек инфракрасные волны?**
- 1 Излучает всегда.
  - 2 Человек не является источником ИК-излучений.
  - 3 Человек может быть источником ИК-излучений, если другие источники ИК-излучений, находящиеся рядом, имеют большую температуру, чем он, и нагревают его.
  - 4 Человек может быть источником ИК-излучений, если другие источники ИК-излучений, находящиеся вокруг него, имеют меньшую температуру.
- 36 Какова величина дозы ионизирующего излучения, допустимая для населения в течение 1 года?**
- 1 1 мЗв (но не более 5 мЗв).
  - 2 5 мЗв (но не более 20 мЗв).
  - 3 0,1 мЗв (но не более 0,5 мЗв).
  - 4 0,01 мЗв (но не более 0,05 мЗв).
- 37 Какое из приведенных названий групп опасных и вредных факторов не входит в их классификацию?**
- 1 Физические.
  - 2 Химические.
  - 3 Материальные.
  - 4 Биологические.
- 38 Какое воздействие оказывают на человека вредные вещества?**
- 1 Канцерогенное и химическое.
  - 2 Химическое.
  - 3 Аллергическое и механическое.
  - 4 Токсическое и фиброгенное.
- 39 ПДК веществ, относящихся к умеренно опасным веществам.**
- 1 0,02 мг/м<sup>2</sup>.
  - 2 0,15 мг/м<sup>3</sup>.
  - 3 8 мг/м.
  - 4 12 мг/м<sup>3</sup>.
- 40 Какое воздействие оказывает на организм человека табачный дым?**
- 1 Канцерогенное и токсическое.
  - 2 Канцерогенное и фиброгенное.

- 3 Токсическое и аллергическое.  
4 Нервно-паралитическое и мутагенное.
- 41 Какое вещество обладает канцерогенным воздействием?**  
1 Медь.  
2 Асбест.  
3 Серная кислота.  
4 Цинк.
- 42 В зависимости от чего классифицируются шумы?**  
1 Защитных мер.  
2 Интенсивности.  
3 Временных характеристик.  
4 Воздействия на человека.
- 43 Чему равен уровень колебательной скорости, если колебательная скорость равна 0,5 м/с?**  
1 140 дБ.  
2 90 дБ.  
3 110 дБ.  
4 120 дБ.
- 44 Какое воздействие оказывает электрический ток?**  
1 Электролитическое.  
2 Ударное.  
3 Физическое.  
4 Ионизирующее.
- 45 Длительность участка кардиоцикла с наибольшей вероятностью поражения человека электрическим током.**  
1 0,1 с.  
2 0,2 с.  
3 0,3 с.  
4 0,5 с.
- 46 Наиболее опасный путь протекания тока.**  
1 Рука-рука.  
2 Левая рука-голова.  
3 Голова-правая рука.  
4 Нога-правая рука.
- 47 Чем определяется собственная частота колебательной системы?**  
1 Только жесткостью колебательной системы.  
2 Жесткостью и массой колебательной системы.  
3 Только массой колебательной системы.  
4 Материалом объекта.
- 48 Какие звуки эффективно поглощают звукопоглощающие материалы?**  
1 Звук средних и высоких частот.  
2 Звук низких частот.  
3 Инфразвуки.  
4 Ультразвук.
- 49 На сколько групп делятся принципы обеспечения безопасности?**  
1 Три.  
2 Четыре.  
3 Пять.  
4 Шесть.
- 50 К какой группе принципов обеспечения безопасности относятся принципы системности и ликвидации опасностей?**  
1 Ориентирующих.

- 2 Технических.
  - 3 Организационных.
  - 4 Управленческих.
- 51 К какой группе принципов обеспечения безопасности относятся принципы блокировки и экранирования?**
- 1 Ориентирующих.
  - 2 Технических.
  - 3 Организационных.
  - 4 Управленческих.
- 52 К какой группе принципов обеспечения безопасности относятся принципы плановости и стимулирования?**
- 1 Ориентирующих.
  - 2 Технических.
  - 3 Организационных.
  - 4 Управленческих.
- 53 К какой группе принципов обеспечения безопасности относятся принципы защиты временем и резервирования?**
- 1 Ориентирующих.
  - 2 Технических.
  - 3 Организационных.
  - 4 Управленческих.
- 54 К какой группе принципов обеспечения безопасности относится принцип нормирования?**
- 1 Ориентирующих.
  - 2 Технических.
  - 3 Организационных.
  - 4 Управленческих.
- 55 Какие принципы относятся к группе технических принципов?**
- 1 Блокировки и слабого звена.
  - 2 Экранирования и ликвидации опасности.
  - 3 Экранирования и нормирования.
  - 4 Экранирования и защиты временем.
- 56 Принципы, относящиеся к группе организационных принципов.**
- 1 Недоступности.
  - 2 Эргономичности.
  - 3 Контроля.
  - 4 Компенсации.
- 57 Принципы, относящиеся к группе управленческих принципов.**
- 1 Контроля.
  - 2 Резервирования.
  - 3 Защиты временем.
  - 4 Защиты расстоянием.
- 58 Допустимое значение сопротивления изоляции при напряжении 220 В согласно нормативным документам.**
- 1 200 кОм.
  - 2 450 кОм.
  - 3 500 кОм.
  - 4 1000 кОм.
- 59. Документ, оформляемый по результатам расследования несчастного случая.**
- 1 Решение экспертной комиссии.
  - 2 Акт о несчастном случае (форма № Н-1).

- 3 Заключение экспертной комиссии.
  - 4 Заключение медицинской экспертизы.
- 60. Правовое значение акта о несчастном случае формы Н-1.**
- 1 Возможность учета несчастных случаев на производстве.
  - 2 Компенсация потери трудоспособности пострадавшему или члену семьи за утрату кормильца.
  - 3 Обеспечение должного контроля за эффективностью профилактической работы.
  - 4 Повышение значимости профилактической работы.
- 61. На чем основано действие защитного заземления?**
- 1 На уменьшении тока через тело человека за счет малого сопротивления заземляющего устройства.
  - 2 На отключении электроустановки при возникновении тока короткого замыкания.
  - 3 На увеличении разности потенциалов между землей и корпусом установки.
  - 4 На снижении напряжения прикосновения
- 62. Какое устройство защитного отключения может применяться самостоятельно как защитная мера?**
- 1 Реагирующее на напряжение нулевой последовательности.
  - 2 Реагирующее на потенциал корпуса установки.
  - 3 Реагирующее на дифференциальный ток.
  - 4 Реагирующее на ток замыкания на землю.
- 63. Чем определяется эффективность защитного экрана от воздействия СВЧ излучения?**
- 1 Размерами экрана.
  - 2 Уровнем СВЧ сигнала.
  - 3 Размерами ячейки экрана.
  - 4 Заземлением экрана.
- 64. Какие материалы являются наилучшими поглощающими электромагнитное излучения?**
- 1 Фанера
  - 2 Пенопласт.
  - 3 Графит.
  - 4 Латунь.
- 65. Какие защитные меры следует применять для уменьшения степени воздействия излучения мобильного телефона на человека?**
- 1 Уменьшение выходной мощности телефона.
  - 2 Удаление от станции сотовой связи.
  - 3 Экранирование телефона.
  - 4 Защиту расстоянием.
- 66. Необходимые защитные меры согласно СанПиН при эксплуатации лазера 2-го класса опасности.**
- 1 Размещение лазера в отдельном помещении.
  - 2 Применение защитных экранов.
  - 3 Наличие сигнализации о работе лазера.
  - 4 Наличие диффузного поглотителя на конце полезной траектории.
- 67. Условия при которых нельзя эксплуатировать лазеры 3-го и 4-го класса опасности.**
- 1 Лазеры снабжены сигнальными устройствами.
  - 2 Лазеры оборудованы дозиметрической аппаратурой.
  - 3 Открытые траектории излучения располагаются выше глаз работающих.
  - 4 Не обеспечивается возможность дистанционного управления.

- 68 Для лазеров каких классов опасности следует проводить контроль лазерного изделия при введении в эксплуатацию?**
- 1 2-го и 3-го.
  - 2 2-го и 4-го.
  - 3 3-го и 4-го.
  - 4 1-го.
- 69 Условия использования естественной вентиляции.**
- 1 Содержание вредных веществ в наружном воздухе не превосходит 40 % ПДК.
  - 2 Содержание вредных веществ в наружном воздухе не превосходит 30 % ПДК.
  - 3 Содержание вредных веществ в наружном воздухе не превосходит 50 % ПДК.
  - 4 В наружном воздухе содержатся иные вредные вещества с ПДК 40 %.
- 70 Защитные меры от воздействия вредных веществ на человека.**
- 1 Автоматизация производства.
  - 2 Контроль воздушной среды.
  - 3 Вентиляция.
  - 4 Все вышеупомянутые.
- 71 Во сколько раз система виброизоляции существенно снижает уровень вибраций, если частота вынужденных колебаний больше частоты собственных?**
- 1 В 2 раза.
  - 2 В 5 раз.
  - 3 В 3 раза.
  - 4 Меньше чем в 10 раз.
- 72 Условия уменьшения жесткости пружинных амортизаторов.**
- 1 Уменьшить диаметр пружин.
  - 2 Уменьшить число витков.
  - 3 Уменьшить диаметр проволоки.
  - 4 Увеличить число пружин.
- 73 Какие меры НЕ являются защитными мерами от воздействия шума?**
- 1 Звукоизоляция.
  - 2 Снижение шума в источнике.
  - 3 Изменение направленности излучения шума.
  - 4 Использование устройств, создающих шум на заданной частоте в противофазе.
- 74 Меры защиты от действия вибрации.**
- 1 Виброизоляция.
  - 2 Вибропоглощение.
  - 3 Средства индивидуальной защиты
  - 4 Все перечисленные выше.
- 75 Материалы, применяемые для звукоизоляции.**
- 1 Твердые.
  - 2 Пористые.
  - 3 Плотные.
  - 4 Тяжелые.
- 76 Какие СИЗ используют для защиты от действия локальной вибрации?**
- 1 Виброизолирующие перчатки и обувь на толстой подошве.
  - 2 Только виброизолирующие перчатки.
  - 3 Плавающую платформу.
  - 4 Защиту расстоянием.

- 77 Наиболее эффективные средства борьбы с шумом.**
- 1 СИЗ.
  - 2 Глушители шума.
  - 3 Борьба с шумом в источнике его возникновения.
  - 4 Использование экранов.
- 78 Материалы с хорошими звукопоглощающими свойствами.**
- 1 Пористые.
  - 2 С гладкой твердой поверхностью.
  - 3 Многослойные со специальным наружным металлическим оребрением.
  - 4 Жидкие.
- 79 Что используют для защиты от  $\gamma$ -излучения?**
- 1 Свинцовый экран.
  - 2 Лист бумаги.
  - 3 Алюминиевый экран.
  - 4 Графит.
- 80 Расстояние от экрана, при котором экраны телевизоров и дисплеев как источники электромагнитных излучений в быту не опасны даже при длительном воздействии на человека.**
- 1 Более 10 см.
  - 2 Более 20 см.
  - 3 Более 25 см.
  - 4 Более 30 см.
- 81 Теплозащитные экраны.**
- 1 Теплоотражающие.
  - 2 Теплопоглощающие
  - 3 Теплоотводящие.
  - 4 Все вышеперечисленные.
- 82 Что является теплоотражающим экраном?**
- 1 Картонный лист.
  - 2 Асбестовая плита.
  - 3 Алюминиевый лист.
  - 4 Резиновый коврик.
- 83 В течение какого времени согласно ПУЭ должно сработать устройство защитного отключения при возникновении в сети с изолированной нейтралью опасности поражения током при фазном напряжении 220 В?**
- 1 Не более 0,2 с.
  - 2 Не более 0,4 с.
  - 3 Не более 1 с.
  - 4 Не более 2 с.
- 84 С какой частотой надо вдвигать воздух при искусственном дыхании по способу "изо рта в рот"?**
- 1 6—8 раз в минуту.
  - 2 8—10 раз в минуту.
  - 3 10—12 раз в минуту.
  - 4 14—16 раз в минуту.
- 85 Случаи, когда защитное заземление спасает человека от воздействия электрического тока?**
- 1 При прикосновении к токоведущим частям.
  - 2 При прикосновении к токопроводящему корпусу установки в аварийном случае.
  - 3 При касании фазного провода.
  - 4 При прикосновении к нулевому проводу.

- 86 От чего зависит норма освещенности на рабочем месте?**
- 1 Размеров объекта и мощности источников света.
  - 2 Высоты подвеса светильников и яркости объекта.
  - 3 Размеров объекта, яркости фона и контраста.
  - 4 Расстояния от источника света, его типа и яркости объекта.
- 87 По каким показателям газоразрядные лампы превосходят при одинаковой мощности лампы накаливания?**
- 1 Создаваемой освещенности и световой отдаче.
  - 2 Яркости и сроку службы.
  - 3 Световой отдаче и времени включения.
  - 4 Коэффициенту пульсаций и сроку службы.
- 88 По каким параметрам лампы накаливания превосходят газоразрядные?**
- 1 По мощности.
  - 2 По экономичности.
  - 3 По спектральному составу.
  - 4 По времени включения.
- 89 От чего зависит коэффициент естественной освещенности?**
- 1 Широты места и времени года.
  - 2 Коэффициента отражения от стен и потолка освещаемого помещения и времени
  - 3 Размеров помещения и широты места.
  - 4 Широты места и соседних застроек.
- 90 Что такое световая отдача?**
- 1 Отношение части отраженного светового потока ко всему потоку.
  - 2 Отношение светового потока источника к световому потоку, создаваемому светильником.
  - 3 Отношение светового потока к потребляемой мощности.
  - 4 Отношение освещенности к световому потоку.
- 91 Что является системой комбинированного освещения?**
- 1 Естественное и искусственное освещение.
  - 2 Естественное и общее освещение.
  - 3 Общее и местное освещение.
  - 4 Естественное и местное освещение.
- 92 К чему приводит нерациональное освещение рабочего места?**
- 1 Повышению кровяного давления.
  - 2 Ухудшению зрения.
  - 3 Нарушению работы вестибулярного аппарата.
  - 4 Замедлению пульса.
- 93 От чего зависит освещенность на рабочем месте?**
- 1 Размеров объекта и мощности источников света.
  - 2 Высоты подвеса светильников и яркости объекта.
  - 3 Размеров объекта, яркости фона и контраста.
  - 4 Расстояния от источника света, его типа.
- 94 В каких документах приведены нормы освещенности на рабочем месте?**
- 1 В ГОСТах.
  - 2 В гигиенических нормативах.
  - 3 В строительных нормах и правилах.
  - 4 В инструкциях по эксплуатации источников света.
- 95 Какое количество разрядов точности выполняемой работы существует согласно нормативным документам?**
- 1 Шесть.
  - 2 Семь.



- 3 Восемь.  
4 Девять.
- 96 Что приведено в строительных нормах и правилах по освещенности?**  
1 Классификация источников света.  
2 Типы и характеристики источников света.  
3 Качественные показатели освещенности.  
4 Коэффициенты отражения от стен, потолка и т.д.
- 97 Что является системой совмещенного освещения?**  
1 Местное и общее освещение.  
2 Общее и аварийное освещение.  
3 Местное и дежурное освещение.  
4 Естественное и местное освещение.
- 98 Какой метод применяют для расчета освещенности?**  
1 Метод максимальной мощности.  
2 Метод нормированной освещенности.  
3 Метод использования светового потока.  
4 Метод наибольшего контраста.
- 99 От чего зависит естественная освещенность на рабочем месте?**  
1 Размеров помещения и времени суток.  
2 Разряда работы и времени года.  
3 Времени года, размеров источника света и широты места.  
4 Времени года и яркости наблюдаемого объекта.
- 100 На каком расстоянии создается наибольшая освещенность на рабочем месте в случае расположения источников соответствующей мощности?**  
1 100 Вт на расстоянии 1 м.  
2 200 Вт на расстоянии 2 м.  
3 300 Вт на расстоянии 3 м.  
4 400 Вт на расстоянии 4 м.
- 101 Какая величина измеряется в канделах на квадратный метр (К/м<sup>2</sup>)?**  
1 Световая отдача.  
2 Сила света.  
3 Яркость.  
4 Освещенность.
- 102 Какая величина освещенности нормируется в СНиП 23-05-95?**  
1 Максимальная освещенность.  
2 Минимальная освещенность.  
3 Средняя освещенность.  
4 Нет правильного ответа.
- 103 Существует ли система естественного комбинированного освещения?**  
1 Да.  
2 Нет.  
3 Только для особых видов работ.  
4 Нет правильного ответа.
- 104 Что такое коэффициент использования светильника?**  
1 Отношение светового потока светильника к световому потоку источников света.  
2 Отношение светового потока, падающего на расчетную плоскость, к световому потоку источников света.  
3 Отношение светового потока светильника к потребляемой мощности.  
4 Нет правильного ответа.
- 105 От чего зависит коэффициент использования светильника?**

- 1 Только от высоты подвеса светильника и величины светового потока источника света.
- 2 От индекса помещения и КПД светильника.
- 3 От индекса помещения и коэффициентов отражения от потолка, стен и рабочей поверхности.
- 4 Нет полного ответа.
- 106 Какой контраст объекта различения с фоном  $K$  считается средним?**
- 1  $0,3 < K < 0,6$ .
- 2  $0,2 < K < 0,5$ .
- 3  $0,2 < K < 0,6$ .
- 4 Нет правильного ответа.
- 107 При каком коэффициенте отражения поверхности фон считается средним?**
- 1 Более 0,4 и менее 0,3.
- 2 От 0,4 до 0,2.
- 3 От 0,5 до 0,2.
- 4 Нет правильного ответа.
- 108 Допускается ли применение ксеноновых ламп для освещения производственных помещений?**
- 1 Да.
- 2 Нет.
- 3 Нет правильного ответа.
- 4 Применяется только в офисах.
- 109 В каких единицах измеряется индекс цветопередачи источников света?**
- 1 В градусах Кельвина.
- 2 В градусах Цельсия.
- 3 В безразмерных единицах.
- 4 Нет правильного ответа.
- 110 Порядок среднего срока службы ламп накаливания.**
- 1 750 ч.
- 2 1000 ч.
- 3 1500 ч.
- 4 3000 ч.
- 111 Порядок среднего срока службы газоразрядных ламп?**
- 1 5000 ч.
- 2 15000 ч.
- 3 30000 ч.
- 4 50000 ч.
- 112 За счет какого процесса тепло от организма человека отводится в большей степени при нормальных условиях (20 °С, 760 мм рт. ст.)?**
- 1 Испарения.
- 2 Конвекции.
- 3 Теплоизлучения.
- 4 Диффузии.
- 113 Работы с какими энерготратами относятся к работам категории 2б?**
- 1 150 ккал/ч.
- 2 190 ккал/ч.
- 3 220 ккал/ч.
- 4 280 ккал/ч.
- 114 От чего зависят оптимальные и допустимые параметры микроклимата?**
- 1 Температуры и давления.

- 2 Температуры и времени года.
  - 3 Температуры и категории работы.
  - 4 Категории работы и времени года.
- 115 От чего зависит количество теплоты, переданной окружающей среде за счет теплоизлучения?**
- 1 Разности температур тела и среды и скорости движения воздуха.
  - 2 Относительной влажности и разности температур.
  - 3 Размеров излучающей площади и разности температур.
  - 4 Размеров излучающей площади и атмосферного давления.
- 116 В зависимости от чего определяются категории помещений по микроклимату?**
- 1 Характера работы, ее продолжительности.
  - 2 Тепловыделений в данном помещении.
  - 3 Температуры в помещении.
  - 4 Энергозатрат при выполнении работы и тепловыделений.
- 117 От чего зависит конвективный теплообмен?**
- 1 Разности температур тела и окружающей среды и относительной влажности.
  - 2 Скорости движения воздуха и разности температур.
  - 3 Скорости движения воздуха и атмосферного давления.
  - 4 От всех упомянутых выше факторов.
- 118 За счет каких процессов осуществляется терморегуляция организма человека?**
- 1 Конвекции.
  - 2 Дыхания.
  - 3 Теплоизлучения.
  - 4 Расширения и сужения кровеносных сосудов.
- 119 От чего в основном зависит теплообмен организма человека с окружающей средой за счет процесса теплоизлучения?**
- 1 Разности температур тела человека и окружающей среды.
  - 2 Скорости движения воздуха.
  - 3 Поверхности теплоизлучения и температуры тела человека.
  - 4 Относительной влажности воздуха.
- 120 Каким газом насыщается в основном кровь человека при длительном пребывании при повышенном давлении?**
- 1 Кислородом.
  - 2 Азотом.
  - 3 Углекислым газом.
  - 4 Инертными газами.
- 121 От чего зависит интенсивность источника теплового излучения?**
- 1 Спектра излучения.
  - 2 Площади облучаемой поверхности.
  - 3 Расстояния до источника излучения.
  - 4 Площади излучающей поверхности.
- 122 Доля общего освещения в составе комбинированного.**
- 1 Не менее 5 %.
  - 2 Не менее 10 %.
  - 3 Не менее 15 %.
  - 4 Не менее 20 %.
- 123 С помощью какого прибора определяется скорость движения воздуха?**
- 1 Анемометра.
  - 2 Барометра.
  - 3 Кататермометра.

4 Микроманометра.

**124 Что такое работоспособность?**

- 1 Способность человека выполнять за определенный промежуток времени определенный объем работы.
- 2 Желание человека выполнять за определенное время работу определенного объема и качества.
- 3 Способность работать без усталости.
- 4 Выполнение определенного задания за определенное время.

**125 Социальные последствия воздействий неблагоприятных производственных факторов.**

- 1 Повторные инструктажи, направление на медицинское обследование заболевших, выдача пособия пострадавшим.
- 2 Нарушение правил безопасности труда, повторные инструктажи, регистрация заболеваемости.
- 3 Снижение работоспособности, травматизм, увеличение количества общих заболеваний, профзаболеваемость.
- 4 Утрата трудоспособности, инвалидность.

**126 Что показывает результат топографического метода анализа травматизма?**

- 1 Причины несчастных случаев.
- 2 Тяжесть травм
- 3 Места несчастных случаев.
- 4 Частота несчастных случаев.

**127 Метод оценки факторов условий труда.**

- 1 Сравнение результатов измерения параметров факторов с допустимыми нормативными значениями.
- 2 Инструментальные измерения параметров.
- 3 Разработка мероприятий, улучшающих состояние фактора.
- 4 Измерения и сопоставления с другими факторами.

**128 Критерий, принятый для комплексной оценки условий труда.**

- 1 Оздоровительный.
- 3 Экономический.
- 2 Гигиенический.
- 4 Социальный.

**129 Обозначение классов условий и характера труда, приведенных в нормативной документации.**

- 1 1 класс — комфортные условия. 2 класс — нормальные условия.
- 3 класс — вредные условия. 4 класс — опасные условия.
- 2 1 класс — оптимальные условия. 2 класс — нормативные условия.
- 3 класс — опасные условия. 4 класс — вредные условия.
- 3 1 класс — оптимальные условия. 2 класс — допустимые условия.
- 3 класс — вредные условия. 4 класс — экстремальные условия.
- 4 1 класс — нормальные условия. 2 класс — допустимые условия.
- 3 класс — опасные условия. 4 класс — вредные условия.

**130 Баллы, используемые в методике количественной оценки условий труда.**

- 1 1-2-3-4-5-6.
- 3 2-3-4-5.
- 2 1-2-3-4-5.
- 4 3-4-5-6.

**131 Разделы карты условий труда.**

- 1 Предварительные сведения, перечисление факторов, заключительные сведения об условиях труда.
- 2 Входные данные, санитарно-гигиенические факторы, психофизиологические факторы, за счет показателей для установления категории условий труда.
- 3 Вводные сведения о рабочем месте, таблица факторов производственной среды.
- 4 Сведения о рабочем месте, перечисления факторов, заключение.

**132 Показатель результатов оценки условий труда на рабочем месте.**

- 1 Категория тяжести труда.
- 2 Интегральный показатель тяжести труда.
- 3 Показатель работоспособности.
- 4 Показатель условий труда.

**133 Как изменяется работоспособность человека в течение рабочего дня?**

- 1 Постоянно нарастает независимо от продолжительности трудового процесса.
- 2 Одинакова в течение всего трудового дня.
- 3 Различают фазы вработываемости, может нарастать и снижаться в зависимости от условий трудовой деятельности.
- 4 Различают три фазы: вработываемости, относительно устойчивой оптимальной работоспособности, утомления.

**134 Что такое утомление?**

- 1 Усталость.
- 2 Функциональное состояние, требующее лечения.
- 3 Патологическое состояние, требующее лечения.
- 4 Функциональное состояние, выражающееся в снижении работоспособности, которая восстанавливается после обычного отдыха.

**135 Задачи совершенствования условий труда.**

- 1 Сохранение экономического потенциала производства.
- 2 Сохранение технического потенциала производства.
- 3 Сохранение жизни, здоровья и целостности человеческого организма.
- 4 Повышение производительности живого труда.

**136 Что такое переутомление?**

- 1 Снижение работоспособности, наступающее в процессе работы.
- 2 Патологическое состояние, болезнь, которая не исчезает после обычного отдыха, требует специального лечения.
- 3 Потенциальная возможность человека выполнять на протяжении заданного времени с достаточной эффективностью работу определенного объема и качества.
- 4 Состояние человека после умственной и физической работы, требующей восстановления организма.

**137 Травмы по степени тяжести.**

- 1 Тяжелые.
- 2 Опасные.
- 3 Индивидуальные.
- 4 Вредные.

**138 Эргономика.**

- 1 Наука, изучающая проблемы, возникающие в системе "человек—техника—среда", с целью оптимизации трудовой деятельности оператора, создания для него комфортных и безопасных условий, повышения за счет этого его производительности, сохранения здоровья и работоспособности.
- 2 Наука о функциональном состоянии человека.
- 3 Наука о технологическом процессе.

4 Наука о психологическом состоянии человека.

**139 Эргономические показатели.**

- 1 Качество оказываемых услуг.
- 2 Объем оказываемых услуг.
- 3 Антропометрический, гигиенический, физиологический и психологический.
- 4 Характеристики электрического и магнитного полей.

**140 Что понимается под условиями труда?**

- 1 Микроклимат.
- 2 Оснащенность технологического процесса.
- 3 Элементы производственной среды, оказывающие влияние на функциональное состояние организма человека, его работоспособность, здоровье.
- 4 Световой климат.

**141 В какие группы объединяются все элементы, составляющие понятие условий труда?**

- 1 Производственные.
- 2 Санитарно-гигиенические, психофизиологические, эстетические, социально-психологические.
- 3 Макроэкономические.
- 4 Социальные.

**142 Из каких образований состоит двигательный аппарат человека?**

- 1 Нервных окончаний.
- 2 Мышечных волокон.
- 3 Костно-опорного звена, скелетных мышц, двигательных нервных центров.
- 4 Рук, ног.

**143 Что является важным в согласовании параметров человека и техники?**

- 1 Физиологические процессы.
- 2 Приспособление работника к техническим средствам труда.
- 3 Биохимические процессы.
- 4 Психологические процессы.

**144 Деятельность какой системы организма человека является наиболее значимой при тяжелом физическом труде?**

- 1 Эндокринной.
- 2 Пищеварительной.
- 3 Сердечно-сосудистой.
- 4 Нервной.

**145 Какие элементы условий труда включают психофизиологические факторы?**

- 1 Влажность воздуха.
- 2 Технологический процесс.
- 3 Физическая динамическая и статистическая нагрузка, рабочая поза, сменность, темп работы, монотонность работы, режим труда и отдыха.
- 4 Атмосферное давление и физическая нагрузка.

**146 Какое функциональное состояние организма формируется под воздействием различных вредных факторов в процессе труда?**

- 1 Нормальное, пограничное.
- 2 Патологическое.
- 3 Физиологическое.
- 4 Психологическое.

**147 Какой инструктаж по технике безопасности НЕ бывает?**

- 1 Вводный.
- 2 Повторный.

- 3 Регулярный.
  - 4 Целевой.
- 148 Особенности работы на персональном компьютере.**
- 1 Повышенное зрительное напряжение и повышенное нервное напряжение.
  - 2 Повышенное зрительное напряжение и повышенный уровень шума.
  - 3 Высокое напряжение.
  - 4 Повышенное костно-мышечное напряжение и высокое напряжение.
- 149 Условия возникновения повышенного зрительного напряжения при работе на персональном компьютере.**
- 1 При освещенности монитора в 300 лк.
  - 2 При расположении монитора слева от окна.
  - 3 При работе только с местным освещением.
  - 4 При размерах пикселя 0,23 мм.
- 150 В результате чего возникает повышенное психологическое напряжение при работе на персональном компьютере?**
- 1 Повышенного уровня электромагнитных полей.
  - 2 Высокой степени ответственности за результат работы.
  - 3 Статической позы пользователя.
  - 4 При использовании монитора.
- 151 За счет чего достигается уменьшение костно-мышечного напряжения у пользователя персонального компьютера?**
- 1 При использовании всех мероприятий, упомянутых ниже.
  - 2 Только при использовании кресла с регулируемой высотой, наклоном спинки и подлокотников.
  - 3 Только при организации регламентированных перерывов в работе.
  - 4 Только при наличии подставки под ноги.
- 152 Что понимается под "тяжестью труда" при проведении аттестации рабочих мест?**
- 1 Физические нагрузки на опорно-двигательный аппарат и функциональные системы, перемещение в пространстве.
  - 2 Физическая тяжесть выполняемой работы.
  - 3 Количество движений, выполняемых в течение рабочей смены.
  - 4 Эмоциональные нагрузки.
- 153 Что считается статической нагрузкой?**
- 1 Нагрузка, выполняемая в состоянии покоя.
  - 2 Создание усилий удержания груза без перемещения его в пространстве.
  - 3 Удержание груза на вытянутых руках.
  - 4 Поддержка падающих предметов.
- 154 Что считается динамической нагрузкой?**
- 1 Перемещение работника в пространстве.
  - 2 Передвижение по территории.
  - 3 Управление подъемно-транспортным оборудованием.
  - 4 Перемещение груза в горизонтальном или вертикальном направлениях.
- 155 Что понимается под напряженностью труда?**
- 1 Деятельность, связанная с быстрым принятием решений.
  - 2 Трудовая деятельность, отражающая преимущественно нервно-психическую нагрузку.
  - 3 Трудовая деятельность, обусловленная сложностью выполняемого задания.
  - 4 Многократное повторение одинаковых технологических операций.
- 156 Накладывает ли память оператора ограничение на объем воспринимаемой зрительной информации?**
- 1 Ограничение не накладывается.

- 2 Память оператора сильно ограничена.
  - 3 Память оператора зависит от времени суток.
  - 4 Память оператора зависит от времени года.
- 157 Влияют ли посторонние помехи на достоверность считывания зрительной информации?**
- 1 Достоверность не зависит от помех.
  - 2 Достоверность уменьшается, если рядом присутствуют другие люди.
  - 3 Достоверность увеличивается, если пришёл приятель или любимый человек. Это воодушевляет человека.
  - 4 Быстродействие не меняется.
- 158 Какова максимально допустимая скорость подачи потока зрительной информации для оператора при малом времени предъявления информации?**
- 1 150 символов в секунду.
  - 2 90 символов в секунду.
  - 3 15 символов в секунду.
  - 4 9 символов в секунду.
- 159 Какой тип памяти предпочтительно нужен оператору средства отображения информации?**
- 1 Долговременная.
  - 2 Кратковременная.
  - 3 Оба вида как кратковременная, так и долговременная.
  - 4 Не имеет значения.
- 160 Какой из классов условий труда считается самым вредным?**
- 1 3.1.
  - 2 3.2.
  - 3 3.3.
  - 4 3.4.
- 161 Что показывает коэффициент тяжести травматизма?**
- 1 Количество пострадавших за отчетный период.
  - 2 Количество смертельных случаев.
  - 3 Количество тяжелых несчастных случаев.
  - 4 Среднее число дней нетрудоспособности на одного пострадавшего.
- 162 Как классифицируются чрезвычайные ситуации?**
- 1 По происхождению (природные, техногенные и др.).
  - 2 По масштабам распространения последствий.
  - 3 По причине возникновения.
  - 4 По всем признакам, указанным выше.
- 163 Сколько фаз развития ЧС существует?**
- 1 Три.
  - 2 Четыре.
  - 3 Пять.
  - 4 Шесть.
- 164 Какие факторы источников ЧС не относятся к поражающим?**
- 1 Воздушная ударная волна и повышенный уровень шума.
  - 2 Воздушная ударная волна и энергия землетрясения.
  - 3 Токсичность сильнодействующих ядовитых отравляющих веществ и повышенный уровень электромагнитных излучений.
  - 4 Повышенный уровень ионизирующих излучений и 100 %-ная относительная влажность.
- 165 Что хранится в помещениях, относящихся к пожароопасным помещениям группы В?**



- 1 Легковоспламеняющиеся жидкости, при воспламенении которых развивается расчетное избыточное давление 10 кПа.
  - 2 Горючие жидкости, при воспламенении которых развивается расчетное избыточное давление 6 кПа.
  - 3 Негорючие материалы в расплавленном состоянии.
  - 4 Твердые горючие материалы, способные гореть; при этом расчетное избыточное давление составляет не более 5 кПа.
- 166 Что нельзя тушить с помощью воды?**
- 1 Деревянные строения.
  - 2 Электроустановки под напряжением.
  - 3 Металлические конструкции при температуре 1000 °С.
  - 4 Емкости с соляной кислотой.
- 167 Какие причины не относятся к причинам пожара электрического характера?**
- 1 Неисправность электроустановок.
  - 2 Наличие больших переходных сопротивлений.
  - 3 Наличие перегрузок в электросети.
  - 4 Неправильно спроектированная вытяжная вентиляция.
- 168 Что относится к пожароопасным помещениям категории Г?**
- 1 Склады для хранения плодоовощной продукции.
  - 2 Склады для хранения горюче-смазочных материалов.
  - 3 Цеха с использованием проката.
  - 4 Бытовые помещения, учебные аудитории.
- 169 Причины пожаров неэлектрического характера.**
- 1 Нарушение правил хранения и использования взрыво- и пожароопасных химических веществ.
  - 2 Отсутствие молниезащиты.
  - 3 Нарушение правил пожарной безопасности при проведении газо- и электросварочных работ.
  - 4 Наличие статического электричества.
- 170 Что не входит в понятие огнестойкости зданий и сооружений?**
- 1 Потеря целостности и прочности здания.
  - 2 Потеря несущей способности здания и хранение в нем горючих жидкостей.
  - 3 Потеря несущей способности и целостности здания.
  - 4 Потеря теплоизолирующей способности при расчетном избыточном давлении менее 5 кПа.
- 171 Область воспламенения.**
- 1 Область температур, в которой образуются пары или газы, способные давать вспышку в воздухе от источника зажигания.
  - 2 Область температур, в которой образуются пары или газы с такой скоростью, что после их воспламенения возникает устойчивое горение.
  - 3 Область концентраций горючего вещества, внутри которой его смесь с окислителем способна воспламениться от источника зажигания с последующим распространением горения.
  - 4 Область температур, в которой резко возрастает скорость экзотермической реакции, заканчивающейся возникновением пламенного горения.
- 172 Как классифицируются пожары?**
- 1 В зависимости от вида горючих веществ.
  - 2 По месту возникновения.
  - 3 По продолжительности.
  - 4 В зависимости от температуры зоны активного горения (очага).
- 173 Что такое температура вспышки?**

1 Минимальная температура горючего вещества, при которой оно выделяет горючие пары или газы со скоростью, достаточной для устойчивого горения после воспламенения.

2 Минимальная температура, при которой над поверхностью горючего вещества образуются пары или газы, способные давать вспышку в воздухе от источника зажигания, но скорость их образования недостаточна для устойчивого горения.

3 Наименьшая температура, при которой резко увеличивается скорость экзотермической реакции, заканчивающаяся возникновением пламенного горения.

4 Наибольшая температура, при которой происходит диффузионное горение.

**174 На чем основано действие огнегасительных средств?**

1 На охлаждении зоны реакции горючего — окислителя.

2 На химическом торможении процесса горения.

3 На изоляции горючего от окислителя.

4 На использовании всех мер, упомянутых выше.

**175 Показатели пожаро- и взрывоопасности веществ и материалов.**

1 Температура воспламенения.

2 Концентрационные пределы распространения пламени.

3. Максимальное давление взрыва.

4. Все факторы, упомянутые выше.

**176. Источниками шума могут быть:**

1. Станки

2. Механическая вентиляция

3. Естественная вентиляция

4. Люминесцентные лампы.

**177. К важнейшим физиологическим процессам в организме человека, на которые непосредственное воздействие оказывает микроклимат, относятся:**

а) гетерохрония

б) обмен веществ

в) терморегуляция

г) саморегуляция.

**178. Производственный травматизм – это**

а) внезапное повреждение организма человека и потеря им трудоспособности, вызванные несчастным случаем на производстве

б) повторение несчастных случаев, связанных с производством

в) несчастный случай, который произошел на производстве

г) несчастный случай, происшедший за территорией **производства**

**179. Методы анализа причин производственного травматизма.**

1. Экономико-статистический, монографический, комплексный.

2. Статистический, топографический, комплексный (монографический), экономический.

3. Математико-статистический, топографический, экономический.

4. Статистический и экономико-организационный.

**180 Основные этапы по организации аварийно-спасательных и других неотложных работ.**

1 Принятие экстренных мер.

2 Стадия спасения и жизнеобеспечения.

3 Стадия восстановления.

4 Все вышеупомянутые.

**181 Способы защиты населения в условиях ЧС.**

1 Эвакуация (рассредоточение) населения из опасных зон и его перепись.

- 2 Укрытие в защитных сооружениях и замер уровня поражающих факторов.
  - 3 Эвакуация населения из опасных зон или его укрытие в защитных сооружениях,
- использование средств индивидуальной защиты.
- 4 Маскировка защитных сооружений и использование средств индивидуальной защиты.
- 182 Мероприятия, проводимые для повышения эффективности способов защиты населения в условиях ЧС.**
- 1 Обучение населения способам защиты в ЧС и организация дежурства с целью выявления ЧС.
  - 2 Оповещение по сигналам гражданской обороны и проведение радиационной, химической разведки.
  - 3 Дозиметрический, химический, бактериологический контроль и ремонт соответствующей аппаратуры.
  - 4 Защита продовольствия, воды от поражающих факторов и организация регулярного дежурства.
- 183 Средства индивидуальной защиты, используемые в ЧС.**
- 1 Противогазы, радиопротекторы и респираторы.
  - 2 Диэлектрические перчатки и противогазы.
  - 3 Изолирующие химические костюмы и противолоазерные очки.
  - 4 Респираторы и защитные экраны.
- 184 Этапы проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ (АС и ДНР).**
- 1 Разведка маршрутов и участков АС и ДНР.
  - 2 Вскрытие разрушенных, заваленных зданий и сооружений.
  - 3 Вывод (вывоз) населения из зон поражения.
  - 4 Все упомянутые мероприятия.
- 185 Основные задачи и функции Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).**
- 1 Обеспечение устойчивой работы объектов экономики, защита населения в условиях ЧС военного времени.
  - 2 Защита населения и национального достояния от воздействия катастроф, аварий, экологических и стихийных бедствий или уменьшение их воздействия в условиях ЧС мирного и военного времени.
  - 3 Обеспечение устойчивой работы объектов экономики, защита населения в условиях ЧС мирного времени.
  - 4 Обеспечение устойчивой работы объектов экономики при точечных бомбовых ударах.
- 186 Основная цель создания Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).**
- 1 Предупреждения ЧС.
  - 2 Ликвидации последствий ЧС.
  - 3 Эвакуации населения в ЧС.
  - 4 Предупреждения и ликвидации последствий ЧС.
- 187 На кого возложено руководство Единой государственной системой предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)?**
- 1 Правительство РФ.
  - 2 Президента РФ.
  - 3 МЧС России.
  - 4 Управляющий орган по ЧС субъектов федерации.
- 188 Отличие катастрофы от аварии.**
- 1 Отличаются только по количеству пострадавших людей.

- 2 Авария приводит к повреждению техники, пожару, химическому заражению местности, а катастрофа еще и к человеческим жертвам.
- 3 Отличаются по количеству материальных затрат на восстановление.
- 4 Не имеют отличия.
- 189 Основные способы защиты населения в ЧС.**
- 1 Использование индивидуальных средств защиты.
- 2 Укрытие в защитных сооружениях, рассредоточение и эвакуация, использование средств индивидуальной и медицинской защиты.
- 3 Укрытие в защитных сооружениях.
- 4 Немедленное оказание первой медицинской помощи.
- 190 Что такое "спецобработка" в очаге массового поражения?**
- 1 Комплекс мероприятий по санитарной обработке людей, одежды, обуви, средств защиты, находящихся в очаге поражения.
- 2 Очищение территории от отравляющих веществ.
- 3 Очищение территории от радиоактивных веществ.
- 4 Очищение территории от бактериологического заражения.
- 191 Какие виды облучения Вы можете получить, если находитесь в зоне радиоактивного заражения в средстве защиты органов дыхания?**
- 1 Только внешнее.
- 2 Только внутреннее.
- 3 Внешнее и внутреннее.
- 4 Вообще не получить облучения.
- 192 Что такое антитоксиканты?**
- 1 Средства профилактики инфекционных заболеваний при заражении организма.
- 2 Вещества или препараты, способствующие нейтрализации или разрушению отравляющих веществ в организме.
- 3 Вещества или препараты, способствующие выведению из организма или нейтрализации радиоактивных веществ.
- 4 Средства, направленные на повышение иммунитета организма.
- 193 На какие группы делятся средства коллективной защиты населения в ЧС?**
- 1 Щели, подвалы.
- 2 Подвалы домов, вспомогательные помещения.
- 3 Убежища, противорадиационные укрытия.
- 4 Специальные укрытия на предприятиях, вестибюли метро.
- 194 Параметр взрыва, определяющий характер разрушения зданий.**
- 1 Максимальное давление разрежения.
- 2 Избыточное давление во фронте ударной волны.
- 3 Максимальное давление сжатия.
- 4 Осколочные поля, создаваемые летящими обломками.
- 195 Каких землетрясений по классификации не бывает?**
- 1 Слабых.
- 2 Умеренных.
- 3 Сильных.
- 4 Довольно сильных.
- 196 Медицинское средство защиты для уменьшения действия радиации.**
- 1 Промедол.
- 2 Цистамин.
- 3 Атропин.
- 197 Как классифицируются ЧС по характеру источника?**
- 1 Техногенные.
- 2 Политические.

- 3 Национальные.
- 4 Религиозные.
- 198 Как классифицируются ЧС по масштабам?**
  - 1 Локальные, региональные, федеральные.
  - 2 Производственные и территориальные.
  - 3 Приграничные.
  - 4 Региональные и территориальные.
- 199 Законодательные акты в области БЖД.**
  - 1 СНИПы и законы, принятые Государственной Думой.
  - 2 Трудовой кодекс и Конституция РФ.
  - 3 Земельный кодекс и указы Президента РФ.
  - 4 СанПиНы и Конституция РФ.
- 200 Подзаконные акты в области БЖД.**
  - 1 Конституция РФ.
  - 2 Водный кодекс.
  - 3 Трудовой кодекс.
  - 4 Государственные стандарты.
- 201 Число действующих подсистем в системе стандартов по безопасности труда.**
  - 1 Пять.
  - 2 Шесть.
  - 3 Семь.
  - 4 Десять.
- 202 Число уровней управления безопасностью труда в РФ.**
  - 1 Два.
  - 2 Три.
  - 3 Четыре.
  - 4 Пять.
- 203 Виды контроля и надзора, существующие в РФ?**
  - 1 Государственный и федеральный.
  - 2 Ведомственный и федеральный.
  - 3 Государственный и ведомственный.
  - 4 Общественный и федеральный.
- 204 Структуры, осуществляющие государственный контроль и надзор в области безопасности труда.**
  - 1 Ростехнадзор.
  - 2 Роспотребнадзор.
  - 3 Федеральная инспекция труда.
  - 4 Все перечисленные выше.
- 205 Какая из структур разрабатывает технический регламент, осуществляет контроль лабораторий по аттестации рабочих мест?**
  - 1 Роспотребнадзор.
  - 2 Федеральная служба по надзору в сфере здравоохранения.
  - 3 Государственная экспертиза условий труда.
  - 4 Федеральная служба по техническому регулированию.
- 206 Стандарты, входящие во вторую подсистему стандартов по безопасности труда.**
  - 1 Стандарты требований безопасности к производственному оборудованию.
  - 2 Стандарты требований безопасности к средствам защиты.
  - 3 Стандарты требований безопасности к производственным процессам.
  - 4 Стандарты требований и норм по видам опасных и вредных факторов.

- 207 В какой группе комплекса стандартов по ЧС приведены требования по обеспечению безопасности населения?**
- 1 Первой.
  - 2 Третьей.
  - 2 Седьмой
  - 3 Девятой
- 208 В какой подсистеме системы ССБТ содержатся стандарты требований безопасности к противолазерным очкам?**
- 1 ГОСТ 12.1.
  - 2 ГОСТ 12.2.
  - 3 ГОСТ 12.3.
  - 4 ГОСТ 12.4.
- 209 Сколько видов инструктажей существует по действующим нормативным документам?**
- 1 Три.
  - 2 Четыре.
  - 3 Пять.
  - 4 Шесть.
- 210 Какие виды ответственности действуют по существующим законодательным актам?**
- 1 Дисциплинарная.
  - 2 Административная.
  - 3 Уголовная.
  - 4 Все перечисленные выше.
- 211 Какая организация НЕ относится к организациям, контролирующим безопасность труда?**
- 1 Ростехнадзор.
  - 2 Администрация Президента России.
  - 3 Федеральная инспекция труда.
  - 4 Министерство труда и социальной защиты РФ.
- 212 Какие несчастные случаи, происшедшие с работниками предприятия, НЕ подлежат расследованию?**
- 1 При выполнении ими трудовых обязанностей.
  - 2 По дороге домой.
  - 3 При передвижении на транспорте предприятия.
  - 4 При передвижении по территории предприятия.
- 213 Какой документ оформляется при несчастном случае, закончившемся потерей трудоспособности более чем на одну смену?**
- 1 Объяснительная записка.
  - 2 Акт по форме Н-1.
  - 3 Больничный лист.
  - 4 Акт по форме Н-3.
- 214 По каким нормативным документам выбирается требуемая огнестойкость зданий?**
- 1 По ГОСТам.
  - 2 По нормам пожарной безопасности.
  - 3 По СНИПам.
  - 4 По СанПиНам.
- 215 Кто оплачивает независимую экспертизу условий труда?**
- 1 Работник.
  - 2 Работодатель.
  - 3 Профсоюз.

- 4 Госбюджет.
- 216 Каким документом регламентируется социальная защита работников?**
- 1 Трудовым кодексом.
  - 2 ФЗ "Об обязательном социальном страховании..."
  - 3 ФЗ "О техническом регулировании".
  - 4 Декларацией безопасности.
- 217 Кто (что) устанавливает затраты на организацию безопасных условий труда?**
- 1 Коллективный договор.
  - 2 Трудовой кодекс.
  - 3 Работодатель.
  - 4 Международная организация труда
- 218 За счет каких средств осуществляется страхование несчастных случаев на производстве?**
- 1 Работодателя.
  - 2 Работника.
  - 3 Профсоюзов.
  - 4 Госбюджета.
- 219 Порядок осуществления дополнительного медицинского страхования.**
- 1 По решению коллектива.
  - 2 По инициативе работодателя.
  - 3 По инициативе работника.
  - 4 Является обязательным.
- 220 Чем определяется безопасность условий труда?**
- 1 Аттестацией рабочих мест.
  - 2 Уровнем профессионального риска.
  - 3 Работником.
  - 4 Государственной инспекцией труда.
- 221 Экономические результаты взаимодействия системы машина - человек - среда.**
- 1 Работоспособность, трудоспособность, фонд рабочего времени, качество продукции.
  - 2 Производительность труда, фонд рабочего времени, качество продукции, развитие личности.
  - 3 Увеличение прибыли, повышение уровня жизни.
  - 4 Снижение себестоимости и потребительской стоимости продукции.
- 222 Экономические задачи совершенствования условий труда.**
- 1 Снижение стоимости выпускаемой продукции.
  - 2 Повышение экономической эффективности производства.
  - 3 Снижение затрат на профилактическую работу.
  - 4 Экономическое обоснование обеспечения безопасности труда.
- 223 Льготы и компенсации, устанавливаемые по результатам оценки условий труда.**
- 1 Доплаты к заработной плате. Укороченный рабочий день. Удлиненный отпуск.
  - 2 Дополнительное питание. Укороченный рабочий день. Удлиненный отпуск.
  - 3 Доплаты к заработной плате. Компенсация утраченного здоровья.
  - 4 Доплата к заработной плате. Укороченный рабочий день. Удлиненный отпуск. Льготное пенсионное обеспечение.
- 224 Социальные последствия наличия неблагоприятных факторов производства.**
- 1 Настроение, отношение к труду, увеличение общей заболеваемости.
  - 2 Работоспособность, настроение, поведение.

- 3 Снижение работоспособности, травматизм, профессиональная заболеваемость.  
4 Повышение производительности труда.
- 225 Экономические последствия наличия неблагоприятных факторов производства.**
- 1 Снижение производительности труда, потери рабочего времени от заболеваемости и травматизма.
  - 2 Сокращение годового фонда рабочего времени, текучесть кадров.
  - 3 Снижение производительности труда, сокращение годового фонда рабочего времени, компенсационные выплаты, текучесть квалифицированных рабочих кадров.
  - 4 Затраты на восстановление здоровья.
- 226 Принципиальная основа организационных мер безопасности труда.**
- 1 Эргономически целесообразная организация рабочего места и труда.
  - 2 Профилактика — предупреждение воздействий факторов производственной среды.
  - 3 Обеспечение мер безопасности технологических процессов.
  - 4 Применение мер защиты работающих.
- 227 Организационные формы профилактической работы.**
- 1 Инструктажи, меры ответственности администрации.
  - 2 Оценка состояния факторов производственной среды и разработка мер по нормализации их значений.
  - 3 Оптимизация параметров производственной среды; использование адаптационных возможностей человека; предупреждение воздействий факторов производственной среды.
  - 4 Медосмотры и инструктажи.
- 228 Организационные меры профилактики производственного травматизма.**
- 1 Расследование и учет несчастных случаев, анализ причин травматизма, разработка и внедрение мероприятий, устраняющих причины, инструктажи.
  - 2 Анализ причин конкретных случаев, разработка мер устранения причин и экономические санкции ответственным лицам.
  - 3 Возмещение ущерба пострадавшим за утрату трудоспособности и потерю кормильца.
  - 4 Инструктажи, реабилитационные мероприятия.
- 229 Главные признаки для отнесения несчастного случая к понятию "производственный".**
- 1 Следование на работу и с работы на личном или общественном транспорте.
  - 2 Территория предприятия и выполнение производственного задания.
  - 3 При выполнении задания руководителя, не относящегося к производству.
  - 4 Рабочее место, выполнение задания администрации.
- 230. Существующие виды нормирования в области безопасности предусматривают:**
- 1 Природно-техногенное нормирование – обеспечение безопасных/безвредных условий материальной среды, созданной человеком;
  - 2 Экологическое нормирование – ограничение воздействия на экосистемы, обеспечение безопасных/безвредных условий среды обитания для отдельных видов живых организмов;
  - 3 Техническое нормирование – ограничения на параметры источников вредного/опасного воздействия;
  - 4 Санитарно-гигиеническое нормирование – обеспечение безопасных/безвредных условий среды обитания для человека
- 231. Повреждение тканей и органов с нарушением целостности кожных покровов**



1. Ушиб.
2. Кровотечение.
3. Рана.

**232. При глубокой ране кожа вокруг раны обрабатывается**

1. Раствором йода.
2. Перекисью водорода.
3. Раствором соды.

**233. Кровоостанавливающий жгут накладывают выше раны при**

1. Артериальном кровотечении.
2. Венозном кровотечении.
3. Капиллярном кровотечении.

**234. Максимальное время нахождения кровоостанавливающего жгута на нижней конечности в холодное время года**

1. 1 час.
2. 1.5 часа.
3. 2 часа.

**235. Первая помощь при ушибе**

1. Теплый компресс.
2. Холодный компресс.
3. Йодная сетка.

**236. Количество вдохов при искусственной вентиляции легких (ИВЛ) в минуту**

1. 10.
2. 15.
3. 30.

**237. Количество движений при наружном массаже сердца (НМС) в минуту**

1. 40.
2. 60.
3. 80.

**238. Первая помощь при обмороке**

1. Искусственная вентиляция легких (ИВЛ).
2. Наружный массаж сердца (НМС).
3. Возвышенное положение нижних конечностей.

**239. Первая помощь при утоплении**

1. Экстренные реанимационные мероприятия.
2. Удалить воду из легких.
3. Согреть пострадавшего и вызвать скорую помощь

**240. Остановка кровотечения на туловище обеспечивается**

1. Наложением жгута.
2. Максимальное сгибание туловища.
3. Тугая повязка.

**241. При переломе конечности фиксируется минимум**

1. Один сустав.
2. Два сустава.
3. Три сустава.

**242. Симптомы обморока**

1. Отсутствие сознания менее 3 минут.
2. Отсутствие дыхания.
3. Отсутствие пульса.

**243. Симптомы комы**

1. Отсутствие сознания более 3 минут.
2. Отсутствие дыхания.
3. Отсутствие пульса.

### 12.3.3 Темы рефератов

1. Основные законодательные и нормативные акты, регулирующие вопросы безопасности в сфере профессиональной деятельности.
  2. Анализ дорожно-транспортных происшествий в России и за рубежом.
  3. Авиакатастрофы в России.
  4. Железнодорожные аварии и катастрофы в России и за рубежом.
  5. Гидродинамические аварии в России и за рубежом. Саяно-Шушенская ГЭС.
  6. Причины, ликвидация и последствия Чернобыльской катастрофы.
  7. Аварии и катастрофы на водном транспорте.
  8. Крупные аварии на коммунально-энергетических сетях на примере г.Москвы.
- Причины и последствия.
9. Алгоритмы поведения в криминогенных ситуациях, связанных с попыткой воровства, грабежа, нападения, изнасилования и т.д.
  10. Мой жизненный опыт (родственников, знакомых, друзей) по выходу из криминогенной ситуации.
  11. Правила поведения заложников.
  12. Психология ведения переговоров с террористами.
  13. Террористические угрозы в современном мире.
  14. Антитеррористическая деятельность в России.
  15. Противодействие терроризму и экстремизму в образовательной организации
  16. АХОВ, их поражающие свойства, средства и способы защиты от них.
  17. Основы организации аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСДНР). Способы проведения АСДНР.
  18. История появления ядов и химического оружия.
  19. Организация мероприятий по перемещению и эвакуации населения.
  20. Стихийные бедствия: смерчи, тайфуны, ураганы, землетрясения, наводнения.
- Поведение населения в случае угрозы их возникновения.
21. Обеспечение мер безопасности во время снежных бурь.
  22. Обеспечение мер безопасности во время пожаров.
  23. Обеспечение мер безопасности в случае схождения снежных лавин.
  24. Извержение вулканов: опасность и меры предосторожности.
  25. Угроза селевых потоков и обеспечение безопасности населения.
  26. Угроза оползней и обеспечение безопасности населения.
  27. Оказание первой медицинской помощи пострадавшим от стихийных бедствий.
  28. Правила поведения в случае попадания в дорожно-транспортные происшествия.
  29. Оказание первой помощи в случае ожога, утопления, обморожения, кровотечения.
  30. Антропогенное воздействие на окружающую среду. Экологическая безопасность и защита населения
  31. Выбросы вредных веществ в атмосферу.
  32. Страхование рисков возникновения чрезвычайных ситуаций.
  33. Оценка и анализ производственной безопасности.
  34. Обеспечение охраны труда в сфере профессиональной деятельности.
  35. Двухмерные системы оценки риска.
  36. Обеспечение безопасности жизнедеятельности в сфере профессиональной деятельности.
  37. Безопасность жизнедеятельности несовершеннолетнего поколения.
  38. Влияние радиации на здоровье человека: угроза, развитие болезней и методы лечения.
  39. Терроризм: предотвращение и обеспечение мер безопасности.
  40. Обеспечение безопасности населения в чрезвычайных ситуациях и во время

стихийных бедствий.

41. Анализ понятийно-терминологического аппарата в области безопасности и защиты окружающей среды.

42. Роль вопросов безопасности в предметной области знаний.

43. Безопасность и профессиональная деятельность.

44. Безопасный тип личности.

45. Культура безопасности человека в обществе.

46. Современные аспекты международного сотрудничества в области безопасности.

47. Структура техносферы региона и основные региональные проблемы безопасности.

48. Региональные демографические проблемы в свете состояния среды обитания региона.

49. Современные проблемы безопасности на различных видах транспорта.

50. Региональные экологически обусловленные заболевания.

51. Мобильная связь и здоровье человека. Анализ современных исследований.

52. Безопасность генетически модифицированных пищевых продуктов. Анализ современных исследований.

53. Лекарственные препараты и безопасность.

54. Действие алкоголя и наркотиков на человека и его здоровье.

55. Проблемы сортировки городских отходов.

56. Анализ эффективности бытовых очистителей воды

57. Влияние световой среды на работоспособность и безопасность труда

58. Современные энергосберегающие источники света - типы, конструкции, экологические аспекты применения «за» и «против».

59. Безопасность и человеческий фактор.

60. Психологический тип человека, его психологическое состояние и безопасность.

61. Исследование условий труда для основных видов деятельности в профессиональной предметной области.

62. Принципы и методы эргономики труда.

63. Анализ природных катастроф: характер протекания и последствия (по видам стихийных бедствий).

64. Параметры стихийных бедствий, их предвестники и регионы их наиболее частого проявления.

65. Психологическая устойчивость в экстремальных ситуациях.

66. Типы и характер террористических актов

67. Организация оказания первой(доврачебной) помощи

#### **12.3.4. Методические указания и примерная тематика контрольных работ для студентов заочного отделения.**

Цель контрольной работы - привить студентам элементарные навыки научно-исследовательской работы, научить пользоваться научной и методической литературой, самостоятельно и творчески анализировать ее, излагать полученные данные в письменном виде.

Темы контрольных работ устанавливаются преподавателем кафедры читаемой дисциплины соответственно учебному плану и рабочей программе учебной дисциплины.

1. Основные требования и рекомендации при выполнении контрольной работы

1. Контрольная работа должна отражать современное состояние вопроса в теории и практике управления в сфере физической культуры и спорта.

2. Темы заданий контрольной работы определяются кафедрой. Работы, выполненные не по предлагаемой тематике, не принимаются.

3. Во-первых, необходимо приступить к подбору литературных источников и ознакомлению с их содержанием.

Работа с литературой требует конспектирования. Существует несколько способов конспектирования: изложение мысли автора собственными словами, выборочное цитирование необходимых мест подлинника и совмещение того и другого. Целесообразнее использовать третий способ. После ознакомления с литературой составляется содержание контрольной работы.

4. В содержании по каждой теме должны быть включены три основных раздела:

- введение, в котором излагается обоснование темы (1-2 стр.);

- основная часть содержит несколько пунктов, раскрывающих содержание каждой темы. В ней студент показывает умение самостоятельно работать с литературными источниками, творчески мыслить, сочетать методические и научные знания с требованиями практики (6-8 стр.);

- заключение, в котором даются обобщающие тему выводы (1-2 стр.).

Введение и заключение тесно связываются с основным разделом контрольной работы.

Хорошо продуманное содержание облегчает дальнейшую работу над темой, делает ее стройной и конкретной.

5. Материал по теме излагается по указанному плану. Каждый ответ на вопрос должен иметь заголовок в тексте работы.

6. Работа строится на основе анализа 4-6 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Важно общетеоретические положения проиллюстрировать примерами из практики. Содержание контрольной работы должно быть обоснованным и убедительным, текст написан литературным языком, грамотно.

7. Содержание следует раскрывать в собственном изложении. Прямое заимствование из текста источника (переписывание) недопустимо. Контрольная работа, выполненная на основе материала учебника без привлечения дополнительной литературы не зачитывается.

8. В тексте обязательно должны быть ссылки на изученные работы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается ссылкой с указанием инициалов, фамилии автора, а затем, через запятую - года издания упомянутого источника. Например: (В. М. Зациорский, 2019). Цитаты заключаются в кавычки.

9. Если в тексте контрольной работы есть рисунки, графики, таблицы, заимствованные из литературных источников, то в подписях к ним даются ссылки на авторов. Например, (по Филину В. П., 2019).

10. В конце контрольной работы помещается список литературы, он нумеруется, а авторы перечисляются в алфавитном порядке. Запись источника осуществляется в соответствии с требованиями библиографического описания.

Каждая ссылка в тексте должна иметь соответствующий источник в списке использованной литературы.

2. Требования к оформлению контрольной работы

1. Контрольная работа имеет титульный лист.

2. На второй странице пишется содержание работы с указанием страниц каждого раздела и подпунктов. Разделы начинаются с нового листа, подпункты продолжаются друг за другом. В конце работы прилагается список литературы.

3. Контрольная работа, удовлетворяющая всем перечисленным требованиям, получает «зачет» (оценка дифференцированная).

Положительная оценка за контрольную работу дает право на сдачу зачета по дисциплине. При отрицательной оценке работа возвращается студенту для устранения недостатков. Исправленная контрольная работа вместе с предыдущим вариантом представляется на кафедре для повторной проверки.

### **Темы контрольных работ**

1. Основные положения и принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека.

2. Геологические чрезвычайные ситуации и защита человека от них
3. Метеорологические чрезвычайные ситуации и защита человека от них.
4. Гидрологические чрезвычайные ситуации и защита человека от них.
5. Природные пожары: защита человека и окружающей среды.
6. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
7. Рациональный режим труда и отдыха человека.
8. Задачи и структура органов защиты персонала на отдельном объекте.
9. Экологические чрезвычайные ситуации и роль человека в их возникновении и ликвидации.
10. Терроризм и защита от него.
11. Государственная политика и безопасность
12. Чрезвычайные ситуации: вред, ущерб, риск
13. Типы опасных и вредных факторов техносферы для человека и природной среды.
14. Химические негативные факторы (вредные вещества) и защита от них.
15. Биологические негативные факторы и защита от них.
16. Вибрация: источники, характеристика и защита человека.
17. Шум и акустические колебания: источники, характеристика и защита человека
18. Электромагнитное излучение: источники, характеристика и защита человека.
19. Инфракрасное и ультрафиолетовое излучения: источники, характеристика и защита человека.
20. Лазерное излучение: источники, характеристика и защита человека.
21. Ионизирующее излучение: источники, характеристика и защита человека.
22. Технические способы и средства обеспечения электробезопасности
23. Охрана труда в сфере профессиональной деятельности..
24. Эргономические основы безопасности.
25. Пожаро- и взрывобезопасность.
26. Санитарно-гигиенические требования к предприятиям.
27. Производственный микроклимат и основные методы его оптимизации.
28. Освещение производственных помещений: требования и нормирование.
29. Чрезвычайные ситуации военного времени и защита населения.
30. Аварии на химически опасных объектах: причины, защита населения и окружающей среды.
31. Аварии на радиационноопасных объектах: причины, защита населения и окружающей среды
32. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах: причины, защита населения и окружающей среды.
33. Аварии на гидродинамически опасных объектах: причины, защита населения и окружающей среды.
34. Аварии на транспорте: причины, защита населения и окружающей среды
35. Аварии на коммунально-энергетических сетях: причины, защита населения и окружающей среды.
36. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы при чрезвычайных ситуациях.
37. Характеристика региона с точки зрения опасности возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
38. Законодательство Российской Федерации об охране труда и о безопасности в чрезвычайных ситуациях.
39. Менеджмент в области экологической безопасности и охраны труда.
40. Мобильная связь и здоровье человека.
41. Безопасность жизнедеятельности при использовании компьютерной техники.
42. Вредные привычки и их влияния на здоровье человека
43. Здоровый образ жизни человека.

44. Лекарственные препараты и безопасность.
45. Предвестники проявления стихийных бедствий.
46. Оценка обстановки при возникновении чрезвычайных ситуаций.
47. Прогнозирование чрезвычайных ситуаций.
48. Принципы оказания первой помощи в чрезвычайных ситуациях.
49. Основы сердечно-легочной реанимации
50. Медицинские средства индивидуальной защиты.
51. Первая помощь при травматических повреждениях.
52. Первая помощь при ранениях.
53. Первая помощь при кровотечениях.
54. Первая помощь при термических поражениях
55. Первая помощь при отравлениях.
56. Первая помощь при поражении молнией и электрическим током.
57. Первая помощь при утоплении
58. Оказание первой помощи пострадавшим при растяжках связок, вывихах конечностей, переломах, ушибах и травмировании глаз.
59. Оказание первой помощи при обморожении и замерзании
60. Оказание первой помощи при солнечном и тепловом ударах

*Схема распределения заданий*

| Первая буква фамилии | Номер теоретического задания |
|----------------------|------------------------------|
| А, Ф                 | 1, 21,41                     |
| Б,                   | 2, 22,42                     |
| В, Ч                 | 3,23,43                      |
| Г,                   | 4,24,44                      |
| Д, Х                 | 5,25,45                      |
| Е,                   | 6,26,46                      |
| Ж, Й                 | 7,27,47                      |
| Р, Щ                 | 8,28,48                      |
| С                    | 9,29,49                      |
| Т, Э                 | 10,30,50                     |
| У                    | 11,31,51                     |
| Н, Ю                 | 12,32,52                     |
| И,                   | 13,33,53                     |
| З,Ы                  | 14,34,54                     |
| Ц,                   | 15,35,55                     |
| Л, Ш,                | 16,36,56                     |
| К,                   | 17,37,57                     |
| М,Й                  | 18,38,58                     |
| П,                   | 19,39,59                     |
| О, Я                 | 20,40,60                     |