

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Государственное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина»

Утверждено на заседании  
кафедры охраны здоровья  
и безопасности жизнедеятельности  
протокол № 1 от 12 сентября 2008 г.  
Зав. кафедрой, д-р мед. наук, проф.



***В.Ф. Горбич***

**БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Программа дисциплины  
и учебно-методические рекомендации

Для специальности 033200 — «Иностранный язык»  
Институт иностранных языков  
Отделение — французский язык  
Курс 1, семестр 2  
Всего часов (включая самостоятельную работу) — 72

Составитель: **Е.А. Гревцова**, д-р мед. наук, проф.

Рязань, 2010

**ББК 68я73**  
**Б40**

Печатается по решению редакционно-издательского совета государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина» в соответствии с планом изданий на 2010 год.

Рецензенты: *В.Ф. Горбич*, д-р мед. наук, проф. (РГУ им. С.А. Есенина),  
*Т.К. Коноплева*, канд. мед. наук (РГМУ им. И.П. Павлова)

**Б40** **Безопасность жизнедеятельности** : программа дисциплины и учебно-методические рекомендации / сост. Е.А. Гревцова ; Ряз. гос. ун-т им. С.А. Есенина. — Рязань, 2010. — 32 с.

Программа и учебно-методические рекомендации составлены в соответствии с ГОС ВПО и требованиями по подготовке специалистов в вузе.

Адресована студентам очного отделения института иностранных языков, обучающимся по специальности 033200 «Иностранный язык».

*Ключевые слова: безопасность жизнедеятельности, окружающая среда, стихийные бедствия, чрезвычайные ситуации, техносфера, авария, катастрофа, аварийно химически опасные вещества, радиоактивные вещества, управление безопасностью, радиационная, химическая и медико-биологическая защита населения, терроризм, гражданская оборона, инженерные сооружения, средства индивидуальной защиты, национальная безопасность, международная безопасность.*

**ББК 68я73**

**Выписка из ГОС ВПО специальности 033200 «Иностранный язык»  
ОПД. Ф.07**

Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций. Российская система предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях. Опасные ситуации природного и техногенного характера и защита населения от их последствий. Действия учителя при авариях, катастрофах и стихийных бедствиях. Основы пожарной безопасности. Средства тушения пожаров и их применение. Действия при пожаре. Чрезвычайные ситуации социального характера. Криминогенная опасность. Зоны повышенной опасности. Транспорт и его опасности. Правила безопасного поведения на транспорте. Экономическая, информационная, продовольственная безопасность. Общественная опасность экстремизма и терроризма. Виды террористических актов и способы их осуществления. Организация антитеррористических и иных мероприятий по обеспечению безопасности в образовательном учреждении. Действия педагогического персонала и учащихся по снижению риска и смягчению последствий террористических актов. Проблема национальной и международной безопасности РФ. Гражданская оборона и ее задача. Современные средства поражения. Средства индивидуальной защиты. Защитные сооружения гражданской обороны. Организация защиты населения в мирное и военное время. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях.

### **АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Безопасность жизнедеятельности (БЖД)» — дисциплина, входящая в блок общих профессиональных дисциплин по специальности 033200 — «Иностранный язык» (квалификация «учитель иностранного языка»).

**Цель дисциплины:** сохранение здоровья и жизни человека в техносфере, защита его от опасностей техногенного и естественного происхождения, создание комфортных условий жизнедеятельности путем ознакомления студентов с базисными теоретическими сведениями по вопросам безопасности жизнедеятельности в современных условиях, причинами возникновения чрезвычайных ситуаций, возможными последствиями и методами оказания первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях (ЧС).

**Задачи дисциплины.** Обучить будущих специалистов теоретическим знаниям и практическим навыкам, необходимым:

- для идентификации негативных воздействий (опасностей) техносферы;
- прогнозирования развития этих негативных воздействий при любом виде деятельности и оценки их последствий;
- создания комфортного состояния среды обитания в зонах трудовой деятельности и отдыха человека;
- проектирования и эксплуатации техники, технологических процессов и объектов экономики в соответствии с требованиями безопасности и экологичности;
- разработки и реализации средств защиты населения и окружающей среды от негативных воздействий;

- обеспечения устойчивого функционирования объектов экономики и технических систем в штатных и чрезвычайно опасных ситуациях;
- принятия решений по защите производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и применения современных средств поражения, а также принятия мер по ликвидации последствий.

Для изучения дисциплины необходимы знания биологии, географии, химии, физики.

**Содержание дисциплины.** С момента своего появления на Земле человек живет и действует в условиях постоянно изменяющихся потенциальных опасностей. Это позволяет сформулировать аксиому, что деятельность человека потенциально опасна.

Реализуясь в пространстве и времени, опасности причиняют вред здоровью человека. Вред проявляется в нервных потрясениях, травмах, болезнях, инвалидных и летальных исходах. Следовательно, опасности — это то, что угрожает не только человеку, но и обществу, и государству в целом. Значит профилактика опасностей

и защита от них — актуальная гуманитарная и социально-экономическая проблема, в решении которой государство не может не быть заинтересовано.

Обеспечение безопасности жизнедеятельности — приоритетная задача для личности, общества, государства. Абсолютной безопасности не бывает. Всегда существует некоторый остаточный риск. Под безопасностью понимается такой уровень опасности, с которым на данном этапе научного и экономического развития можно смириться. Безопасность — это приемлемый риск.

**В результате изучения этой дисциплины студент должен**

*знать:*

- 1) теоретические основы безопасности жизнедеятельности;
- 2) государственную политику в области подготовки и защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
- 3) правовые и организационные основы управления безопасностью жизнедеятельности;
- 4) основные типы опасностей техносферы, действие их на человека и окружающую среду;
- 5) методы защиты от чрезвычайных опасностей (техногенного, природного, экологического и социального характера);

*уметь:*

- 1) оценивать возможный риск появления локальных чрезвычайных ситуаций, принимать своевременные меры по их предупреждению, а в случае возникновения — ликвидации их последствий;
- 2) владеть методикой формирования у обучающихся психологической устойчивости поведения в чрезвычайных ситуациях;
- 3) грамотно применять практические навыки обеспечения безопасности в опасных ситуациях, возникающих в учебном заведении и повседневной жизни;
- 4) принимать участие в спасательных работах в условиях чрезвычайных ситуаций различного характера.

*владеть*

1) приемами оказания первой медицинской помощи в очаге чрезвычайной ситуации.

## **СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Раздел I. Общая часть**

#### **Модуль 1. Теоретические основы чрезвычайных ситуаций**

##### *1. Предмет и задачи дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».*

*Классификации и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.*

*Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).*

Теоретические основы безопасности жизнедеятельности (определение как науки, предмет, объект изучения, цель, учебные задачи). Основные понятия (опасность, безопасность, чрезвычайная ситуация, источник чрезвычайной ситуации, предупреждение чрезвычайной ситуации, ликвидация чрезвычайной ситуации, зона чрезвычайной ситуации).

Классификация чрезвычайных ситуаций по причине возникновения, масштабу, ведомственной принадлежности, скорости, природе возникновения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайной ситуации.

### **Раздел II. Чрезвычайные ситуации мирного времени**

#### **Модуль 2. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного, экологического и социального характера**

##### *2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного происхождения.*

*Действия населения*

Геологические (землетрясения, извержения вулканов, оползни, сели, снежные лавины).

Метеорологические (ураганы, бури, снежные бури, смерчи).

Гидрологические (наводнения, заторы, зажоры, нагоны, цунами).

Природные пожары (лесные, торфяные, степные).

Биологические (эпидемии, эпизоотии, эпифитотии).

Космические (астероиды, кометы, излучения, межпланетная гравитация).

##### *3. Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения.*

*Действия населения*

Аварии на химически опасных объектах с выбросом аварийно химически опасных веществ. Краткая характеристика и классификация аварийно химически опасных веществ. Зона заражения и очаг поражения. Пути поступления в организм, токсические дозы, острые отравления, их характеристика. Первая помощь пострадавшим в очаге.

Аварии на радиационно опасных объектах с выбросом радиоактивных веществ. Радиоактивность, радиоактивные вещества, свойства радиоактивности, типы ионизирующих излучений. Дозы облучения (экспозиционная, поглощенная, эквивалентная, эффективная), единицы измерения (международная система единиц СИ и внесистемные единицы) и их соотношение. Влияние ионизирующего излучения на живые организмы. Гигиенические регламенты облучения человека. Радиационный фон. Особенности аварий на радиационно опасных объектах. Зоны радиационного загрязнения по дозе облучения (среднегодовой эффективной дозе). Радиационная защита населения.

Потенциально опасные промышленные предприятия и объекты г. Рязани.

Аварии на коммунально-энергетических сетях: электроснабжения, теплоснабжения, газоснабжения, водоснабжения, канализования. Причины, последствия, действия населения в аварийных ситуациях.

Транспорт и его опасности. Правила безопасного поведения на транспорте (автомобильном, железнодорожном, водном, воздушном).

Основы пожарной безопасности. Средства тушения пожаров и их применение. Действия при пожаре.

#### *4. Характеристика чрезвычайных ситуаций экологического происхождения*

Окружающая среда и взаимодействие с ней человека.

Изменение состояния педосферы (деградация почв, эрозия, опустынивание).

Изменение физических и химических свойств атмосферы. Прозрачность атмосферного воздуха и солнечная радиация. Увеличение концентрации парниковых газов. Кислотные дожди. Истощение озонового слоя. Изменение глобального климата.

Изменение состояния гидросферы. Экологическое значение воды и Мирового океана. Загрязнение природных вод пестицидами, детергентами, диоксидами. Радиоактивное загрязнение водной среды. Последствия загрязнения вод.

Изменение состояние биосферы. Биоразнообразие как жизненный ресурс планеты. Динамика снижения и меры по сохранению биоразнообразия.

#### *5. Чрезвычайные ситуации социального характера*

Понятия социальных опасностей. Их классификация и краткая характеристика. Криминогенная опасность. Опасности, связанные с психическим воздействием на человека (шантаж, мошенничество, воровство, взяточничество и др.). Общественная опасность экстремизма и терроризма. Виды террористических актов и способы их осуществления. Организация антитеррористических и иных мероприятий по обеспечению безопасности в образовательном учреждении. Действия педагогического персонала и учащихся по снижению риска и смягчению последствий террористических актов. Насилие над детьми. Опасности суицидов. Статистика завершенных и незавершенных суицидов. Телефон доверия.

Социальные болезни и явления: СПИД, венерические заболевания, туберкулез, бродяжничество и бездомность, безработица, нищета, проституция, шарлатанство.

Опасности, связанные с употреблением веществ, разрушающих организм (алкоголь, никотин, психотропные средства).

Локальные, региональные и глобальные социальные опасности. Меры защиты и профилактика социальных опасностей.

#### *6. Чрезвычайные ситуации локального характера в природных условиях*

Меры предосторожности при отдыхе и работе в природных условиях. Отравления ядовитыми грибами и растениями; симптомы, первая помощь пострадавшим. Укусы насекомых, змей и диких животных; первая помощь пострадавшим. Аллергические реакции, опасные для здоровья и жизни человека. Автономное выживание (определение своего места нахождения, сигналы бедствия, организация ночлега, разведение огня, добыча воды и пищи).

Несчастные случаи и причины гибели людей на воде. Оказание первой помощи утопающим. Основы поведения людей на воде, правила организации места для купания. Меры предосторожности на льду. Безопасность при лодочных походах. Правила эксплуатации гребных и моторных лодок.

#### *7. Экстремальные ситуации в условиях города*

Транспортно-дорожная безопасность человека в условиях города (метро, автобус, троллейбус, трамвай, такси).

Чрезвычайные ситуации криминального характера в условиях города (кража, мошенничество, нападение на улице, приставание пьяного, изнасилование).

Безопасность в местах массового отдыха (массовые погромы, толпа, виды толпы, безопасность в толпе).

Безопасность на воде. Правила поведения на пляже.

#### *8. Экстремальные ситуации в жилище*

Определение экстремальной ситуации. Пожары в жилищах. Причины, правила поведения, профилактика.

Затопление в жилище. Основные причины. Профилактика.

Разрушение конструкции. Основные причины. Профилактика.

Поражение электрическим током, его воздействие на организм человека. Защита от опасности поражения электрическим током.

Отравление угарным, природным газом, препаратами бытовой химии. Причины. Первая медицинская помощь. Профилактика.

Опасности криминогенного характера.

#### *9. Оценка поражающих факторов*

*и медицинских последствий чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, экологического, социального характера*

Основные поражающие факторы, медицинские последствия. Потери населения при катастрофах: безвозвратные и санитарные. Служба медицины катастроф: силы и средства. Задачи и схема организации первой медицинской помо-

щи при чрезвычайных ситуациях. Медицинские последствия каждого поражающего фактора.

### **Раздел III. Защита населения в чрезвычайных ситуациях**

#### **Модуль 3. Методы защиты от чрезвычайных ситуаций**

##### *10. Общественная опасность экстремизма и терроризма.*

##### *Виды террористических актов и способы их осуществления*

Определение терроризма. Классификация по идеологической основе и сфере проявления, по масштабам, видам, форме, силам и средствам, целям и задачам.

Террористический акт: возможные цели и способы.

Международный терроризм (определение, причины появления, основные черты).

Особенности современного терроризма в России. Факторы, влияющие на его возникновение и развитие (политические, экономические, социальные, этнонациональные, правовые, идеологические).

Составление плана антитеррористических мероприятий в организациях.

##### *11. Экономическая, информационная и продовольственная безопасность*

Экономическая безопасность: основные компоненты, цель, критерий, объекты, субъекты, уровни. Внешние и внутренние угрозы экономической безопасности России. Обеспечение экономической безопасности государства как важнейшая функция государства.

Понятие и социально-психологическая характеристика информационной безопасности. Методы ведения информационной войны. Социально-психологические способы обеспечения информационной безопасности.

Продовольственная безопасность. Качество продуктов питания, реализуемых в стране. Социальные аспекты проблемы питания. Меры преодоления продовольственного кризиса.

##### *12. Гражданская оборона, организационная структура и основные задачи*

Федеральный закон 1998 г. «О гражданской обороне».

История создания Гражданской обороны (ГО) и Министерства РФ по делам гражданской обороны, чрезвычайных ситуаций и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС). Службы Гражданской обороны на территориях и объектах, структура, цели и задачи. Силы Гражданской обороны. Функциональные обязанности должностных лиц.

Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях. Гражданская оборона университета: задачи, силы и средства.



Организация оповещения учащихся и персонала учебных заведений о чрезвычайной ситуации, действия по сигналу «Внимание всем!» и речевой информации (радио, телевидение).

Эвакуация как один из способов защиты населения. Варианты эвакуации. Действия населения при оповещении о начале эвакуации, обязанности эвакуируемых и их экипировка. Правила поведения на сборном эвакуопункте и в пути следования.

### *13. Защитные сооружения гражданской обороны*

Основы защиты населения в чрезвычайных ситуациях. Принципы организации и способы защиты. Защита от поражающих факторов источников чрезвычайных ситуаций.

Инженерная защита. Назначение и классификация защитных сооружений. Убежища. Противорадиационные укрытия.

Требования к защитным свойствам убежищ, противорадиационным укрытиям.

### *14. Первая помощь в очаге чрезвычайной ситуации.*

#### *Способы временной остановки кровотечений*

Первая медицинская помощь: цель, задачи, мероприятия. Оптимальные сроки оказания первой медицинской помощи. Основные критерии оценки тяжести поражения: поведение и сознание, наличие видимых повреждений, окраска кожи и слизистых оболочек, характер и частота дыхания, частота сердечных сокращений, артериальное давление. Виды и признаки кровотечения. Определение объема кровопотери по индексу Алговера — Грубера. Способы временной остановки кровотечения: наложение давящей повязки, приподнятое положение, максимальное сгибание конечности, пальцевое прижатие артерий, наложение жгута.

### *15. Первая помощь в очаге чрезвычайной ситуации.*

#### *Транспортировка пострадавших и больных из очага поражения*

Транспортировка пострадавших и больных из очага поражения. Устройство стандартных носилок. Правила пользования санитарными носилками. Правила движения с носилками (шаг не в ногу), движение в гору и под гору.

Носилочная лямка и ее использование для переноски пораженных. Способы переноски пострадавших на руках, на одеяле, брезенте.

### *16. Применение средств индивидуальной защиты населения в чрезвычайных ситуациях*

Назначение, состав и порядок применения средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Фильтрующие и изолирующие противогазы, респираторы, противопыльно-тканевые маски и ватно-марлевые повязки. Защитные комбинезоны и костюмы, легкий защитный костюм (Л-1) и общевойсковой защитный комплект. Подручные средства защиты кожи.

Табельные медицинские средства индивидуальной защиты: аптечка индивидуальная (АИ-2), индивидуальный противохимический пакет ИПХ-8, инди-

видуальный перевязочный пакет. Назначение, комплектация, порядок использования, сроки годности.

Сумка санитарная, назначение, комплектация, правила пользования.

### ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п  | Раздел, тема   | Всего часов | В том числе аудиторных |          |                  | Самостоят. работа |
|--|--|-------------|------------------------|----------|------------------|-------------------|
|  |  |             | всего                  | лекция   | семинар. занятие |                   |
| 1  | 2  | 3           | 4                      | 5        | 6                | 7                 |
| <b>М 1. Теоретические основы чрезвычайных ситуаций</b>   |  | <b>8</b>    | <b>4</b>               | <b>4</b> |                  | <b>4</b>          |
| 1.   | Предмет и задачи курса «Безопасность жизнедеятельности». Классификации и прогнозирование чрезвычайных ситуаций | 4           | 2                      | 2        |                  | 2                 |
| 2.   | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций                               | 4           | 2                      | 2        |                  | 2                 |
| <b>М 2. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного, экологического и социального характера</b> |  | <b>36</b>   | <b>16</b>              | <b>8</b> | <b>8</b>         | <b>20</b>         |
| 3.   | Характеристика чрезвычайных ситуаций природного происхождения. Действия населения                              | 8           | 4                      | 2        | 2                | 4                 |
| 4.   | Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения. Действия населения                            | 8           | 4                      | 2        | 2                | 4                 |
| 5.   | Характеристика чрезвычайных ситуаций экологического происхождения.   | 6           | 2                      | 2        |                  | 4                 |
| 6.   | Чрезвычайные ситуации социального характера  | 6           | 2                      | 2        |                  | 4                 |
| 7.   | Чрезвычайные ситуации локального характера в природных условиях  | 4           | 2                      |          | 2                | 2                 |
| 8.   | Экстремальные ситуации в условиях города. Экстремальные ситуации в жилище                                      | 4           | 2                      |          | 2                | 2                 |
| <b>М 3. Методы защиты от чрезвычайных ситуаций.</b>  |  | <b>28</b>   | <b>14</b>              | <b>6</b> | <b>8</b>         | <b>14</b>         |
| 9.   | Общественная опасность экстремизма и терроризма. Виды террористических актов и способы их осуществления        | 4           | 2                      | 2        |                  | 2                 |
| 10.  | Экономическая, информационная и продовольственная безопасность.  | 4           | 2                      | 2        |                  | 2                 |
| 11.  | Гражданская оборона, организационная структура и основные задачи   | 4           | 2                      | 2        |                  | 2                 |
| 12.  | Первая помощь в очаге чрезвычайной ситуации. Транспортировка пострадавших и больных из очага поражения         | 4           | 2                      |          | 2                | 2                 |
| 13.  | Способы временной остановки кровотечений   | 4           | 2                      |          | 2                | 2                 |
| 14.  | Оценка поражающих факторов и меди-   | 4           | 2                      |          | 2                | 2                 |

|                          |  |           |           |           |           |           |
|--------------------------|--|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|                          | цинских последствий чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, экологического, социального характера            |           |           |           |           |           |
| <i>Окончание таблицы</i> |  |           |           |           |           |           |
| <i>1</i>                 | <i>2</i>   | <i>3</i>  | <i>4</i>  | <i>5</i>  | <i>6</i>  | <i>7</i>  |
| 15.                      | Защитные сооружения гражданской обороны. Применение средств индивидуальной защиты населения в чрезвычайных ситуациях | 4         | 2         |           | 2         | 2         |
|                          | Итого  | <b>72</b> | <b>34</b> | <b>18</b> | <b>16</b> | <b>38</b> |

## **ВОПРОСЫ К КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЕ, ПЛАНЫ И СОДЕРЖАНИЕ СЕМИНАРСКИХ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

### **Модуль 1. Теоретические основы чрезвычайных ситуаций**

#### **Вопросы к контрольной работе в рамках модульно-рейтинговой системы**

1. Что такое безопасность жизнедеятельности?
2. Что является предметом безопасности жизнедеятельности?
3. Что является объектом безопасности жизнедеятельности?
4. Что является целью безопасности жизнедеятельности?
5. Какие задачи решает безопасность жизнедеятельности?
6. Дайте определение опасности.
7. Дайте определение безопасности.
8. Что означает среда обитания.
9. Что входит в понятие биосфера?
10. Что называется социальной средой, производственной средой?
11. Классификация чрезвычайных ситуаций по причине возникновения.
12. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу.
13. Классификация чрезвычайных ситуаций по ведомственной принадлежности.
14. Классификация чрезвычайных ситуаций по скорости.
15. Классификация чрезвычайных ситуаций по природе возникновения.
16. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.
17. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
18. Классификация чрезвычайных ситуаций экологического характера.
19. Классификация чрезвычайных ситуаций социального характера.
20. Дайте определение чрезвычайной ситуации.
21. Что означает предупреждение чрезвычайной ситуации?

22. Что означает ликвидация чрезвычайной ситуации?
23. Дайте определение зоны чрезвычайной ситуации.
24. Что такое источник чрезвычайной ситуации?
25. Как называется основной закон, которым руководствуется в своей работе МЧС на основе единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций?
26. Назовите уровни РСЧС.
27. Основные задачи РСЧС.
28. На какие группы делятся силы и средства РСЧС?
29. Силы и средства наблюдения и контроля РСЧС.
30. Силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций.
31. Режимы функционирования РСЧС.
32. Права граждан РФ в области защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций.
33. Обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

### **Принятые сокращения**

|      |   |   |
|------|---|---|
| ЧС   | — | чрезвычайная ситуация.                        |
| АХОВ | — | аварийно химически опасные вещества.          |
| ПДК  | — | предельно допустимая концентрация.            |
| ХОО  | — | химически опасный объект.                     |
| РВ   | — | радиоактивные вещества.                       |
| РОО  | — | радиационно опасный объект.                   |
| ДТП  | — | дорожно-транспортное происшествие.            |
| НАОР | — | неотложные аварийные и обеспечивающие работы. |
| ГО   | — | гражданская оборона.                          |
| ОВ   | — | отравляющие вещества.                         |
| СИЗ  | — | средства индивидуальной защиты.               |
| СП   | — | санитарный пост.                              |
| СД   | — | санитарная дружина.                           |
| СОП  | — | санитарно-обмывочный пункт.                   |
| СЭП  | — | сборно-эвакуационный пункт.                   |
| ПС   | — | поисково-спасательные.                        |
| АИ   | — | аптечка индивидуальная.                       |
| ППИ  | — | пакет перевязочный индивидуальный.            |
| ППУ  | — | пакет перевязочный универсальный.             |
| ПРХН | — | пункт радиационно-химического наблюдения.     |
| ПУСО | — | пункт специальной обработки.                  |
| ГП   | — | гражданский противогаз.                       |
| БВУ  | — | быстро возводимое убежище.                    |
| ПРУ  | — | противорадиационное укрытие.                  |
| ПМП  | — | первая медицинская помощь.                    |
| ЖКТ  | — | желудочно-кишечный тракт.                     |
| ЦНС  | — | центральная нервная система.                  |
| ССС  | — | сердечно-сосудистая система.                  |

## **Модуль 2. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного, экологического и социального характера**

### ***Тема 1. Чрезвычайные ситуации природного характера: геологические, метеорологические, гидрологические, природные пожары, массовые заболевания***

1. Геологические чрезвычайные ситуации: землетрясения, извержения вулканов, цунами, оползни, сели, обвалы, лавины.

2. Метеорологические чрезвычайные ситуации: ураганы, бури, смерчи.

3. Природные пожары: чрезвычайная пожарная опасность, лесные пожары, пожары степные и хлебных массивов, торфяные пожары, подземные пожары горючих ископаемых.

4. Гидрологические чрезвычайные ситуации: наводнения, заторы, зажоры, нагоны, цунами.

## Список рекомендуемой литературы

### Основная литература

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / под ред. Э.А. Арустамова. — 14-е изд., перераб. и доп. — М. : Дашков и К, 2008. — С. 216—238.
2. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / В.Ю. Микрюков. — Ростов н/Д : Феникс, 2006. — С. 11—28.

### Дополнительная литература

1. Предмет и задачи безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени. Организация первой медицинской помощи [Текст] : материалы для подготовки к семинару для студентов всех специальностей / сост. В.Ф. Горбич, В.В. Жаров ; Ряз. гос. пед. ун-т. — Рязань, 2004. — 41 с.
2. Чрезвычайные ситуации природного характера. Поражающие факторы и медицинские последствия. Первая медицинская помощь [Текст] : материалы для подготовки к семинару для студентов всех факультетов / сост. В.Ф. Горбич, Т.В. Баззаев ; Ряз. гос. пед. ун-т. — Ч. 1 : Наводнения и природные пожары. — Рязань, 2003. — 45 с.

### Вопросы для контроля знаний по теме

1. Чем отличаются опасные природные явления от стихийных бедствий?
2. Дайте классификацию чрезвычайных ситуаций природного характера.
3. При каких обстоятельствах складываются чрезвычайные ситуации природного характера?
4. Чем вызваны землетрясения (цунами)?
5. От чего зависит характер поражения людей при землетрясениях?
6. Как следует поступать при землетрясении, если оно застало вас дома (на улице, в транспорте).
7. В чем состоит обеспечение безопасности людей при угрозе извержения вулкана?
8. Что собой представляет ураган (буря, смерч)?
9. В чем состоит разрушительное действие урагана (бури, смерча)?
10. Как следует себя вести, если ураган или смерч застал вас на открытом месте?
11. Какие основные виды поражения людей возникают при урагане, буре, смерче?
12. Какие работы проводятся для борьбы с селями?
13. Как следует спасать человека в случае захвата его селем?
14. Как подразделяются лесные пожары?
15. Какие способы применяют для тушения лесных (степных) пожаров?
16. Перечислите меры безопасности при тушении торфяных пожаров.
17. Чем вызываются наводнения?
18. Какие меры безопасности следует соблюдать при эвакуации из районов наводнений?

19. Что следует делать, если наводнение застало вас дома (в поле, в лесу)?
20. Что делать, если вы оказались в воде во время наводнения?

### Вопросы для самостоятельного изучения

Массовые заболевания (эпидемии, эпизоотии, эпифитотии) как биологические чрезвычайные ситуации природного характера.

### Рекомендуемая литература

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / под ред. Э.А. Арустамова. — 14-е изд., перераб. и доп. — М. : Дашков и К, 2008. — С. 235—238.
2. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / В.Ю. Микрюков. — Ростов н/Д : Феникс, 2006. — С. 85—91.

### ***Тема 2. Чрезвычайные ситуации локального характера в природных условиях (отравление грибами, растениями, укусы змей, насекомых). Первая помощь. Автономное выживание.***

1. Общие принципы выживания. Факторы, влияющие на способность к выживанию. Основные правила поведения в условиях автономного существования. Инструменты и средства выживания.
2. Определение собственного местонахождения, ориентирование во времени. Защита от необходимого воздействия факторов природной среды. Установление связи и подготовка средств сигнализации. Передвижение по замерзающим озерам и рекам, организация переправ.
3. Ядовитые грибы и растения. Симптомы отравления. Первая помощь пострадавшим. Профилактика отравления.
4. Укусы насекомых, змей, диких животных. Симптомы. Первая помощь. Профилактика.

### Список рекомендуемой литературы

#### Основная литература

Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи [Текст] : учеб. пособие / под ред. Р.И. Айзмана, С.Г. Кривошекова. — Новосибирск : Сиб. университет. изд-во, 2002. — С. 128—174.

#### Дополнительная литература

1. Предмет и задачи безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени. Организация первой медицинской помощи [Текст] : материалы для подготовки к семинару для студентов всех специальностей / сост. В.Ф. Горбич, В.В. Жаров ; Ряз. гос. пед. ун-т. — Рязань, 2004. — 41 с.
2. Чрезвычайные ситуации природного характера. Поражающие факторы и медицинские последствия. Первая медицинская помощь [Текст] : материалы для подготовки к семинару для студентов всех факультетов / сост. В.Ф. Горбич,

Т.В. Баззаев ; Ряз. гос. пед. ун-т. — Ч. 1 : Наводнения и природные пожары. — Рязань, 2003. — 45 с.

### Вопросы для контроля знаний по теме

1. Перечислите меры предосторожности при отдыхе и работе в природных условиях.
2. Как определяются стороны горизонта днем (ночью)?
3. Назовите рекомендации для наиболее распространенных экстремальных ситуаций, вызванных действием природных факторов (пурга, метель, ветер, обильный снегопад).
4. Назовите критерии для устройства аварийного бивуака. Приведите примеры.
5. Как развести костер, добыть воду для питья, организовать ночлег в условиях автономного существования?
6. Как осуществляется подача сигналов бедствия? Международная система сигналов.
7. Назовите способы наведения переправы; перечислите правила передвижения по замершим озерам и рекам.

### Вопросы для самостоятельного изучения

1. Передвижение в условиях ограниченной видимости (туман, белая мгла, темнота).
2. Преодоление лавиноопасного склона. Правила поведения при сходе лавин, поиске пострадавшего.

### Рекомендуемая литература

Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи [Текст] : учеб. пособие / под ред. Р.И. Айзмана, С.Г. Кривошекова. — Новосибирск : Сиб. университет. изд-во, 2002. — С. 143—147.

#### ***Тема 3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ, радиоактивных веществ. Потенциально опасные объекты г. Рязани***

1. Аварии на химически опасных объектах. Характеристика классов опасности химических объектов. Характер воздействия химического загрязнения на население и окружающую среду.
2. Аварии на радиационно опасных объектах. Источники ионизирующих излучений. Радиоактивное загрязнение окружающей среды.
3. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Категории пожаро- и взрывоопасных объектов.
4. Аварии на гидротехнических сооружениях, коммунально-энергетических сетях.
5. Потенциально опасные объекты г. Рязани и Рязанской области.



## Список рекомендуемой литературы

### Основная литература

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / под ред. Э.А. Арустамова. — 14-е изд., перераб. и доп. — М. : Дашков и К, 2008. — С. 196—216.
2. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / В.Ю. Микрюков. — Ростов н/Д : Феникс, 2006. — С. 33—78.

### Дополнительная литература

1. Аварии с выбросом химически опасных веществ. Мероприятия в очаге поражения. Первая медицинская помощь [Текст] : материалы для подготовки к семинару для студентов всех факультетов / сост. В.Ф. Горбич, Т.В. Баззаев ; Ряз. гос. пед. ун-т. — Рязань, 2003. — 59 с.
2. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / под ред. С.В. Белова. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Высшая школа, 2001. — С. 43—58.

### Вопросы для контроля знаний по теме

1. На какие группы подразделяются чрезвычайные ситуации техногенного происхождения?
2. Какие объекты относятся к химически опасным?
3. Дайте характеристику наиболее распространенным ядовитым веществам, используемым в промышленном производстве и экономике.
4. Охарактеризуйте аварии на химически опасных объектах.
5. Каковы признаки отравления хлором (аммиаком, синильной кислотой, фосгеном, окисью углерода, ртутью)?
6. Какие правила следует соблюдать при выходе из зоны химического заражения?
7. Как оказать первую помощь пострадавшим от воздействия хлором (аммиаком, синильной кислотой, фосгеном, окисью углерода, ртутью)?
8. Что представляет собой дегазация?
9. Как повысить защитные свойства дома от проникновения ядовитых веществ?
10. Какие объекты называются радиационно опасными?
11. Что значит радиационная авария?
12. Когда возникает лучевая болезнь и чем она характеризуется?
13. Как защититься от внешнего и внутреннего облучения при аварии на атомной электростанции?
14. Какие мероприятия необходимо выполнить при получении информации о радиационной опасности?
15. Какие правила радиационной безопасности и личной гигиены следует соблюдать при радиоактивном заражении местности?
16. Какие объекты относятся к пожароопасным?
17. Дайте характеристику классов и видов пожаров.
18. Какими параметрами характеризуются пожары?

19. Что значит огнестойкость здания? На какие группы делятся строительные материалы по огнестойкости?
20. Перечислите основные и вторичные поражающие факторы пожара.
21. Какие меры следует применять, для того чтобы покинуть горящее здание?
22. Что следует делать при невозможности покинуть горящее здание?
23. Как обследовать задымленное помещение?
24. Какие меры помощи оказываются пострадавшим при пожаре?
25. Каковы причины аварий на гидротехнических сооружениях (коммунально-энергетических сетях)?

#### Вопросы для самостоятельного изучения

1. Взрывоопасность. Взрывчатые вещества. Очаг поражения при взрыве газозадушенной смеси.
2. Основы пожарной профилактики. Методы и средства тушения пожаров.

#### Рекомендуемая литература

Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / В.Ю. Микрюков. — Ростов н/Д : Феникс, 2006. — С. 479—507.

#### ***Тема 4. Экстремальные ситуации в условиях города. Экстремальные ситуации в жилище***

1. Транспортно-дорожная безопасность человека в условиях города (метро, автобус, троллейбус, трамвай, такси).
2. Чрезвычайные ситуации криминального характера в условиях города (кража, мошенничество, нападение на улице, приставание пьяного, изнасилование).
3. Безопасность в местах массового отдыха (массовые погромы, толпа, виды толпы, безопасность в толпе, навыки).
4. Безопасность на воде. Правила поведения на пляже.
5. Определение экстремальной ситуации. Составление схемы экстремальных ситуаций в жилище.
6. Пожары в жилых зданиях. Причины, правила поведения, профилактика.
7. Затопление в жилище. Основные причины. Профилактика.
8. Разрушение конструкций. Основные причины. Профилактика.
9. Поражение электрическим током и его воздействие на организм человека. Характерные пути тока в человеке («петли тока»). Защита от опасности поражения электрическим током.
10. Отравление угарным (природным) газом, препаратами бытовой химии. Причины, первая медицинская помощь, профилактика.
11. Опасности криминогенного характера.

#### Список рекомендуемой литературы

##### Основная литература

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / В.Ю. Микрюков. — Ростов н/Д : Феникс, 2006. — С. 33—39.

2. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. для вузов / под ред. Л.А. Михайлова. — 2-е изд.— СПб. : Питер, 2008. — С. 262—280.

3. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / под ред. Э.А. Арустамова. — 14-е изд., перераб. и доп. — М. : Дашков и К, 2008. — С. 216—238.

#### Дополнительная литература

1. Экстремальные ситуации в жилище [Текст] : учеб. пособие / сост. Е.А. Гревцова, В.Ф. Горбич. — Рязань, 2008 — 28 с.

2. Мастрюков, Б.С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях [Текст] / Б.С. Мастрюков. — М. : Академия, 2003. — С. 121—132.

#### Вопросы для контроля знаний по теме

1. Какие опасные зоны в метро Вы знаете?
2. Как уменьшить риск при падении на рельсы?
3. Что следует делать при возникновении чрезвычайной ситуации в вагоне метро?
4. Перечислите правила поведения пассажиров общественного транспорта.
5. Какие меры следует предпринимать, чтобы обезопасить себя от воров-карманников?
6. Какие правила следует соблюдать, чтобы уменьшить риск стать жертвой преступления?
7. Какие основные правила безопасного поведения должны знать дети?
8. Чем отличается кража от ограбления?
9. Какие виды мошенничества различают?
10. Какие особенности совершаемой сделки должны вызывать подозрения в нечестности партнера?
11. Каковы пределы допустимой самообороны?
12. Какие средства самозащиты Вы знаете?
13. Назовите основные правила самозащиты?
14. В чем преимущества и недостатки аэрозольных средств самозащиты?
15. Какие средства нельзя употреблять для самозащиты?
16. Перечислите правила и меры безопасности поведения на водоемах в летний (осенний, зимний, весенний) периоды.
17. Дайте определение экстремальной ситуации.
18. Назовите классификацию экстремальных ситуаций в жилище.
19. Перечислите основные причины пожаров в жилых зданиях.
20. Перечислите правила поведения при пожарах.
21. Перечислите основные причины затоплений в жилище.
22. В чем заключается воздействие электрического тока на организм?
23. Что такое шаговое напряжение? Что такое напряжение прикосновения?
24. Каковы основные методы и средства защиты от поражения электрическим током?
25. В каких случаях происходит отравление угарным газом? Перечислите симптомы отравления. Первая медицинская помощь. Профилактика.
26. В каких случаях происходит отравление природным газом? Перечислите симптомы отравления. Первая медицинская помощь. Профилактика.
27. Перечислите правила обращения с препаратами бытовой химии.

### Вопросы для самостоятельного изучения

1. Опасность криминального характера в квартире. Правила поведения.
2. Повышение защитных свойств дома (квартиры).
3. Статическое электричество. Молниезащита.

### Рекомендуемая литература

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. для вузов / под ред. Л.А. Михайлова. — 2-е изд. — СПб. : Питер, 2008. — С. 272—281.
2. Графкина, М.В. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / М.В. Графкина, В.А. Михайлов, Б.Н. Нюнин ; под общ. ред. Б.Н. Нюнина. — М. : Велби : Проспект, 2007. — С. 305—310.

### ***Тема 5. Оценка поражающих факторов и медицинских последствий чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и экологического характера***

1. Разработка плана организации медицинской помощи при чрезвычайной ситуации (каждому студенту дается индивидуальное задание). Определение цели и задач.
2. Определение поражающих факторов, медицинских последствий и возможных потерь населения (в соответствии с заданием).
3. Определение объема первой медицинской помощи при катастрофах (в соответствии с заданием).
4. Подведение итогов, доклад и защита задания, персональная оценка работы каждого студента.

### Список рекомендуемой литературы

#### Основная литература

1. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи [Текст] : учеб. пособие / под ред. Р.И. Айзмана, С.Г. Кривошекова. — Новосибирск : Сиб. университет изд-во, 2002. — С. 128—174.

#### Дополнительная литература

1. Предмет и задачи безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени. Организация первой медицинской помощи [Текст] : материалы для подготовки к семинару для студентов всех специальностей / сост. В.Ф. Горбич, В.В. Жаров ; Ряз. гос. пед. ун-т. — Рязань, 2004. — 41 с.

### Вопросы для контроля знаний по теме

1. Назовите цель первой медицинской помощи.
2. Назовите оптимальный срок оказания первой медицинской помощи.
3. Перечислите силы службы медицины катастроф.

4. Решение каких задач предусматривает организация медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях?
5. Перечислите условия моменты (схему) оказания первой медицинской помощи при чрезвычайных ситуациях.
6. Перечислите основания поражающие факторы при чрезвычайных ситуациях.
7. Перечислите медицинские последствия, характерные для каждого поражающего фактора.
8. Каких рекомендаций должен придерживаться оказывающий медицинскую помощь?

### **Модуль 3. Методы защиты от чрезвычайных ситуаций**

#### ***Тема 6. Способы временной остановки кровотечения. Определение объема и тяжести кровотечений по индексу Алговера — Груббера***

1. Освоение и отработка следующих практических навыков временной остановки кровотечений (научиться быстро определять вид кровотечения и принимать решение о способе остановки; освоить навыки остановки всех видов кровотечения): придание поврежденной части туловища или конечности возвышенного положения; прижатие кровоточащего сосуда в месте ранения с помощью давящей повязки; фиксирование конечности (конечностей) в положении максимального сгибания или разгибания; пальцевое прижатие артерии на протяжении в наиболее удобном месте; круговое сдавливание конечности жгутом или закруткой.
2. Определение объема и тяжести кровотечения по индексу Алговера — Груббера (в соответствии с заданием).

#### **Список рекомендуемой литературы**

##### **Основная литература**

1. Хван, Т.А. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : практикум / Т.А. Хван, П.А. Хван. — Изд. 2-е. — Ростов н/Д : Феникс, 2007. — С. 228—238.
2. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / В.Ю. Микрюков. — Ростов н/Д : Феникс, 2006. — С. 182—193.

##### **Дополнительная литература**

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. пособие / под ред. Л.А. Муравья — 2-е изд. перераб. и доп. — М. : Юнити, 2002. — С. 141—163.
2. Безопасность жизнедеятельности [Текст]. — М. : Юнита : Изд-во совр. гуманит. ун-та, 2002. — С. 31—36.

#### **Вопросы для контроля знаний по теме**

1. Что такое кровотечение? Какие виды кровотечений различают? Чем они характеризуются?
2. В чем заключается опасность кровотечения?

3. Какие существуют способы остановки кровотечения? В каких случаях применяются те или иные способы?
4. Какие артерии и где прижимаются для остановки кровотечения?
5. Какие существуют правила наложения кровоостанавливающего жгута или закрутки?
6. Наложите жгут на бедро, плечо, голень, предплечье.
7. Как следует обрабатывать рану после остановки кровотечения?

### ***Тема 7. Первая помощь в очаге чрезвычайной ситуации. Транспортировка пострадавших***

1. Проверка теоретической подготовленности по теме «Правила эвакуации пораженных из очага чрезвычайной ситуации». Табельные и импровизированные средства.

2. Освоение и отражение следующих практических навыков: изучить устройство стандартных носилок; научиться правильно и быстро свертывать и развертывать носилки; научить правильно располагать носилки рядом с условно пораженным в зависимости от локализации ранения; отработать способы укладывания условно пострадавшего на носилки вдвоем, втроем, вчетвером; научиться одновременно и бережно поднимать носилки с условно пораженным с земли; команды («на лямки», «поднимай», «вперед»), применяемые для обеспечения слаженности работы носилочного звена, подаваемые одним из носильщиков (старшим).

3. Отработать правила движения с носилками (шаг не в ногу); научиться быстро ориентироваться в пространстве и правильно располагать носилки по отношению к кровати с целью переукладывания пострадавшего; отработать все перечисленные выше способы переукладывания пострадавших с носилок на кровать или каталку; освоить способы переноски пострадавших на руках одним носильщиком; научиться соединять две руки «замком» и переносить условно пострадавшего; отработать соединение «замок» из трех рук и переносить условно пострадавшего; отработать соединение «замок» из четырех рук; уметь сориентироваться и быстро принять решение, использование какого из «замков» наиболее рационально; отработать на условно пораженных способы переноски на руках вдвоем пострадавшего в бессознательном состоянии; научиться вдвоем переносить пострадавших на одеяле, простыне, брезенте.

Каждая группа студентов из 4 человек последовательно отрабатывает перечисленные навыки. Каждый студент, прежде чем перейти к отработке способов транспортировки на условно пораженных, должен оценить свои силы и физические возможности во избежание травм.

#### Список рекомендуемой литературы

##### Основная литература

Хван, Т.А. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : практикум / Т.А. Хван, П.А. Хван. — Изд. 2-е. — Ростов н/Д : Феникс, 2007. — С. 272—286.

### Дополнительная литература:

1. Русак, О. Безопасность жизнедеятельности [Текст] / О. Русак, К. Малоян, Н. Занько. — СПб., 2002. — С. 183—198.
2. Воробьев, Ю.Л. Катастрофы и человек [Текст] / Ю.Л. Воробьев [и др.] ; под ред. Ю.Л. Воробьева. — М. : АСД-ЛТД, 1997. — 137 с.

### **Тема 8. Средства коллективной и индивидуальной защиты. Индивидуальные средства медицинской защиты**

1. Освоение и отработка следующих практических навыков: проверка целостности и исправности противогаза; определение размера и подбор шлем-маски противогаза; укладка противогаза в сумку; проверка противогаза на герметичность; усвоение правил пользования противогазом; освоение правил надевания противогаза на пораженного (раненого); подбор респираторов по размеру и проверка плотности прилегания полумаски; освоение правил надевания респиратора; изготовление ватно-марлевой повязки; освоение правил надевать легкий защитный костюм Л-1, правильно снимать его и укладывать в сумку.

2. Освоение и отработка следующих практических навыков: изучить состав индивидуальной аптечки (АИ-2); освоить правила введения препаратов из шприц-тюбика; научиться пользоваться индивидуальным противохимическим пакетом (ИПП-8 (9, 10, 11)), научиться пользоваться индивидуальным перевязочным пакетом (ППИ-1).

3. Подведение итогов, демонстрация полученных навыков.

### Список рекомендуемой литературы

#### Основная литература

1. Хван, Т.А. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : практикум / Т.А. Хван, П.А. Хван. — Изд. 2-е. — Ростов н/Д : Феникс, 2007. — С. 156—201.

#### Дополнительная литература

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / под ред. С.В. Белова — 3-е изд., пер. и доп. — М. : Высшая школа, 2001. — С. 244—261.
2. Безопасность жизнедеятельности [Текст] / авт.-сост. И.Н. Кузнецов. — М. : Изд-во деловой и учеб. лит. ; Минск : Амалфея, 2002. — С. 188—201.

#### Вопросы для контроля знаний по теме

1. Классификация средств индивидуальной защиты.
2. Назовите и кратко охарактеризуйте известные Вам средства защиты органов дыхания.
3. Какие типы противогазов Вы знаете и в чем их принципиальное отличие?
4. Перечислите составные части фильтрующего противогаза (на примере ГП-5).
5. Чем отличаются промышленные противогазы от гражданских и как определить защитные свойства промышленного противогаза?
6. Что такое гопкалитовый патрон и для чего он предназначен?

7. Что такое патрон защитный универсальный (ПЗУ)?
8. Назначение и устройство изолирующего противогаза (ИП-4, ИП-5).
9. Правила пользования изолирующим противогазом.
10. Что такое респиратор и каково его назначение?
11. Перечислите известные Вам типы респираторов.
12. Что такое ватно-марлевая повязка, когда и для чего она используется, как ее изготовить?
13. Назовите и кратко охарактеризуйте известные Вам средства защиты кожи.
14. Что такое изолирующие и фильтрующие средства защиты кожи? Когда они используются?
15. Что такое легкий защитный костюм (Л-1), из каких предметов он состоит и для чего предназначен?
16. Что такое защитная фильтрующая одежда (ЗФО), из каких предметов она состоит и для чего предназначена?
17. Как изготовить самостоятельно простейшие средства защиты кожи?
18. Что такое медицинские средства индивидуальной защиты и какие комплекты к ним относятся?
19. Опишите устройство индивидуальной аптечки АИ-2 и назначение вложенных в нее средств.
20. Опишите устройство и правила пользования шприц-тюбиком.
21. Опишите устройство и правила пользования индивидуальным противохимическим пакетом (ИПП-8, -9, -10, -11).

#### ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

1. Безопасная жизнедеятельность, определение, предмет и задачи.
2. Окружающая среда и человек. Возможные последствия взаимодействия человека с окружающей средой.
3. Опасность: виды, причины и следствие.
4. Понятие чрезвычайной ситуации (ЧС). Классификация, общая характеристика.
5. Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясение: понятие, причины и последствия. Правила поведения населения.
6. Чрезвычайные ситуации природного характера. Наводнения: понятие, причины и последствия. Правила поведения населения.
7. Чрезвычайные ситуации природного характера. Оползни и сели: понятие, причины и последствия. Правила поведения населения.
8. Чрезвычайные ситуации природного характера. Снежные лавины: понятие, причины и последствия. Правила поведения населения.
9. Чрезвычайные ситуации природного характера. Буря, ураган, смерч, засуха: понятие, причины и последствия. Правила поведения населения. Оповещение, меры по предупреждению несчастных случаев.
10. Природные пожары: понятие, причины и последствия. Правила поведения населения. Первая помощь пострадавшим.
11. Меры предосторожности в туристических походах и на прогулках.
12. Ядовитые грибы. Симптомы отравления. Первая помощь при отравлении грибами. Ядовитые грибы на территории Рязанской области.



13. Ядовитые растения. Симптомы отравления. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. Ядовитые растения на территории Рязанской области.
14. Укусы насекомых, ядовитых змей и диких животных. Симптомы. Первая помощь пострадавшим.
15. Аллергические реакции. Понятие. Первая помощь.
16. Выживание в условиях автономного существования. Ориентирование на местности и выход к населенным пунктам.
17. Выживание в условиях автономного существования. Подача сигнала бедствия. Добывание огня, пищи, воды.
18. Основы поведения людей на воде. Правила организации места для купания, основные требования.
19. Несчастные случаи и причины гибели людей на воде. Оказание первой помощи утопающим.
20. Меры предосторожности на льду.
21. Безопасность при лодочных походах. Правила эксплуатации гребных и моторных лодок.
22. Классификация, краткая характеристика и возможная причина социальных опасностей.
23. Опасности, связанные с психическим воздействием на человека (шантаж, мошенничество, воровство, взяточничество и др.).
24. Общественная опасность экстремизма и терроризма. Виды террористических актов и способы их осуществления.
25. Организация антитеррористических и иных мероприятий по обеспечению безопасности в образовательном учреждении. Действия педагогического персонала и учащихся по снижению риска и смягчению последствий террористических актов.
26. Химические опасности. Понятия аварийно химически опасные вещества и опасные химические вещества. Их поражающее действие, классификация. Зона (очаг) заражения (поражения).
27. Пути поступления аварийно химически опасных веществ в организм. Острые отравления, их характеристика. Общие принципы оказания первой помощи при отравлениях.
28. Защита населения от последствий аварий с выбросом аварийно химически опасных веществ.
29. Радиоактивность, радиоактивные вещества, свойства радиоактивности, типы ионизирующих излучений. Дозы облучения (экспозиционная, поглощенная, эквивалентная, эффективная), единицы измерения (международная система единиц — СИ и внесистемные единицы) и их соотношение.
30. Биологическое действие ионизирующего излучения. Радиационный фон.
31. Нормы и принципы радиационной безопасности. Гигиенические регламенты облучения человека.
32. Характеристика и классификация радиационно опасных объектов. Радиационные аварии. Зоны радиационного загрязнения по дозе облучения (среднегодовая эффективная доза).
33. Защита населения от последствий аварий с выбросом радиоактивных веществ. Правила проживания на местности, зараженной радиоактивными веществами.

34. Потенциально опасные промышленные предприятия и объекты г. Рязани и области.
35. Аварии на коммунально-энергетических сетях (электроснабжение, теплоснабжение, газоснабжение, водоснабжение, канализование). Причины, последствия, действия населения в аварийных ситуациях.
36. Транспорт и его опасности. Правила безопасного поведения на транспорте (автомобильном, железнодорожном, водном, воздушном).
37. Основы пожарной безопасности. Средства тушения пожаров и их применение. Действия при пожаре.
38. Экономическая безопасность: основные компоненты, цель, критерий, объекты, субъекты, уровни.
39. Внешние и внутренние угрозы экономической безопасности России.
40. Понятие и социально-психологическая характеристика информационной безопасности.
41. Информационная война, методы ведения.
42. Продовольственная безопасность. Качество реализуемых в стране продуктов питания.
43. Меры преодоления продовольственного кризиса.
44. Российская система предупреждений и действий в чрезвычайных ситуациях, ее предназначение и структура.
45. Гражданская оборона — составная часть российской системы предупреждений и действий в чрезвычайных ситуациях. Гражданская оборона университета, структура, задачи.
46. Медицинская служба гражданской обороны. Санитарная дружина. Структура, оснащение, задачи. Медицинская служба гражданской обороны университета.
47. Права граждан на защиту здоровья, жизни, личного имущества от последствий чрезвычайных ситуаций.
48. Обязанности граждан Российской Федерации по соблюдению законов и иных правовых актов в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
49. Единый сигнал оповещения о чрезвычайной ситуации и действия по нему.
50. Средства коллективной защиты от химического и радиационного поражения. Повышение защитных свойств квартиры, дома.
51. Средства индивидуальной защиты органов дыхания: виды, назначение.
52. Средства индивидуальной защиты кожи: виды, назначение.
53. Эвакуация как один из способов защиты населения. Варианты эвакуации. Действия населения при оповещении о начале эвакуации, обязанности эвакуируемых и их экипировка. Правила поведения на сборном эвакуационном пункте и в пути следования.
54. Поражающие факторы чрезвычайной ситуации и их медицинские последствия.
55. Первая медицинская помощь, ее составляющие, задачи и действия.
56. Основные критерии оценки тяжести поражения пострадавшего: поведение и сознание; наличие видимых повреждений; окраска кожи и слизистых оболочек; характер и частота дыхания; состояние пульса и артериального давления. Травматический шок.

57. Индивидуальные средства медицинской защиты: индивидуальная аптечка (АИ-2), индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8), индивидуальный перевязочный пакет. Назначение, комплектация, порядок использования, сроки годности.

58. Сумка санитарная, назначение, комплектация, правила пользования.

59. Транспортировка пострадавших; устройство и правила пользования санитарными носилками; носилочная ляжка. Подручные средства. Способы переноски пострадавших без носилок.

60. Виды и признаки кровотечения. Определение объема кровопотери по индексу Алговера — Грубера.

61. Геморрагический шок, понятие, причины, тяжесть. Помощь пострадавшему.

62. Способы временной остановки кровотечения: наложение давящей повязки, приподнятое положение, максимальное сгибание конечности, пальцевое прижатие артерий, наложение жгута.

### Технологическая карта по модульной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

Всего часов — 72,  
в том числе аудиторных — 34  
(лекций — 18, семинаров — 16)

Вид промежуточного контроля (экзаменационная сессия) — зачет.

| Наименование модулей<br>(разделов дисциплины)   | Вид<br>контроля,<br>содержание  | Возможное<br>кол-во баллов | Контрольные<br>сроки | Максимальное<br>кол-во баллов<br>по модулю |
|---|---|----------------------------|----------------------|--|
| <i>1</i>  | <i>2</i>  | <i>3</i>                   | <i>4</i>             | <i>5</i>                                   |
| М1. Теоретические основы чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайной ситуации. Классификация и прогнозирование чрезвычайных ситуаций | Текущий:<br>– контрольная работа (тезаурус понятий безопасности жизнедеятельности, классификация чрезвычайных ситуаций) | 0—10                       | февраль —<br>март    | 10   |

*Окончание таблицы*

| <i>1</i>   | <i>2</i>   | <i>3</i>                 | <i>4</i>         | <i>5</i> |
|--|--|--------------------------|------------------|----------|
| М2. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного, экологического и социального характера. Потенциально опасные объекты г. Рязани | Текущий:<br>– семинар (№ 1—4);<br>– реферат;<br>– самостоятельная работа | 0—20<br><br>0—10<br>0—10 | март —<br>апрель | 40       |
| М3. Методы защиты от   | Текущий:   |                          |                  |          |

|  |                    |      |        |     |
|--|--------------------|------|--------|-----|
| чрезвычайных ситуаций. Национальная и международная безопасность. Гражданская оборона и ее задачи. Гражданская оборона Рязанского государственного университета. | – семинар (№ 5—8); | 0—20 | май    | 30  |
|  | – тест по теме.    | 0—10 |        |     |
|  | Зачет              | 20   | 3 июня | 20  |
| Итого  |                    |      |        | 100 |

**Штрафные санкции:** пропуск лекции — 5 баллов, пропуск семинарского занятия — 5 баллов, лабораторного занятия — 6 баллов.

Перевод балльной рейтинговой оценки в традиционную форму:

- 86—100 баллов — «отлично» (5);
- 71—85 баллов — «хорошо» (4);
- 56—70 баллов — «удовлетворительно» (3);
- менее 55 баллов — «неудовлетворительно» (2);
- 56—100 баллов — «зачтено»;
- менее 55 баллов — «не зачтено».

## ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ И ТЕРМИНЫ

**Авария** — опасное техногенное происшествие, создающее на объекте, определенной территории или акватории угрозу жизни и здоровью людей и приводящая к разрушению зданий, сооружений, оборудования и транспортных средств, нарушению производственного или транспортного процесса, а также нанесению ущерба окружающей природной среде.

**Безопасность жизнедеятельности (БЖД)** — это наука, изучающая общие проблемы опасности, угрожающие человеку и среде его обитания и разрабатывающая соответствующие способы защиты от них.

**Безопасность** — это состояние объекта защиты, при котором воздействие на него всех потоков вещества, энергии и информации не превышает максимально допустимых значений.

**Биосфера** — природная область распространения жизни на Земле, включающая нижний слой атмосферы, гидросферу и верхний слой литосферы.

**Гражданская оборона (ГО)** — это система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории РФ от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

**Дезактивация** — обеззараживание объектов, зараженных радиоактивными веществами.

**Дегазация** — это обеззараживание объектов, зараженных опасными химическими веществами (опасными веществами).

**Дезинфекция** — это процесс уничтожения и удаления возбудителей инфекционных болезней человека или животного.

**Демеркуризация** — это удаление и обеззараживание соединений ртути.

**Зона чрезвычайной ситуации** — это территория, на которой сложилась чрезвычайная ситуация.

**Источник чрезвычайной ситуации** — опасное природное явление или опасное техногенное происшествие, широко распространенная инфекция среди людей, сельскохозяйственных животных и растений, а также применение современных средств поражения, в результате чего произошла или может произойти чрезвычайная ситуация.

**Катастрофа** — крупная авария, как правило, с многочисленными человеческими жертвами, значительным материальным ущербом и другими тяжелыми последствиями.

**Комфорт** — удобство, благоустроенность и уют рабочей зоны, общественных учреждений и т.п.

**Ликвидация чрезвычайной ситуации** — это аварийно-спасательные и другие работы, проводимые при возникновении чрезвычайной ситуации и направленные на спасение жизни и сохранение здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей природной среде и материальных потерь, а также на локализацию зон чрезвычайной ситуации.

**Обеззараживание** — это уменьшение до предельно допустимых норм загрязнения объектов опасными веществами (радиоактивные, отравляющие, бактериальные) путем дезактивации, дегазации, дезинфекции и демеркуризации.

**Объект изучения безопасности жизнедеятельности** — комплекс явлений и процессов в системе «человек — среда обитания», негативно действующих на эту систему.

**Опасность** — негативное свойство живой и неживой материи, способное причинять ущерб самой материи, людям, природной среде, материальным ценностям. Опасность проявляется как в результате деятельности человека, так и в результате природных естественных процессов, то есть опасность — это объект, явление, событие, которые могут причинить человеку вред, физическую или психическую травму, болезнь, смерть или материальный ущерб.

Опасности бывают явные и потенциальные.

Опасными называются факторы, способные при определенных условиях вызывать острое нарушение здоровья и гибель организма; вредными — факторы, отрицательно влияющие на работоспособность или вызывающие профессиональные заболевания и другие неблагоприятные последствия.

**Предмет безопасности жизнедеятельности** — это являются обеспечение безопасности человека от природных, техногенных, экологических и социальных опасностей.

**Предупреждение чрезвычайной ситуации** — это комплекс мероприятий, проводимых заблаговременно и направленных на максимально возможное уменьшение риска возникновения чрезвычайных ситуаций, а также на сохранение жизни и здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей природной среде и материальных потерь в случае их возникновения.

**Производственная среда** — это часть среды обитания человека, включающая факторы и элементы (труд, природная среда), связанные с созданием материальных благ.

**Потенциально опасные объекты** — это объекты, на которых используют, производят, перерабатывают, хранят или транспортируют опасные (радиоактивные, пожаровзрывоопасные, химические и биологические) вещества, способные при определенных условиях создать (стать) источник(-ом) чрезвычайной ситуации.

**Радиационно опасный объект (РОО)** — это объект, на котором перерабатывают, используют, транспортируют радиоактивные вещества (РВ), при аварии на котором может произойти облучение ионизирующим излучением или радиоактивное загрязнение людей, сельскохозяйственных животных и растений, объектов экономики, а также окружающей природной среды.

**Санитарная обработка** — это механическая очистка и мытье кожных покровов и слизистых оболочек людей, подвергшихся заражению радиоактивными, опасными, химически опасными биологическими веществами, а также обеззараживание их одежды, обуви и средств индивидуальной защиты при выходе из зоны чрезвычайной ситуации.

**Социальная среда** — совокупность факторов и элементов (нравственных, образовательных, правовых и др.), воздействующих на жизнь и взаимоотношения между людьми.

**Среда обитания** — это окружающая человека среда, обусловленная совокупностью факторов, способных оказывать прямое или косвенное в данный момент или в будущем воздействие на человека, его здоровье и потомство.

**Стихийное бедствие** — это явление или процесс геофизического, геологического, гидрологического, атмосферного и другого происхождения, причем в таких масштабах, когда возникают катастрофические ситуации, характеризующиеся внезапным нарушением жизнедеятельности людей, могущие в конечном итоге вызвать человеческие жертвы, разрушение и уничтожение материальных ценностей.

**Цель безопасности жизнедеятельности** — получение знаний о нормативно-допустимых уровнях воздействия негативных факторов на человека и среду обитания, изучение, классификация и систематизация сложных событий, процессов, явлений в области обеспечения безопасности и комфортных условий деятельности человека на всех стадиях его жизненного цикла, выработка мер по упреждению, локализации и устранению существующих угроз и опасностей.

**Чрезвычайная ситуация** — это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, катастрофы, опасного природного явления, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности людей.

**Экологическое бедствие** — чрезвычайное событие особо крупных масштабов, вызванное изменением (под воздействием антропогенных факторов) состояния суши, атмосферы, гидросферы и биосферы в целом и отрицательно повлиявшее на здоровье людей, животных и растений, их генофонд и среду обитания, а также экономику.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### Основная

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / под ред. Э.А. Арустамова. — 14-е изд., перераб. и доп. — М. : Дашков и К, 2008. — 456 с.
2. Хван, Т.А. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : практикум / Т.А. Хван, П.А. Хван. — Изд. 2-е. — Ростов н/Д : Феникс, 2007. — 416 с.
3. Графкина, М.В. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / М.В. Графкина, В.А. Михайлов, Б.Н. Нюнин ; под общ. ред. Б.Н. Нюнина. — М. : Велби : Проспект, 2007. — 603 с.
4. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. для вузов / под ред. Л.А. Михайлова. — 2-е изд.— СПб. : Питер, 2008. — 460 с.
5. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / В.Ю. Микрюков. — Ростов н/Д : Феникс, 2006. — 557 с.
6. Денисов, В.В. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий при чрезвычайных ситуациях [Текст] : учеб. пособие / В.В. Денисов [и др.]. — М. ; Ростов н/Д : МарТ, 2003. — 608 с.
7. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи [Текст] : учеб. пособие / под ред. Р.И. Айзмана, С.Г. Кривошекова. — Новосибирск : Сиб. университет. изд-во, 2002. — 202 с.

### Дополнительная

1. Предмет и задачи безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени. Организация первой медицинской помощи [Текст] : материалы для подготовки к семинару для студентов всех специальностей / сост. В.Ф. Горбич, В.В. Жаров ; Ряз. гос. пед. ун-т. — Рязань, 2004. — 41 с.
2. Чрезвычайные ситуации природного характера. Поражающие факторы и медицинские последствия. Первая медицинская помощь [Текст] : материалы для подготовки к семинару для студентов всех факультетов / сост. В.Ф. Горбич, Т.В. Баззаев ; Ряз. гос. пед. ун-т. — Ч. 1 : Наводнения и природные пожары. — Рязань, 2003. — 45 с.
3. Аварии с выбросом химических опасных веществ. Мероприятия в очаге поражения. Первая медицинская помощь [Текст] : материалы для подготовки к семинару для студентов всех факультетов / сост. В.Ф. Горбич, Т.В. Баззаев ; Ряз. гос. пед. ун-т. — Рязань, 2003. — 59 с.
4. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. / под ред. С.В. Белова — 3-е изд. перераб. и доп. — М. : Высшая школа, 2001. — 485 с.
5. Безопасность жизнедеятельности [Текст] / авт.-сост. И.Н. Кузнецов. — М. : Изд-во деловой и учеб. лит.; Минск : Амалфея, 2002. — 464 с.
6. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. пособие / под ред. Л.А. Муравья. — 2-е изд. пер. и доп. — М. : Юнити, 2002. — 431 с.

7. Безопасность жизнедеятельности [Текст]. — М. : Юнита : Изд-во совр. гуманитар. ун-та, 2002. — 76 с.
8. Мастрюков, Б.С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях [Текст] / Б.С. Мастрюков. — М. : Академия, 2003. — 330 с.
9. Хотунцев, Ю.Л. Экология и экологическая безопасность [Текст] / Ю.Л. Хотунцев. — М. : Академия, 2002. — 480 с.
10. Русак, О. Безопасность жизнедеятельности [Текст] / О. Русак, К. Малоян, Н. Занько. — СПб., 2002. — 447 с.
11. Безопасность России. Правовые, социально-экономические и научно-технические аспекты. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера [Текст]. — М. : Знание, 1999. — 143 с.
12. Воробьев, Ю.Л. Катастрофы и человек [Текст] / Ю.Л. Воробьев [и др.] ; под ред. Ю.Л. Воробьева. — М. : АСД-ЛТД, 1997. — 137 с.
13. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях [Текст] : учеб. пособие / В.П. Журавлев [и др.]. — Изд-во АСВ, 1999. — 112 с.
14. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях [Текст] : учеб. пособие / С.А. Буланенков, С.И. Воронов и др. — Калуга, 2001. — 132 с.
15. Шойгу, С.К. Катастрофы и государство [Текст] / С.К. Шойгу [и др.]. — М. : Энергоатомиздат, 1997. — 78 с.
16. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера [Текст] : Федеральный закон № 68-ФЗ (в ред. федеральных законов от 28.10.2002 № 129-ФЗ, от 22.08.2004 № 122-ФЗ).
17. О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций [Текст] : Постановление Правительства РФ от 30 декабря 2003 г. № 794 // в ред. Постановления Правительства РФ от 27.05.2005 № 335).
18. О гражданской обороне [Текст] : Федеральный закон от 12.02.1998 г. № 28-ФЗ (с изменениями от 9.10.2002, 22.08.2004).
19. Об организации обучения населения в области гражданской обороны [Текст] : Постановление Правительства РФ от 02.11.2000 № 841.
20. О внесении изменений в Положение об организации обучения населения в области гражданской обороны, утвержденное Постановлением Правительства РФ от 02.11.2000 № 841 [Текст] : Постановление Правительства РФ от 15.08.2006 № 501.
21. Основы противодействия терроризму [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Я.Д. Вишняков [и др.]. ; под ред. Я.Д. Вишнякова. — М. : Академия, 2006. — 240 с.



Учебно-методическое издание

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа дисциплины  
и учебно-методические рекомендации

Составитель

*Гревцова Екатерина Алексеевна*

Редактор *Ю.А. Самойлова*

Технический редактор *А.Д. Польшкова*

Подписано в печать 20.05.2010. Поз. 032. Бумага офсетная. Формат 60x84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.  
Гарнитура Times New Roman. Печать трафаретная.  
Усл. печ. л. 1,86. Уч.-изд. л. 1,7. Тираж 200 экз. Заказ №

Государственное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина»  
390000, г. Рязань, ул. Свободы, 46

Редакционно-издательский центр РГУ имени С.А. Есенина  
390023, г. Рязань, ул. Урицкого, 22