




МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
**«Дальневосточный федеральный университет»**  
(ДВФУ)

**ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

«СОГЛАСОВАНО»  
Руководитель ОП

  
Носко И.В.  
(подпись) (Ф.И.О. рук. ОП)  
«26» июня 2019 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор департамента  
психологии и образования

  
(подпись) Калниболанчук И.С.  
« 26 » июня 2019г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Безопасность жизнедеятельности**

**Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование**  
профиль «Психология и педагогика дошкольного образования»

**Форма подготовки: заочная**

**(с использованием дистанционных образовательных технологий)**

курс 1  
лекции 2 час.  
практические занятия 2 час.  
лабораторные работы не предусмотрены  
всего часов аудиторной нагрузки 4 час.  
в том числе контролируемая самостоятельная работа не предусмотрена  
самостоятельная работа 68 час.  
в том числе на подготовку к зачету не предусмотрено  
курсовая работа / курсовой проект - не предусмотрены  
зачет 1 курс  
экзамен не предусмотрен

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями образовательного стандарта, самостоятельно устанавливаемого ДВФУ, утвержденного приказом ректора от 04.04.2016 № 12-13-592.

Рабочая программа обсуждена на заседании Департамента психологии и образования, протокол № 12 от «26» июня 2019 г.

Директор департамента психологии и образования: к.п.н. доцент Калниболанчук И.С.  
Составитель: канд. мед. наук, доцент Бочарова Т.В.

**Оборотная сторона титульного листа РПУД**

I. Рабочая программа пересмотрена на заседании кафедры:

Протокол от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_

Директор департамента психологии и образования: \_\_\_\_\_ к.п.н., доцент Калниболанчук И.С.  
(подпись) (И.О. Фамилия)

II. Рабочая программа пересмотрена на заседании кафедры:

Протокол от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_\_

Директор департамента психологии и образования: \_\_\_\_\_ к.п.н., доцент Калниболанчук И.С.  
(подпись) (И.О. Фамилия)

## **Аннотация к рабочей программе дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».**

Рабочая программа учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» разработан для студентов 1 курса, обучающихся по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование», профиль «Психология и педагогика дошкольного образования». в соответствии с требованиями ФГОС ВО ДВФУ по данному направлению.

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» входит в Базовую часть учебного плана Дисциплины (модули) общих профессиональных дисциплин.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 72 часа, 2 з.е. Учебным планом предусмотрены лекционные занятия (2 часа), практические занятия (2 часа), самостоятельная работа студентов (68 часов). Дисциплина реализуется на заочной форме обучения на 1 курсе.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов. 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.

Проблемы национальной и международной безопасности Российской

Федерации. 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.

Данная дисциплина изучается на базе школьных знаний, а также после изучения дисциплин «Основы медицинских знаний» и «Возрастной анатомии». Содержание дисциплины реализует основные образовательные цели, направленные на развитие у будущих учителей знаний и умений организовать детский коллектив в любой ЧС и умение оказать доврачебную помощь.

**Цель дисциплины** – дать необходимый объем знаний, навыков, умений в области безопасности жизнедеятельности и медицинских знаний.

**Задачи дисциплины:**

- формирование у студентов необходимой теоретической базы в области безопасности жизнедеятельности;
- ознакомление с понятийным аппаратом и терминологией в области безопасности жизнедеятельности;
- воспитание у студентов мировоззрения и культуры безопасного поведения и деятельности в различных условиях, в условиях школ и других детских учебных заведений.

Для успешного изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» у обучающихся должны быть сформированы следующие предварительные компетенции:

- владеет основами знаний в области безопасности жизнедеятельности в соответствии со школьной программой, к которым относятся: основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера, пожары и взрывы, аварии с выбросом химических веществ, аварии с выбросом радиоактивных веществ, нарушение экологического равновесия, безопасное поведение на улицах и дорогах.

В результате изучения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие общекультурные компетенции (элементы компетенций).

ОК-3 готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает	Знает определение понятия <i>здоровье</i> , о поддержании должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Умеет	Укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Владеет	Приемами укрепления здоровья, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
ОК-16 способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Знает	Знает теоретические основы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
	Умеет	Использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
	Владеет	Способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
ОПК-12 способность использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства	Знает	здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства
	Умеет	использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства
	Владеет	Навыками использования здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства

Для формирования вышеуказанных компетенций в рамках дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» методы активного обучения не применяются.

## **I. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА (2 ЧАС.)**

**Тема 1. «Введение в безопасность. Основные понятия, термины, определения. Правовые основы безопасности жизнедеятельности человека в мирное и военное время»**

Понятие опасности. Классификация вредных и опасных производственных факторов. Классификация условий труда. Средства обеспечения безопасности. Правовые основы дисциплины безопасности жизнедеятельности человека в мирное и военное время. Правовые основы трудовой деятельности человека, правовые основы женского труда, труда несовершеннолетних.

**Тема 2. «Микроклимат жилых, общественных и производственных помещений. Влияние неблагоприятного микроклимата на организм человека»**

Физические параметры, определяющие микроклимат жилых, общественных и производственных помещений. Механизм теплообмена между человеком и окружающей средой. Взаимосвязь производственного микроклимата со здоровьем и работоспособностью человека. Терморегуляция организма человека. Виды микроклимата. Гигиеническое нормирование параметров микроклимата. Действие на организм нагревающего и охлаждающего микроклимата. Средства защиты человека при действии на него нагревающего и охлаждающего микроклимата. Контроль параметров

микроклимата в помещении. Мероприятия по улучшению производственного микроклимата.

### **Тема 3. «Системы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности: вентиляция, отопление, освещение жилых, учебных и производственных помещений»**

Состав атмосферного воздуха. Источники загрязнения воздуха. Классификация вентиляции. Естественное и искусственное освещение помещений и рабочих мест. Классификация освещения жилых, учебных и производственных помещений. Достоинства и недостатки естественного и искусственного освещения. Влияние состояния световой среды помещения на самочувствие и работоспособность человека. Последствия недостаточного освещения рабочих мест. Виды отопления жилых, учебных и производственных помещений. Требования к системам отопления. Кондиционирование воздуха.

### **Тема 4. «Прикладные направления физиологии и психологии труда»**

Понятие физиологии трудового процесса. Классификация труда. Умственный и физический труд. Основы физиологии ручного, механизированного, автоматизированного, конвейерного, умственного труда. Роль центральной нервной системы в трудовой деятельности человека, утомление, переутомление. Динамика работоспособности в течение рабочего дня. Режимы труда и отдыха. Повышение производительности труда. Понятие об эргономике, инженерной психологии, технической эстетике.

Вопросы для обсуждения:

1. Методики анализа условий труда.
2. Установление тяжести работ по классам.
3. Разработка мероприятий по снижению негативного воздействия профессиональной деятельности на уровень работоспособности работающих.

## **II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ КУРСА –**

### **Практические занятия (2 час.)**

#### **Раздел 1. Первая доврачебная помощь**

##### **Занятие 1. Техника наложения повязок, иммобилизации и организация транспортировки пострадавшего в медицинское учреждение**

1. Техника наложения повязок при вывихах, ушибах и переломах
2. Способы иммобилизации при помощи наложения стандартных шин и подручных предметов
3. Правила транспортировки пострадавших на носилках

##### **Занятие 2. Первая медицинская доврачебная помощь при кровотечениях**

1. Правила наложения жгута при артериальном кровотечении
2. Первая помощь при венозном кровотечении
3. Правила остановки капиллярного кровотечения

##### **Занятие 3. Первая медицинская доврачебная помощь при внезапной смерти**

1. Техника проведения непрямого массажа сердца.
2. Методика проведения искусственного дыхания «рот в рот» и «рот в нос».
3. Отработка технических навыков проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца на реанимационных тренажёрах.

#### **Раздел 2. Обеспечение жизнедеятельности в особых условиях**

##### **Занятие 4. Селитебная среда и природная среда**



1. Использование туристической техники в особых условиях жизнедеятельности.

2. Техника преодоления основных препятствий природного характера.

3. Основы ориентирования на местности.

### **Занятие 5. Техносферная среда**

1. Организация быта в особых условиях жизнедеятельности.

2. Техника преодоления основных препятствий техногенного характера.

3. Способы использования подручных средств для преодоления препятствий.

### **Занятие 6. ЧС**

1. Использование туристической экипировки в ЧС

2. Применение подручных средств для транспортировки пострадавшего.

3. Комплексный контрольно-технический маршрут.

4. Спецодежда. Индивидуальные средства защиты.

## **Раздел 3. Основы самообороны**

### **Занятие 7. Единоборства**

1. Техника безопасности при занятиях единоборствами.

2. Влияние единоборств на физическую подготовленность студента.

3. Изучение и совершенствование техники падений.

### **Занятие 8. Стрельба**

1. Правила техники безопасности при работе со стрелковым оружием

2. Материально-техническая часть

3. Упражнения, для обучения стрельбе

## **Раздел 4. Современные технические средства обеспечения безопасности жизнедеятельности**

### **Занятие 9. Применение современных технических средств обеспечения безопасности жизнедеятельности**

1. Глобальные навигационные спутниковые системы. Технические средства ориентирования на местности;
2. Портативные устройства связи и сигнализации;
3. Портативные устройства очистки воды.

### **III. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в Приложении 1 и включает в себя:

план-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине, в том числе примерные нормы времени на выполнение по каждому заданию;

характеристика заданий для самостоятельной работы студентов и методические рекомендации по их выполнению;

требования к представлению и оформлению результатов самостоятельной работы;

критерии оценки выполнения самостоятельной работы.

### **IV. КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА**

№ п/п	Контролируемые темы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций		Оценочные средства - наименование	
				текущий контроль	промежуточная аттестация
1	Первая доврачебная помощь	ОК-3	знает основные виды первой доврачебной помощи	УО-1 Собеседование	вопросы для зачета 5-8
			умеет оперировать основными теоретическими знаниями при выборе методов оказания первой помощи пострадавшим		
		владеет навыками и приемами оказания первой доврачебной помощи	ПР-1 Тест		

2	Обеспечение жизнедеятельности в особых условиях	ОК-16	знает виды окружающих опасностей и собственные возможности при ЧС	УО-1 Собеседование	вопросы для зачета 9-12
			умеет предвидеть и распознавать опасности для обеспечения собственной жизнедеятельности		
			владеет приемами при необходимости быстрого и грамотного обеспечения своей жизнедеятельности	ПР-1 Тест	
3	Основы самообороны	ОК-16	Знание основы приемов самообороны	УО-1 Собеседование	вопросы для зачета 12-14
			Умеет выбрать необходимые приемы самообороны в чрезвычайной ситуации		
			Владение техническими и психологическими приемами самообороны		
4	Современные технические средства обеспечения безопасности жизнедеятельности	ОПК-12	Знание теоретических основ безопасности жизнедеятельности в системе «человек - среда обитания»	УО-1 Собеседование	вопросы для зачета 1-4
			Умение оценивать обеспеченность безопасности производственного процесса		
			Владение методами обеспечения производства и инженерной защиты окружающей и производственной среды	ПР-1 Тест	

## V. СПИСОК УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основная литература

*(электронные и печатные издания)*

1. Безопасность жизнедеятельности: Учебник / И.С. Масленникова, О.Н. Еронько. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 304 с. Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=398349>

2. Безопасность жизнедеятельности: Учебник / М.В. Графкина, Б.Н. Нюнин, В.А. Михайлов. - М.: Форум: НИЦ Инфра-М, 2013. - 416 с. Режим доступа: <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=365800>

3. Безопасность жизнедеятельности : природные и техногенные факторы : учебное пособие / В. А. Алексеенко. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2016. - 270 с. – Режим доступа: <http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:823470&theme=FEFU>

### **Дополнительная литература:**

*(электронные и печатные издания)*

1. Агошков А.И., Трегубенко А.Ю., Вершкова Т.И. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности: Учебное пособие. – Владивосток: Изд-во ДВГТУ, 2008. – 158 с.  
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:385017&theme=FEFU>

2. Мастрюков Б. С. Опасные ситуации техногенного характера и защита от них: Учебное пособие. – Академия, 2009. – 316 с.  
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:290982&theme=FEFU>

3. Раздорожный А.А. Охрана труда и производственная безопасность: Учебное пособие. – М.: Издательство «Экзамен», 2005. -512 с.  
<http://lib.dvfu.ru:8080/lib/item?id=chamo:234604&theme=FEFU>

### **Нормативно-правовые материалы**

1. Федеральный закон РФ от 30 декабря 2001 г. № 197-ФЗ «Трудовой кодекс Российской Федерации».  
[http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_law\\_34683/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_law_34683/)

2. Федеральный закон РФ от 10 января 2002 г. №7-ФЗ «Об охране окружающей среды».  
<http://base.garant.ru/12125350/>

3. Федеральный закон от 21.12.1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (с изменениями и дополнениями).

<http://base.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc;base=LAW;n=178912>

4. Федеральный закон от 21.12.94 № 69-ФЗ «О пожарной безопасности».

<http://base.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc;base=LAW;n=183021>

5. ГОСТ 12.1.005-88 ССБТ Воздух рабочей зоны. Общие санитарно-гигиенические требования. <http://www.generent.ru/files/1216182858.pdf>

6. ГОСТ 12.1.004-85 ССБТ Пожарная безопасность. Общие требования.

[http://www.rosteplo.ru/Npb\\_files/npb\\_shablon.php?id=843](http://www.rosteplo.ru/Npb_files/npb_shablon.php?id=843)

### **Перечень информационных технологий и программного обеспечения**

1. Безопасность жизнедеятельности. Научно-практический и учебно-методический журнал. <http://novtex.ru/bjd/>

2. Министерство по чрезвычайным ситуациям Российской Федерации. Официальный сайт. <http://www.mchs.gov.ru/>

В учебном процессе по дисциплине используются следующие информационно-справочные и поисковые системы, а также программное обеспечение и электронные библиотечные системы:

- Информационно-справочная система «Консультант плюс»;
- Информационно-справочная правовая система «Гарант»;
- Информационно-справочная система «Кодекс»;
- Поисковые системы: Google, Mail.ru, Bing, Yandex;

#### *Программное обеспечение:*

- Операционная система Windows;

– Пакет прикладных программ Microsoft Office: Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point.

*Электронные библиотечные системы:*

– Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – режим доступа URL: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

– Электронно-библиотечная система Znaniun.com – режим доступа URL: <http://www.znaniun.com>

– Электронная библиотека по вопросам экономики, финансам, менеджменту и маркетингу – режим доступа URL: <http://www.aup.ru/library/>

## **VI. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Методические рекомендации студентам по подготовке домашних заданий**

1. Перед началом самостоятельной работы студентам следует рекомендовать изучить содержание основных видов заданий: их краткую характеристику, ориентировочные затраты времени на их подготовку, алгоритм действий и объем помощи преподавателя.
2. Все виды заданий могут быть обязательными или дополнительными.
3. Обязательные задания предлагаются преподавателем после изучения каждой темы. Они комментируются преподавателем, который сообщает требования по их выполнению, сроки исполнения, критерии оценки и пр.
4. Дополнительные задания являются заданиями по выбору студента. Студентам предоставляется возможность в зависимости от своих индивидуальных особенностей, склонностей по каждой теме выбрать из перечня то или иное задание так, чтобы оно не повторялось по другой теме и не дублировало форму обязательного задания.
5. Расчет объема часов самостоятельной работы по каждой

теме складывается из суммы ориентировочных затрат времени на выполнение обязательных и выбранных студентами дополнительных заданий. При этом общий объем времени по каждой теме не должен быть менее количества часов, отведенных на ее изучение по тематическому плану.

6. Студенты должны ознакомиться с образцами выполнения заданий, критериями их оценки.
7. Студенты подбирают необходимую литературу, получая консультации преподавателя.
8. Студенты выполняют задания самостоятельной работы и сдают выполненные работы преподавателю, при необходимости представляя их результаты на практическом занятии.
9. Оценка выполненных заданий в баллах проставляется преподавателем в Таблице продвижения.
10. Итоговая сумма набранных студентом баллов, суммируясь с результатами оценки аудиторной работы, составит рейтинговый показатель студента, который может учитываться при проведении итогового контроля знаний по дисциплине.

## **VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Реализация направления подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» предполагает наличие следующего материально-технического обеспечения по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»:

– лекционные аудитории (оборудованные видеопроекционным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном, и имеющие выход в Интернет).

При использовании электронных изданий образовательное учреждение должно обеспечить каждого обучающегося во время самостоятельной подготовки рабочим местом в компьютерном классе с выходом в Интернет.

№ п/п	Наименование предмета, дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом	Наименование оборудованных учебных аудиторий, объектов для проведения практических занятий, с перечнем основного оборудования	Адрес учебных аудиторий, объектов для проведения практических занятий, (с указанием номера помещения)
1	2	3	4
	Безопасность жизнедеятельности	<p>Ноутбук Sony VAIO VGN-NW2ERE Windows 7.Профессиональная (x32) Процессор Intel®Pentium® DualCPU T 3400, 2.16GHz, 2.17GHz, установлена память (ОЗУ) : 3ГБ,</p> <p>Проектор BENQ MP523 Panasonic; экран 316x500 см, 16:10 с эл. приводом; крепление настенно-потолочное ElproLargeElectrolProjecta инвентаризационный номер №2101041161</p> <p>Доска рулонная инвентаризационный номер №</p> <p>Моноблок HP ProOne 400 All-in-One 19,5 (1600x900), Core i3-4150T, 4GB DDR3-1600 (1x4GB), 1TB HDD 7200 SATA, DVD+/-RW,GigEth,Wi-Fi,BT,usb kbd/mse,Win7Pro (64-bit)+Win8.1Pro(64-bit),1-1-1 Wty Скорость доступа в Интернет 500 Мбит/сек. Рабочие места для людей с ограниченными возможностями здоровья оснащены дисплеями и принтерами Брайля; оборудованы: портативными устройствами для чтения плоскочечатных текстов, сканирующими и читающими машинами видеомонитором с возможностью регуляции цветовых спектров; увеличивающими электронными лупами и ультразвуковыми маркировщиками</p>	<p>О. Русский, кампус, корпус F, ауд. 404</p> <p>Читальные залы Научной библиотеки ДВФУ с открытым доступом к фонду (корпус А - уровень 10).</p>

В целях обеспечения специальных условий обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в ДВФУ все здания оборудованы пандусами, лифтами, подъемниками, специализированными местами, оснащенными туалетными комнатами, табличками информационно-навигационной поддержки.





МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Дальневосточный федеральный университет»  
(ДФУ)

---

ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ  
РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

Направление подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

**Профиль «Психология и педагогика дошкольного образования»**

**Форма подготовки: заочная**

**(с использованием дистанционных образовательных технологий)**

Владивосток

2019

## План-график выполнения самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Дата/сроки выполнения	Вид самостоятельной работы	Примерные нормы времени на выполнение	Форма контроля
1	Летняя сессия	Подготовка по вопросам к 1 теме лекции	7 час	Тестовый контроль
2	Летняя сессия	Подготовка по вопросам ко 2 теме лекции	7 час	Тестовый контроль
3	Летняя сессия	Подготовка по вопросам к 3 теме лекции	7 час	Тестовый контроль
4	Летняя сессия	Подготовка по вопросам к 4 теме лекции	8 час	Тестовый контроль
5	Летняя сессия	Подготовка по вопросам к практическому занятию №1	7 час	Тестовый контроль
6	Летняя сессия	Подготовка по вопросам к практическому занятию №2	7 час	Тестовый контроль
7	Летняя сессия	Подготовка по вопросам к практическому занятию №3	7 час	Тестовый контроль
8	Летняя сессия	Подготовка по вопросам к практическому занятию №4	7 час	Тестовый контроль.
9.	Летняя сессия	Подготовка по вопросам к практическому занятию №4 Подготовка к зачету.	11 час	Тестовый контроль

## **Характеристика заданий для самостоятельной работы студентов и методические рекомендации по их выполнению**

Самостоятельная работа помогает студентам:

1) овладеть знаниями:

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы и т.д.);

- составление плана текста, графическое изображение структуры текста, конспектирование текста, выписки из текста и т.д.;

- работа со справочниками и др. справочной литературой;

- учебно-методическая и научно-исследовательская работа;

- использование компьютерной техники и Интернета и др.;

2) закреплять и систематизировать знания:

- работа с конспектом лекции;

- обработка текста, повторная работа над учебным материалом учебника, первоисточника, дополнительной литературы;

- подготовка плана;

- составление таблиц для систематизации учебного материала;

- подготовка ответов на контрольные вопросы;

- аналитическая обработка текста;

- тестирование;

3) формировать умения:

- подготовка к тестированию;

- проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности;

- анализ профессиональных умений с использованием аудио- и видеотехники и др.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности и уровня умений студентов.

Контроль результатов самостоятельной работы студентов осуществляется в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

### **Самостоятельная работа на лекции**

Слушание и запись лекций – сложный вид вузовской аудиторной работы. Внимательное слушание и конспектирование лекций предполагает интенсивную умственную деятельность студента. Краткие записи лекций, их конспектирование помогает усвоить учебный материал. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное, основное и сделано это самим студентом. Не надо стремиться записать дословно всю лекцию. Такое «конспектирование» приносит больше вреда, чем пользы. Запись лекций рекомендуется вести по возможности собственными формулировками. Желательно запись осуществлять на одной странице, а следующую оставлять для проработки учебного материала самостоятельно в домашних условиях. Конспект лекции лучше подразделять на пункты, параграфы, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать пункты плана лекции, предложенные преподавателям. Принципиальные места, определения, формулы и другое следует сопровождать замечаниями «важно», «особо важно», «хорошо запомнить» и т.п. Можно делать это и с помощью разноцветных маркеров или ручек. Лучше если они будут собственными, чтобы не приходилось просить их у однокурсников и тем самым не отвлекать их во время лекции. Целесообразно разработать собственную «маркографию» (значки, символы), сокращения слов. Не лишним будет и изучение основ стенографии. Работая над конспектом лекций, всегда необходимо использовать не только учебник, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. Именно такая серьезная,

кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть знаниями.

### **Работа с литературными источниками**

В процессе подготовки к практическим работам, студентам необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной учебно-методической литературы. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной литературой, материалами Интернета является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

### **Критерии оценки выполнения самостоятельной работы**

Формы контроля самостоятельной работы:

1. Просмотр и проверка выполнения самостоятельной работы преподавателем.
2. Самопроверка, взаимопроверка выполненного задания в группе.
3. Обсуждение результатов выполненной работы на занятии.
4. Тестирование.
5. Письменный опрос.
6. Устный опрос.
7. Индивидуальное собеседование.
8. Собеседование с группой.
9. Зачёт.

Критериями оценок результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентами учебного материала;
- умения студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;

- сформированность общеучебных умений;
- умения студента активно использовать электронные образовательные ресурсы, находить требующуюся информацию, изучать ее и применять на практике;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями;
- умение ориентироваться в потоке информации, выделять главное;
- умение четко сформулировать проблему, предложив ее решение, критически оценить решение и его последствия;
- умение показать, проанализировать альтернативные возможности, варианты действий;
- умение сформировать свою позицию, оценку и аргументировать ее.

**ТЕМА 1. «Введение в безопасность. Основные понятия, термины, определения. Правовые основы безопасности жизнедеятельности человека в мирное и военное время».**

#### **Вопросы для самоподготовки**

Правовые основы, регламентирующие деятельность гражданской обороны и Министерства по чрезвычайным ситуациям в мирное и военное время.

Правовые основы дисциплины безопасности жизнедеятельности (общие вопросы).

Правовые основы трудовой деятельности человека.

**ТЕМА. «Микроклимат жилых, общественных и производственных помещений. Влияние неблагоприятного микроклимата на организм человека».**

#### **Вопросы для самоподготовки**

Определение микроклимата.

Физические параметры, определяющие микроклимат жилых, общественных и производственных помещений.

Теплообмен организма с окружающей средой: теплопродукция, виды теплоотдачи.

Виды микроклимата

Действие на организм нагревающего микроклимата.

Действие на организм охлаждающего микроклимата.

Средства защиты при действии нагревающего микроклимата.

Средства защиты при действии охлаждающего микроклимата

Мероприятия по улучшению производственного микроклимата

## **ТЕМА. «Принципы организации рационального питания».**

### **Вопросы для самоподготовки**

Понятие «рациональное питание»

Основные элементы рационального питания.

Понятие «сбалансированное питание».

Физиологическое значение и сбалансированность белков в пищевом рационе.

Физиологическое значение и сбалансированность жиров в пищевом рационе.

Физиологическое значение и сбалансированность углеводов в пищевом рационе.

Физиологическое значение и сбалансированность минеральных веществ в пищевом рационе.

## **ТЕМА. «Прикладные направления физиологии и психологии труда».**

### **Вопросы для самоподготовки**

Понятие физиологии трудового процесса.

Задачи физиологии и психологии труда.

Формы физического и умственного труда.

Понятие о тяжести, напряженности труда. Классы условий труда.

Понятие о работоспособности человека.

Динамика работоспособности в течение рабочего дня.

Понятие о режимах труда и отдыха.

Повышение производительности труда по Введенскому.

**ТЕМА. «Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС) мирного и военного времени. ЧС, характерные для Приморского края».**

**Вопросы для самоподготовки**

Классификация ЧС по сфере возникновения.

Характеристика природных, техногенных, социальных, экологических ЧС.

Классификация ЧС с учетом охваченной территории, числа пострадавших, материального ущерба.

Определение различных видов бедствий: эпидемии, эпизоотии, эпифитотии.

Основные ЧС характерные для Приморского края.

**ТЕМА. «Поражающие факторы современных методов и средств ведения войны».**

**Вопросы для самоподготовки**

Классификация и характеристика обычного оружия.

Классификации оружия массового поражения.

Ядерное оружие. Поражающие факторы

Химическое оружие: классификация, основные признаки поражения, основные антитоксические средства для каждого вида боевых отравляющих веществ.

Биологическое оружие: классификация, основные возбудители особо опасных инфекционных заболеваний.

Мероприятия по предупреждению эпидемий: обсервация, карантин, экстренная неспецифическая профилактика.

**Для самостоятельной работы студентов предлагаются следующие темы реферативных сообщений**

1. Правовые основы, регламентирующие деятельность гражданской обороны и Министерства по чрезвычайным ситуациям в мирное и военное время.
2. Виды микроклимата. Действие на организм нагревающего микроклимата.
3. Действие на организм охлаждающего микроклимата.



4. Химический состав воздуха, значение его компонентов в физиологии человека.
5. Понятие о вентиляции. Классификация вентиляции.
6. Источники искусственного освещения для создания комфортных условий работы зрительного анализатора.
7. Люстра Чижевского.
8. Физиологическое значение и сбалансированность белков в пищевом рационе.
9. Физиологическое значение и сбалансированность жиров в пищевом рационе.
10. Физиологическое значение и сбалансированность углеводов в пищевом рационе.
11. Физиологическое значение и сбалансированность витаминов в пищевом рационе.
12. Повышение производительности труда по Введенскому
13. Характеристика природных ЧС техногенных, социальных, экологических ЧС.
14. Характеристика техногенных, социальных, экологических ЧС.
15. Основные ЧС характерные для Приморского края.
16. Ядерное оружие. Поражающие факторы
17. Химическое оружие: классификация, основные признаки поражения.
18. Бактериологическое оружие.

### **КОНТРОЛЬ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ КУРСА**

Для контроля и оценки работы студентов используются контрольные (тестовые) вопросы для проведения текущего контроля и аттестации по итогам освоения дисциплины:

**Тест: Тема «Микроклимат жилых, общественных и производственных помещений. Влияние неблагоприятного микроклимата на организм человека».**

**1. Физические факторы, определяющие понятие «Микроклимат производственных помещений»**

1) температура воздуха, относительная влажность, скорость движения воздуха, инфракрасное излучение, температура ограждающих поверхностей

2) температура воздуха, абсолютная влажность, скорость движения воздуха, бактериальная обсемененность воздуха

3) температура воздуха, относительная влажность, атмосферное давление, инфракрасное излучение

**2. Микроклимат, воздействуя на организм человека, может вызывать**

1) комфортные ощущения, перегревание, переохлаждение тела

2) образование избыточного веса

3) искривление позвоночника, деформацию суставов

**3. Теплоотдача организма происходит путем**

1) кондукции, испарения, проведения

2) излучения, конвекции, испарения, кондукции

3) излучения, конвекции, испарения, слюноотделения

**4. Терморегуляция организма человека включает совокупность**

1) процессов теплопродукции и теплоотдачи организма, регулируемых нейроэндокринным путем

2) защитных сил организма

3) показателей температуры, скорости движения воздуха, относительной влажности, атмосферного давления

**5. Мероприятия, снижающие неблагоприятное воздействие микроклимата на организм человека, включают в себя**

- 1) предварительные и периодические медицинские осмотры
- 2) применение средств защиты органов дыхания, средств защиты кожи
- 3) рациональное отопление, вентиляцию, кондиционирование воздуха

**Тест: «Прикладные направления физиологии и психологии труда».**

**1. Утомление -**

- 1) высокая степень снижения работоспособности с резким несоответствием затрат энергии и процессов восстановления
- 2) снижение работоспособности в результате выполнения интенсивной или продолжительной работы, сопровождаемое ощущением усталости
- 3) повышение работоспособности в результате выполнения интенсивной работы

**2. Диоксид углерода в организме человека**

- 1) необходим для возбуждения дыхательного центра головного мозга
- 2) необходим для регулирования кислотно-щелочного равновесия крови

**3. Условия повышения и сохранения работоспособности человека**

- 1) постепенное вхождение в работу, предварительная разминка; соблюдение необходимого ритма работы; соблюдение последовательности и систематичности в работе; смена видов деятельности
- 2) быстрое вхождение в работу, соблюдение последовательности и систематичности в работе, смена видов деятельности: чередование физической и умственной работы
- 3) не систематическая деятельность, смена видов деятельности: чередование физической и умственной работы

#### **4. Напряженность трудовой деятельности – характеристика трудового процесса, отражающая нагрузку преимущественно**

1) на опорно-двигательный аппарат и функциональные системы организма, обеспечивающие его деятельность

2) на центральную нервную систему, органы чувств, эмоциональную сферу работника

#### **5. Вид отдыха для людей умственного труда, рекомендуемый физиологами**

1) активный (производственная гимнастика, физическая культура, прогулки)

2) пассивный (отдых в спокойном состоянии)

**Тест: Тема «Принципы организации рационального питания»**

#### **1. Рациональное питание - это**

1) физиологически полноценное питание больных людей

2) физиологически полноценное питание здоровых людей

3) физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом антропометрических особенностей, характера трудовой деятельности, климатических условий проживания

#### **2. Основные источники витамина «С»**

1) молоко и молочные продукты

2) рыбные и мясные продукты

3) овощи, ягоды, фрукты

#### **3. Развитие атеросклероза стимулирует избыточное потребление**

1) овощей, фруктов, ягод

2) кисломолочных продуктов, обезжиренного молока

3) жирного мяса, сливочного масла и кулинарных жиров

#### **4. Соли кальция предупреждают развитие**

- 1) мочекаменной болезни
- 2) иммунодефицита, нарушений обмена веществ
- 3) кариееса, остеопороза, инсульта, инфаркта

#### **5. Йод предупреждает развитие болезней**

- 1) печени
- 2) щитовидной железы
- 3) обмена веществ
- 4) сердечно-сосудистой системы

**Тест: Тема «Классификация, характеристика чрезвычайных ситуаций.**

**ЧС, характерные для Приморского края».**

#### **1. Чрезвычайные ситуации по сфере возникновения**

- 1) наземные, воздушные, водные
- 2) природные, техногенные, экологические, военные, социальные и социально-биологические
- 3) естественные, искусственные, смешанные

#### **2. Стихийное бедствие - это**

- 1) непредвиденный выход из строя механизмов, транспорта, инженерных сооружений без гибели людей
- 2) крупная авария с разрушением, крушением, с гибелью людей, уничтожением материальных ценностей
- 3) опасное явление природы таких масштабов, которые вызывают катастрофические ситуации, характеризующиеся внезапным нарушением жизнедеятельности населения, разрушением и уничтожением материальных ценностей, поражением и гибелью людей

#### **3. Чрезвычайная ситуация Федерального характера по масштабам распространения**

- 1) количество пострадавших - свыше 500 чел., либо размер материального ущерба - свыше 500 млн. руб.

2) количество пострадавших - до 500 чел., либо размер материального ущерба - до 500 млн. руб.

3) нарушены условия жизнедеятельности людей субъекта РФ

#### **4. Ликвидация территориальной чрезвычайной ситуации осуществляется**

1) силами и средствами организации - виновника ЧС

2) силами и средствами исполнительной власти субъекта РФ

3) силами и средствами МЧС

#### **5. Стихийные бедствия, характерные для Приморского края**

1) смерчи, ураганы, природные пожары, деградация почв

2) наводнения, цунами, лесные пожары, землетрясения,

тайфуны

4) извержения вулканов, оползни, сели, снежные лавины

#### **Тест: Тема «Поражающие факторы современных средств и методов ведения войны».**

##### **1. Основное назначение фугасных боеприпасов**

1) разрушение зданий, магистралей,

2) поражение техники и людей

3) поражение бронированных целей

##### **2. Виды оружия массового поражения**

1) микробиологическое, вирусологическое

2) химическое, биологическое, ядерное

3) авиационное, ракетное, космическое

##### **3. Классификация боевых отравляющих веществ по характеру токсического действия**

1) временно выводящие из строя, смертельного действия

2) нервнопаралитические, общедовитые, кожно-нарывные, удушающие, раздражающие, психохимические

3) быстродействующие, медленнодействующие

#### **4. Психохимические отравляющие вещества**

- 1)фосген, дифосген
- 2)«ESD», Би-зет
- 3)иприт, азотистый иприт
- 4)адамсит, си-эс, си-эр

#### **5. Десиканты предназначены**

- 1)для уничтожения травянистой растительности
- 2)для уничтожения древесно-кустарниковой растительности
- 3)для уничтожения растительности путем ее высушивания
- 4)для уничтожения листьев



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Дальневосточный федеральный университет»**  
(ДФУ)

---

---

**ШКОЛА ИСКУССТВ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»  
Направление подготовки  
**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**  
**Профиль «Психология и педагогика дошкольного образования»**  
**Форма подготовки: заочная**  
**(с использованием дистанционных образовательных технологий)**

Владивосток

2019



## Паспорт ФОС

ОК-3 готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает	Знает определение понятия <i>здоровье</i> , о поддержании должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Умеет	Укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Владеет	Приемами укрепления здоровья, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
ОК-16 способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Знает	Знает теоретические основы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
	Умеет	Использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
	Владеет	Способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
ОПК-12 способность использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства	Знает	здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства
	Умеет	использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства
	Владеет	Навыками использования здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства

№ п/п	Контролируемые темы дисциплины	Коды и этапы формирования компетенций		Оценочные средства - наименование	
				текущий контроль	промежуточная аттестация
1	Первая доврачебная помощь	ОК-3	знает основные виды первой доврачебной помощи	УО-1 Собеседование	вопросы для зачета 5-8
			умеет оперировать основными теоретическими знаниями при выборе методов оказания первой помощи пострадавшим		
			владеет навыками и приемами оказания первой доврачебной помощи	ПР-1 Тест	
2	Обеспечение жизнедеятельности в особых условиях	ОК-16	знает виды окружающих опасностей и собственные возможности при ЧС	УО-1 Собеседование	вопросы для зачета 9-12
			умеет предвидеть и распознавать опасности для обеспечения собственной жизнедеятельности		
			владеет приемами при необходимости быстрого и грамотного обеспечения своей жизнедеятельности	ПР-1 Тест	
3	Основы самообороны	ОК-16	Знание основы приемов самообороны	УО-1 Собеседование	вопросы для зачета 12-14
			Умеет выбрать необходимые приемы самообороны в чрезвычайной ситуации		
			Владение техническими и психологическими приемами самообороны		
4	Современные технические средства обеспечения безопасности жизнедеятельности	ОПК-12	Знание теоретических основ безопасности жизнедеятельности в системе «человек - среда обитания»	УО-1 Собеседование	вопросы для зачета 1-4
			Умение оценивать обеспеченность безопасности производственного процесса		
			Владение методами обеспечения производства и инженерной защиты окружающей и производственной среды	ПР-1 Тест	

## Контроль достижения целей курса

### Шкала оценивания уровня сформированности компетенций по дисциплине

Код и формулировка компетенции	Этапы формирования компетенции		Критерии	Показатели	Баллы
ОК-3 готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	знает (пороговый уровень)	Современные направления развития профессиональной сферы физической культуры и спорта, эффективные методы и средства физического воспитания.	Знает наиболее эффективные средства и методы физического воспитания и социального развития занимающихся.	Знает характеристику ключевым способам развития физических способностей, формирования двигательных умений и навыков, развития социально-значимых качеств.	45-64
	умеет (продвинутый)	Использовать передовой педагогический опыт по реализации актуальных задач физического воспитания различного контингента занимающихся.	Умеет применять на практике передовой педагогический опыт по реализации актуальных задач физического воспитания различного контингента занимающихся.	Умеет выявлять и использовать наиболее значимые аспекты деятельности ведущих специалистов физической культуры и спорта для своего профессионального роста.	65-84
	владеет (высокий)	Навыками систематизации и отбора наиболее адекватных средств и методов физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Владеет результативными способами адаптации различных средств и методов физического воспитания к реальным педагогическим ситуациям и условиям своей профессиональной деятельности.	Способен адаптировать к конкретным занятиям разнообразные физические упражнения, соответствующие методы их использования и оценить результативность своей профессиональной деятельности.	85-100

ОК-16 способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	знает (пороговый уровень)	Знает термины, основные понятия, правила и принципы, законы, теории, конкретные факты, процедуры	Знание терминов, основных понятий, правил и принципов, законов, теорий, конкретных фактов, процедур	Знает термины, основные понятия, правила и принципы, законы, теории, конкретные факты, процедуры	45-64
	умеет (продвинутой)	Умеет использовать понятия, правила и принципы, процедуры, законы, теории в изменённых ситуациях, в отдельных практических действиях	Умение использовать понятия, правила и принципы, процедуры, законы, теории в изменённых ситуациях, в отдельных практических действиях	Умеет использовать понятия, правила и принципы, процедуры, законы, теории в изменённых ситуациях, в отдельных практических действиях	65-84
	владеет (высокий)	владеет основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий	Способность оперировать основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий	Способен оперировать основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий	85-100
ОПК-12 способность использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства		владеет основными методами здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства	Способность оперировать основными методами здоровьесберегающих технологий в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства	Умеет использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства	

## **Формы аттестации студентов ДВФУ по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»**

**Текущая аттестация студентов.** Текущая аттестация студентов по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной.

Для контроля и оценки работы студентов используются контрольные (тестовые) вопросы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины: Контрольно-измерительные материалы по дисциплине представлены вопросами к зачету, тестовыми заданиями для текущего контроля в качестве промежуточной аттестации, контроля освоения теоретической составляющих дисциплины. Итоговая аттестация проходит в виде зачета, согласно учебному плану.

### **Тестовые задания для текущего контроля**

**Тема: «Микроклимат и его влияние на организм человека»**

#### **Вариант 1**

**1. Физические факторы, определяющие понятие «Микроклимат производственных помещений»:**

температура воздуха, относительная влажность, скорость движения воздуха, инфракрасное излучение, температура ограждающих поверхностей

температура воздуха, абсолютная влажность, скорость движения воздуха, бактериальная обсемененность воздуха

температура воздуха, относительная влажность, атмосферное давление, инфракрасное излучение

**2. Микроклимат, воздействуя на организм человека, может вызывать:**

комфортные ощущения, перегревание, переохлаждение тела

образование избыточного веса

искривление позвоночника, деформацию суставов

**3. Теплоотдача организма происходит путем:**

кондукции, испарения, проведения

излучения, конвекции, испарения, кондукции

излучения, конвекции, испарения, слюноотделения

**4. Терморегуляция организма человека включает совокупность:**

3) процессов теплопродукции и теплоотдачи организма, регулируемых нейроэндокринным путем

4) защитных сил организма

3) показателей температуры, скорости движения воздуха, относительной влажности, атмосферного давления

**5. Мероприятия, снижающие неблагоприятное воздействие микроклимата на организм человека, включают в себя:**

1) предварительные и периодические медицинские осмотры

2) применение средств защиты органов дыхания, средств защиты кожи

3) рациональное отопление, вентиляцию, кондиционирование воздуха

## **Вариант 2**

**1. Физиологические механизмы терморегуляции человека при комфортном микроклимате**

1) неустойчивы к воздействию негативных факторов

2) не напряжены

3) напряжены

**2. При оценке производственного микроклимата теплым называется период года со среднесуточной температурой наружного воздуха**

1) равной  $+ 10^{\circ} \text{C}$  и выше

2) менее  $+ 10^{\circ} \text{C}$

**3. Путь теплоотдачи, практически не действующий при повышенной влажности**

1) излучение

2) конвекция

3) проведение

4) испарение

#### **4. Проведение – это отдача тепла телом человека**

- 1) при соприкосновении с менее нагретыми предметами
- 2) менее нагретым воздухом, окружающим человека
- 3) на расстоянии за счет электромагнитного излучения

#### **5. Неблагоприятные последствия воздействия дискомфортного микроклимата при острой местной гипертермии**

- 1) судорожная болезнь
- 2) тепловой удар
- 3) гастрит, колит
- 4) увеличение частоты сердечных сокращений
- 5) невроты, снижение внимания, повышенный травматизм
- 6) ожоги

### **Вариант 3**

#### **1. Параметры среды, нормируемые при оценке микроклимата производственных помещений**

1) температура воздуха, температура ограждающих поверхностей, абсолютная влажность воздуха, скорость движения воздуха, освещенность

2) температура воздуха, относительная влажность воздуха, скорость движения воздуха, температура ограждающих поверхностей, инфракрасное излучение

3) температура воздуха, барометрическое давление, ионизация воздуха, максимальная влажность воздуха, лучистое тепло

#### **2. При оценке производственного микроклимата холодным называется период года со среднесуточной температурой наружного воздуха**

- 1) равной + 10<sup>0</sup> С и выше
- 2) менее + 10<sup>0</sup> С

### **3. Неблагоприятные последствия воздействия дискомфортного микроклимата при хронической гипотермии**

- 1) отморожения
- 2) невралгии
- 3) миозиты
- 4) простудные заболевания
- 5) снижение работоспособности при сниженном иммунитете

### **4. Виды дискомфортного микроклимата**

- 1) инертный
- 2) усиливающий
- 3) ослабляющий
- 4) охлаждающий
- 5) нагревающий

### **5. Излучение – отдача тепла телом человека**

- 1) при соприкосновении с менее нагретыми окружающими предметами
- 2) менее нагретым слоям воздуха, окружающим человека
- 3) на расстоянии (за счет электромагнитного излучения)

## **Вариант 4**

### **1. Оптимальные условия микроклимата обеспечивают**

1) ощущение теплового комфорта при минимальном напряжении механизмов терморегуляции, создают предпосылки для сохранения высокого уровня работоспособности

2) устойчивую высокую работоспособность при временном ухудшении самочувствия

3) ощущение теплового дискомфорта при временном напряжении механизмов терморегуляции, временное снижение работоспособности, не ведущее к заболеваемости



**2. Оптимальные параметры скорости движения воздуха для жилых и учебных помещений**

- 1) 0,3 – 0,5 м/сек
- 2) 1 – 2 м/сек
- 3) 0,1 – 0,3 м/сек

**3. Физиологические процессы, на которые в первую очередь оказывает влияние микроклимат**

- 1) детоксикацию вредных веществ в организме
- 2) терморегуляцию
- 3) реабсорбцию воды

**4. Конвекция – отдача тепла телом человека**

- 1) при соприкосновении с менее нагретыми предметами
- 2) менее нагретым слоям воздуха, окружающим человека
- 3) на расстоянии (за счет электромагнитного излучения)

**5. Микроклимат, который при систематическом воздействии на организм работающего не вызывает заболеваний, но может приводить к напряжению механизмов терморегуляции, возникновению ощущения теплового дискомфорта, временному снижению работоспособности называется**

- 1) недопустимым
- 2) допустимым
- 3) оптимальным

**Тема: «Вредные вещества»**

**Вариант 1**

**1. Наиболее опасными для организма человека являются вредные вещества, относящиеся к классу опасности**

- 1) первому

- 2) второму
- 3) третьему
- 4) четвертому

## **2. Вредное вещество химической или биологической природы – это**

1) вещество в виде паров, газов, пыли, поступающее в организм человека из атмосферного воздуха или воздуха рабочей зоны

2) вещество, проникающее в организм человека из окружающей среды (с пищей, водой, воздухом, через почву) и вызывающее функциональные отклонения в состоянии здоровья

3) вещество, которое при контакте с организмом человека может вызывать изменения в состоянии здоровья, ведущие к снижению работоспособности, заболеваемости, обнаруживаемые современными методами исследования, как в процессе контакта с ним, так и в отдаленные сроки жизни настоящего и последующих поколений

## **3. При комбинированном действии вредных веществ происходит**

- 1) усиление действия на организм одного вредного вещества другим
- 2) ослабление действия на организм одного вредного вещества другим
- 3) отсутствие эффекта действия на организм комбинации вредных веществ

## **4. Возможные биологические ответы организма на действие любого вредного вещества**

- 1) смерть
- 2) болезнь
- 3) функциональные нарушения
- 4) накопление вредных веществ в органах и тканях

## **5. Пути поступления вредных веществ в организм человека**

- 1) через раневые поверхности
- 2) через органы дыхания, пищеварительный тракт, неповрежденные кожные покровы и слизистые оболочки
- 3) через естественные отверстия организма человека

## **Вариант 2**

### **1. По степени воздействия на человека вредные вещества делят на**

- 1) чрезвычайно опасные, высоко опасные, умеренно опасные, мало опасные
- 2) высокотоксичные, умеренно токсичные, нетоксичные
- 3) опасные, умеренно опасные, неопасные

### **2. Острое профессиональное заболевание возникает после**

- 1) систематического длительного воздействия малых концентраций вредного вещества в течение рабочего времени
- 2) однократного действия больших концентраций вредного вещества на работающего

### **3. Нормированию подвергаются химические вещества, содержащиеся**

- 1) в атмосферном воздухе
- 2) в воздухе рабочей зоны
- 3) в воздухе жилых и общественных помещений
- 4) в питьевой воде и воде водоемов
- 5) в почве
- 6) в продуктах питания

### **4. Комбинированный эффект действия вредных веществ на организм человека – это**

- 1) эффект при одновременном или последовательном поступлении в организм нескольких вредных веществ одним и тем же путем
- 2) эффект при одновременном поступлении вредных веществ в организм разными путями
- 3) усиление токсического действия вредных веществ в присутствии неблагоприятных факторов другой природы (шум, вибрация и т.п.)

### **5. Мероприятия по профилактике неблагоприятного действия вредных веществ на организм:**

- 1) соблюдение гигиенических нормативов содержания вредных веществ во всех источниках поступления их в организм человека

2) проведение технологических мероприятий, направленных на ограничение или прекращение поступления вредных веществ в атмосферу

3) внедрение санитарно-технических мероприятий, направленных на использование очистных сооружений

4) лечебно-профилактические мероприятия

### **Вариант 3**

#### **1. Число классов опасности химических веществ, принятых в России**

1) 4                    3) 2

2) 8                    4) 12

**2. Комплексный эффект действия вредных веществ на организм человека – это**

1) эффект при одновременном или последовательном поступлении в организм нескольких вредных веществ одним и тем же путем

2) эффект при одновременном поступлении вредных веществ в организм разными путями

3) усиление токсического действия вредных веществ в присутствии неблагоприятных факторов другой природы (шум, вибрация и т.п.)

**3. Предельно допустимая концентрация вредного вещества в атмосферном воздухе - это концентрация вещества**

1) не влияющая на здоровье последующих поколений людей

2) которая в течение всего рабочего стажа человека не должна вызывать функциональных изменений, приводящих к снижению работоспособности

3) не оказывающая в течение всей жизни прямого или косвенного неблагоприятного действия на настоящее или будущие поколения, не снижающая работоспособности человека, не ухудшающая его самочувствия и санитарно-бытовые условия жизни

**4. Хроническое профессиональное заболевание возникает после**

1) систематического длительного воздействия малых концентраций вредного вещества в течение рабочего времени

2) однократного действия больших концентраций вредного вещества на работающего

#### **5. С учетом путей поступления в организм человека АХОВ делятся на**

- 1) прямого действия, косвенного действия
- 2) ингаляционного действия, перорального действия, кожно-резорбтивного действия
- 3) повреждающие и не повреждающие целостность органов и тканей

### **Вариант 4**

**1. Эффект сочетанного воздействия вредных веществ на организм человека – это**

- 1) эффект при одновременном или последовательном поступлении в организм нескольких вредных веществ одним и тем же путем
- 2) эффект при одновременном поступлении вредных веществ в организм разными путями
- 3) усиление токсического действия вредных веществ в присутствии неблагоприятных факторов другой природы (шум, вибрация и т.п.)

**2. Группа профессиональных заболеваний, вызываемых действием пыли**

- 1) вибрационная болезнь
- 2) пневмокониозы
- 3) кессонная болезнь

**3. Аварийно химически опасное вещество (АХОВ) – это**

- 1) химически опасное вещество, применяемое в промышленности и сельском хозяйстве, при аварийном сбросе (разливе) которого может произойти заражение окружающей среды в поражающих живой организм концентрациях
- 2) боевое химическое вещество, хранящееся в арсенале, при аварийном разливе которого произойдет заражение окружающей среды

#### **4. Выраженность токсического эффекта действия вредного вещества**

**зависит от**

- 1) времени действия вредного вещества
- 2) дозы или концентрации вредного вещества
- 3) числа людей, на которых действует вредные вещества

#### **5. Общие принципы защиты населения от АХОВ**

- 1) укрытие в защитных сооружениях
- 2) эвакуация с территории загрязнения
- 3) использование средств индивидуальной защиты (СИЗ)
- 4) проведение подворных обходов и медицинских осмотров населения

**Тема: «Прикладные направления физиологии и психологии труда».**

#### **1 вариант**

##### **1. Утомление**

- 1) высокая степень снижения работоспособности с резким несоответствием затрат энергии и процессов восстановления
- 2) снижение работоспособности в результате выполнения интенсивной или продолжительной работы, сопровождаемое ощущением усталости
- 3) повышение работоспособности в результате выполнения интенсивной работы

##### **2. Диоксид углерода в организме человека**

- 1) не является жизненно необходимым;
- 2) необходим для возбуждения дыхательного центра головного мозга
- 3) необходим для регулирования кислотно-щелочного равновесия крови

##### **3. Условия повышения и сохранения работоспособности человека**

- 1) постепенное вхождение в работу, предварительная разминка; соблюдение необходимого ритма работы; соблюдение последовательности и систематичности в работе; смена видов деятельности

2) быстрое вхождение в работу, соблюдение последовательности и систематичности в работе, смена видов деятельности: чередование физической и умственной работы

3) не систематическая деятельность, смена видов деятельности: чередование физической и умственной работы

#### **4. Напряженность трудовой деятельности – характеристика трудового процесса, отражающая нагрузку преимущественно**

1) на опорно-двигательный аппарат и функциональные системы организма, обеспечивающие его деятельность

2) на центральную нервную систему, органы чувств, эмоциональную сферу работника

#### **5. Вид отдыха для людей умственного труда, рекомендуемый физиологами**

1) активный (производственная гимнастика, физическая культура, прогулки)

2) пассивный (отдых в спокойном состоянии)

### **2 вариант**

#### **1. Формы труда, относящиеся к физическому труду**

1) управленческий труд, труд учащихся и студентов, автоматизированный труд, групповые формы труда (конвейерный труд)

2) тяжелый немеханизированный труд, механизированный труд, автоматизированный труд, групповые формы труда (конвейерный труд)

3) операторский труд, управленческий труд, труд учащихся и студентов, творческий труд

#### **2. Режим труда и отдыха –**

1) система чередования работы и отдыха в течение рабочего дня, недели или года, включающая указания об интенсивности труда и содержание работы

2) режим работы в течение рабочего дня.

### **3. Энергетические траты у работников, занимающихся умственным трудом**

1) 3000-4000 ккал/сутки

2) 4000-6000 ккал/сутки

3) 2000-3000 ккал/сутки

### **4. Тяжесть труда - характеристика трудового процесса, отражающая нагрузку преимущественно**

1) на опорно-двигательный аппарат и функциональные системы организма, обеспечивающие его деятельность

2) на центральную нервную систему, органы чувств, эмоциональную сферу работника

### **5. Инженерная психология - это**

1) наука, изучающая проблемы развития личности в труде

2) наука, изучающая вопросы взаимной адаптации человека и орудий труда в системе «человек - машина - окружающая и производственная среда»

3) отрасль психологии, исследующая процессы и средства информационного взаимодействия между человеком и машиной

## **3 вариант**

### **1. Работоспособность – это**

1) способность человека к выполнению конкретной трудовой деятельности в рамках заданных временных лимитов и параметров эффективности

2) желание человека выполнять умственную или физическую работу в течение рабочего дня

### **2. Азот для организма человека**

1) является инертным газом



2) снижает парциальное давление кислорода в крови

3) уменьшает токсическое действие газов

### **3. Для сохранения высокой и устойчивой работоспособности**

**рекомендуется вводить перерыв**

1) после периода вработываемости

2) во время периода высокой работоспособности

3) перед периодом снижения работоспособности

### **4. Период вработываемости характеризуется**

1) нарастанием работоспособности по сравнению с исходным уровнем

2) устойчивостью физиологических функций, высокими показателями количества и качества труда

3) снижением функций основных работающих органов человека, уменьшением количества и качества работы

### **5. Эргономика – это**

1) раздел научных знаний, занимающийся дизайном рабочих мест, новой техники, интерьеров, визуальных коммуникаций, средств и систем транспорта

2) общее название групп наук, занимающихся комплексным изучением человека в производственной деятельности и оптимизацией средств и условий труда

## **4 вариант**

### **1. Период высокой устойчивой работоспособности характеризуется**

1) нарастанием работоспособности по сравнению с исходным уровнем

2) устойчивостью физиологических функций, высокими показателями количества и качества труда

3) снижением функций основных работающих органов человека, уменьшением количества и качества работы

### **2. Трудоспособность – это**

1) индивидуальное желание трудящегося эффективно трудиться

2) состояние человека, при котором совокупность физических, умственных и эмоциональных возможностей позволяет трудящемуся выполнять работу определенного объема и качества

3) физическая возможность человека работать с высокой производительностью

### **3. Вид отдыха для людей физического труда, рекомендуемый физиологами**

1) активный (производственная гимнастика, физическая культура)

2) пассивный (отдых сидя, лежа)

3) смена вида деятельности

### **4. В состав эргономики включают следующие разделы**

1) антропология

2) физиология

3) литература

4) гигиена труда

### **5. Переутомление характеризуется**

1) ощущением изнеможения, отсутствием интереса к работе, психической возбудимостью, склонностью к головным болям, бессонницей, отсутствием аппетита

2) повышенным аппетитом, крепким сном, повышенной работоспособностью;

3) безразличием к результатам труда, апатией, прожорливостью, сонливостью

## **Тема: «Принципы организации рационального питания»**

### **Вариант 1**

#### **1. Рациональное питание – это**

- 1) физиологически полноценное питание больных людей
- 2) физиологически полноценное питание здоровых людей
- 3) физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом антропометрических особенностей, характера трудовой деятельности, климатических условий проживания

## **2. Основные источники витамина «с»**

- 1) молоко и молочные продукты
- 2) рыбные и мясные продукты
- 3) овощи, ягоды, фрукты

## **3. Развитие атеросклероза стимулирует избыточное потребление**

- 1) овощей, фруктов, ягод
- 2) кисломолочных продуктов, обезжиренного молока
- 3) жирного мяса, сливочного масла и кулинарных жиров

## **4. Соли кальция предупреждают развитие**

- 1) мочекаменной болезни
- 2) иммунодефицита, нарушений обмена веществ
- 3) кариеса, остеопороза, инсульта, инфаркта

## **5. Йод предупреждает развитие болезней**

- 1) печени
- 2) щитовидной железы
- 3) обмена веществ
- 4) сердечно-сосудистой системы

## **Вариант 2**

### **1. Последствия недостаточного белкового питания**

- 1) замедление роста и развития, ослабление иммунитета
- 2) активизация гормональной сферы
- 3) усиление обменных процессов в организме
- 4) ослабление гормональной сферы

### **2. Продукты – источники полиненасыщенных жирных кислот**

1) мясные продукты, сливочное масло

2) овощи, фрукты, ягоды, зелень

3) растительные масла

4) рыбные продукты и рыбий жир

**3. Количество приемов пищи, рекомендуемое лицам умственного труда и студентам**

1) 4 – 5

2) 6

3) 3

4) 3 – 4

**4. Продукты и блюда, которые не рекомендуется употреблять на ужин**

1) молочные и кисломолочные

2) рыбные продукты и блюда

3) мясные блюда

4) яйца и блюда из яиц

5) овощные блюда

**5. Соли магния предупреждают развитие болезней**

1) опорно-двигательного аппарата

2) сердечно-сосудистой системы

3) желчевыводящей системы

4) обмена веществ

5) мочеполовой системы

### **Вариант 3**

**1. Сбалансированное питание – это**

1) максимальное проявление в организме полезного действия белков и витаминов

2) максимальное проявление в организме полезного действия всех основных пищевых веществ

3) максимальное проявление в организме полезного действия витаминов и минеральных веществ

4) максимальное проявление в организме полезного действия углеводов и жиров

## **2. Последствия недостаточности жиров в питании взрослого человека**

- 1) улучшение вкусовых свойств пищи
- 2) улучшение усвоения белков
- 3) ухудшение усвоения жирорастворимых витаминов
- 4) снижение задержки воды в организме
- 5) ухудшение вкусовых свойств пищи

## **3. Продукты – источники полноценных белков**

- 1) продукты, богатые растительной клетчаткой
- 2) зерновые продукты, хлеб и хлебобулочные изделия
- 3) мясные и рыбные продукты
- 4) фрукты и овощи
- 5) молочные продукты

## **4. Последствия избыточного питания**

- 1) сахарный диабет
- 2) сердечно-сосудистые заболевания
- 3) снижение иммунитета
- 4) атеросклероз
- 5) заболевания органов дыхания

## **5. Продукты – источники йода**

- 1) мясные продукты
- 2) морепродукты животного происхождения
- 3) морепродукты растительного происхождения
- 4) йодированные продукты
- 5) овощи, фрукты

**Вариант 4**

### **1. Продукты – источники насыщенных жирных кислот**

- 1) хлебобулочные изделия, зерновые продукты
- 2) мясные продукты
- 3) красная, черная икра
- 4) молочные продукты
- 5) морепродукты

### **2. Несоблюдение режима питания в первую очередь нарушает функции**

- 1) мочеполовой системы
- 2) пищеварительной системы
- 3) нервной системы
- 4) костно-мышечной системы

### **3. Продукты – источники фосфора**

- 1) овощи, фрукты
- 2) молочные продукты
- 3) мясные и рыбные продукты
- 4) хлебобулочные изделия, зерновые продукты
- 5) морепродукты

### **4. В рациональном питании наибольший удельный вес суточного рациона по энергетической ценности приходится на**

- 1) завтрак
- 2) обед
- 3) ужин

### **5. Причины алиментарной недостаточности витаминов в питании**

- 1) однообразное питание, потребление рафинированных продуктов
- 2) избыток жиров в питании
- 3) высокие органолептические свойства пищи, разнообразное питание
- 4) несоблюдение режима хранения продуктов
- 5) использование в питании не свежих продуктов

**Тема: «Классификация, характеристика чрезвычайных ситуаций. ЧС, характерные для Приморского края».**

### **Вариант 1**

#### **1. Чрезвычайные ситуации по сфере возникновения**

- 1) наземные, воздушные, водные
- 2) природные, техногенные, экологические, военные, социальные и социально-биологические
- 3) естественные, искусственные, смешанные

#### **2. Стихийное бедствие - это**

- 1) непредвиденный выход из строя механизмов, транспорта, инженерных сооружений без гибели людей
- 2) крупная авария с разрушением, крушением, с гибелью людей, уничтожением материальных ценностей
- 3) опасное явление природы таких масштабов, которые вызывают катастрофические ситуации, характеризующиеся внезапным нарушением жизнедеятельности населения, разрушением и уничтожением материальных ценностей, поражением и гибелью людей

#### **3. Чрезвычайная ситуация федерального характера по масштабам распространения**

- 1) количество пострадавших – свыше 500 чел., либо размер материального ущерба – свыше 500 млн. руб.
- 2) количество пострадавших – до 500 чел., либо размер материального ущерба – до 500 млн. руб.
- 3) нарушены условия жизнедеятельности людей субъекта РФ

#### **4. Ликвидация территориальной чрезвычайной ситуации осуществляется**

- 1) силами и средствами организации – виновника ЧС
- 2) силами и средствами органов исполнительной власти субъекта РФ

3) силами и средствами МЧС

### **5. Стихийные бедствия характерные для приморского края**

1) смерчи, ураганы, природные пожары, деградация почв

2) наводнения, цунами, лесные пожары, землетрясения, тайфуны

3) извержения вулканов, оползни, сели, снежные лавины

### **Вариант 2**

#### **1. Авария - это**

1) непредвиденный выход из строя механизмов, транспорта, коммунальных и инженерных сооружений без гибели людей; разрушение локального типа

2) разрушение оборудования, здания, сооружения, уничтожение материальных ценностей, массовая гибель людей

3) явление природы, носящее чрезвычайный характер: крушение, уничтожение, разрушение различного рода объектов, гибель людей, животного и растительного мира

#### **2. Показатели масштабов распространения чрезвычайных ситуаций с учетом тяжести последствий:**

1) количество людей погибших или получивших ущерб здоровью

2) размер материальных потерь

3) объем гуманитарной помощи

4) размер ущерба окружающей природной среде

#### **3. Эпидемия - это**

1) гибель или заболевания растений, превышающие на несколько порядков обычную заболеваемость

2) широкое распространение инфекционной болезни, вызывающее гибель или заболевания людей в какой-то определённый промежуток времени, превышающее обычную заболеваемость на несколько порядков

3) гибель или заболевания животных, превышающие на несколько порядков обычную заболеваемость



#### **4. Ликвидация локальной чрезвычайной ситуации осуществляется**

- 1) силами и средствами органов исполнительной власти субъекта РФ
- 2) силами и средствами организации – виновника ЧС
- 3) силами и средствами органов местного самоуправления

#### **5. Чрезвычайная ситуация регионального характера по масштабу распространения**

- 1) зона ЧС выходит за пределы территории одного субъектов РФ
- 2) зона ЧС не выходит за пределы территории одного субъекта РФ зона
- 3) ЧС охватывает территорию двух субъектов РФ

### **Вариант 3**

#### **1. ЧС природного и техногенного характера подразделяются на**

- 1) городские, краевые, областные, региональные, федеральные
- 2) ЧС локального, муниципального, межмуниципального, регионального, межрегионального, федерального характера
- 3) ЧС крупные, средние, мелкие

#### **2. Катастрофа - это**

1) непредвиденный выход из строя механизмов, транспорта, коммунальных и инженерных сооружений и т.п. без гибели людей; разрушения локального типа

2) явление природы, носящее чрезвычайный характер; крушение, или транспортная уничтожение, разрушение различного рода объектов, гибель людей, животного и растительного мира

3) крупная производственная авария с разрушением, уничтожением материальных ценностей, повлекшая за собой человеческие жертвы

#### **3. ЧС регионального характера по масштабу распространения**

- 1) зона ЧС выходит за пределы более чем 2 субъектов РФ
- 2) зона ЧС затрагивает территорию двух и более поселений
- 3) зона ЧС не выходит за пределы территории одного субъекта РФ

**4. Стоимость материального ущерба при составлении отчёта о ЧС выражается**

- 1) в условных единицах системы СИ
- 2) в денежном выражении
- 3) в кратности превышения МРОТ (минимальный размер оплаты труда)

**5. Чрезвычайные ситуации социального характера**

- 1) эпидемии, войны, голод, терроризм, общественные беспорядки
- 2) паломничество
- 3) массовые уличные гуляния, ночные дискотеки

#### **Вариант 4**

**1. ЧС локального характера**

- 1) зона ЧС не выходит за пределы территории поселения
- 2) зона ЧС не выходит за пределы городской территории
- 3) зона ЧС не выходит за пределы территории объекта

**2. Чрезвычайная ситуация - это**

1) обстановка на территории, сложившаяся в результате проведения плановых мероприятий по ликвидации объектов недвижимого имущества или природных объектов без гибели людей с возможным нанесением ущерба окружающей среде

2) обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате стихийного бедствия, аварии, катастрофы или иного бедствия, которые повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью или окружающей природной среде, значительные материальные потери, нарушение условий жизнедеятельности людей

3) обстановка на территории, сложившаяся в результате внешних воздействий необъяснимого характера, повлекшая за собой увеличение плодovitости особей животного и растительного мира

**3. Чрезвычайные ситуации экологического характера связаны с**

- 1) падением воспроизводства населения

- 2) инфекционными заболеваниями людей и животных
- 3) изменением состава и свойств атмосферы, состояния суши, гидросферы, биосферы

#### **4. В понятие «пострадавших при ЧС» входят**

- 1) получившие психические травмы
- 2) заболевшие в результате воздействия факторов ЧС
- 3) погибшие или получившие ущерб здоровью

#### **5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера**

- 1) разрушение озонового слоя, кислотные дожди, деградация почв
- 2) аварии и катастрофы на химически - и радиационно-опасных объектах, транспорте
- 3) наводнения, тайфуны, цунами

### **Тема: «Поражающие факторы современных средств и методов ведения войны»**

#### **Вариант 1**

##### **1. Основное назначение фугасных боеприпасов:**

- 1) разрушение зданий, магистралей,
- 2) поражение техники и людей
- 3) поражение бронированных целей

##### **2. Виды оружия массового поражения**

- 1) микробиологическое, вирусологическое
- 2) химическое, биологическое, ядерное
- 3) авиационное, ракетное, космическое

##### **3. Классификация боевых отравляющих веществ по характеру токсического действия**

- 1) временно выводящие из строя, смертельного действия
- 2) нервнопаралитические, общедовитые, кожно-нарывные, удушающие, раздражающие, психохимические

3) быстродействующие, медленнодействующие

#### **4. Психохимические отравляющие вещества:**

1) фосген, дифосген

2) «LSD», Би-зет

3) иприт, азотистый иприт

4) адамсит, си-эс, си-эр

#### **5. Десиканты предназначены**

1) для уничтожения травянистой растительности

2) для уничтожения древесно-кустарниковой растительности

3) для уничтожения растительности путем ее высушивания

4) для уничтожения листьев

### **Вариант 2**

#### **1. Классификация обычного оружия по действию боеприпасов**

1) артиллерийское, авиационное, стрелковое

2) торпедное, минное

3) противовоздушное, противопехотное

4) осколочные, кумулятивные, бетонобойные, зажигательные, боеприпасы объемного взрыва

#### **2. Кумулятивные боеприпасы предназначены для поражения**

1) живой силы противника

2) бронированных целей

3) людей, животных

4) автомагистралей, наземных трубопроводов

#### **3. Боевые отравляющие вещества кожно-нарывного действия**

1) фосген, дифосген

2) Би-зет, «LSD»

3) синильная кислота, хлорциан

4) иприт, азотистый иприт, люизит

#### **4. Виды фитотоксикантов**

- 1) пестициды, фунгициды, акарициды
- 2) гербициды, арборициды, дефолианты, десиканты

### **5. Первичные поражения биологических объектов ударной волной ядерного взрыва**

- 1) механические травмы, приводящие к развитию контузий; повреждения барабанных перепонки, легких, органов брюшной полости
- 2) повреждения вторичными снарядами (обломками, осколками и т.д.)
- 3) травмы вследствие отбрасывания человека ударной волной, в результате чего происходит удар о грунт, окружающие предметы.

#### **Вариант 3**

### **1. Основной поражающий фактор боеприпасов объемного взрыва**

- 1) ударная волна
- 2) световое излучение
- 3) термическое излучение
- 4) радиоактивное излучение

### **2. Основное назначение пирогелей, термитов, напалмов**

- 1) разрушение бетонных сооружений высокой прочности
- 2) поражение людей
- 3) уничтожение огнем зданий, сооружений
- 4) повреждение бронированные цели

### **3. Боевые отравляющие вещества удушающего действия**

- 1) иприт, азотистый иприт
- 2) зарин, зоман, ви-икс
- 3) фосген, дифосген
- 4) хлорциан, синильная кислота

### **4. Последствия воздействия светового излучения ядерного оружия**

- 1) ожоги кожи, слизистых оболочек, поражение глаз

- 2) ожоги кожи вследствие возгорания одежды
- 3) ожоги тела вследствие воздействия пламени пожаров

**5. Для уничтожения травянистой растительности предназначены**

- 1) фитотоксиканты
- 2) гербициды
- 3) десиканты
- 4) арборициды

**Вариант 4**

**1. Поражающие факторы ядерного оружия**

- 1) радиоактивное заражение территории
- 2) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, электромагнитный импульс, радиоактивное заражение
- 3) термическое излучение

**2. Основное назначение осколочных боеприпасов**

- 1) поражение бронированных целей
- 2) повреждение зданий, автомагистралей, трубопроводов
- 3) уничтожение техники
- 4) поражение людей

**3. К зажигательным боеприпасам относят**

- 1) окись этилена
- 2) белый фосфор
- 3) термитные составы
- 4) напалмы
- 5) пирогели

**4. Боевые отравляющие вещества нервнопаралитического действия**

- 1) зарин, зоман, Ви-экс
- 2) фосген, дифосген
- 3) синильная кислота
- 4) хлорциан

## **5. Следствием применения дефолиантов является**

- 1) уничтожение древесно-кустарниковой растительности
- 2) старение листьев – искусственный листопад
- 3) уничтожение травянистой растительности
- 4) обезвоживание тканей растения (высушивание)

## **ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

**Промежуточная аттестация студентов.** Промежуточная аттестация студентов по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ДВФУ и является обязательной.

Видом промежуточной аттестации по дисциплине предусмотрен зачет во 2 семестре.

Для проведения зачета составлен перечень вопросов. Студенту необходимо ответить на теоретический вопрос. В процессе экзамена выпускнику могут быть заданы дополнительные вопросы.

С перечнем вопросов студенты ознакомлены заранее.

## **ВОПРОСЫ ДЛЯ ЗАЧЕТА**

1. Правовые основы, регламентирующие деятельность гражданской обороны и Министерства по чрезвычайным ситуациям в мирное и военное время.
2. Правовые основы дисциплины безопасности жизнедеятельности (общие вопросы).
  1. Правовые основы трудовой деятельности человека.
  2. Определение микроклимата, климата.
  3. Физические параметры, определяющие микроклимат жилых, общественных и производственных помещений.
  4. Теплообмен организма с окружающей средой: теплопродукция, виды теплоотдачи.

5. Виды микроклимата
6. Действие на организм нагревающего микроклимата. Средства защиты при действии нагревающего микроклимата.
7. Действие на организм охлаждающего микроклимата. Средства защиты при действии охлаждающего микроклимата
8. Мероприятия по улучшению производственного микроклимата
9. Химический состав воздуха, значение его компонентов в физиологии человека.
10. Понятие «рациональное питание». Основные элементы рационального питания.
11. Понятие «сбалансированное питание».
12. Физиологическое значение и сбалансированность белков в пищевом рационе.
13. Физиологическое значение и сбалансированность жиров в пищевом рационе.
14. Физиологическое значение и сбалансированность углеводов в пищевом рационе.
15. Физиологическое значение и сбалансированность минеральных веществ в пищевом рационе.
16. Причины дефицита витаминов в питании.
17. Нормы потребности студентов в пищевых веществах и энергии. Требования к режиму питания.
18. Понятие физиологии трудового процесса. Задачи физиологии и психологии труда.
19. Формы физического и умственного труда.
20. Понятие о тяжести, напряженности труда. Классы условий труда.
21. Понятие о работоспособности человека. Динамика работоспособности в течение рабочего дня.
22. Понятие о режимах труда и отдыха. Повышение производительности труда по Введенскому.



23. Эргономика, инженерная психология, техническая эстетика как меры, снижающие тяжесть и напряженность труда.
24. Меры профилактики при действии пыли, АХОВ.
25. Классификация чрезвычайных ситуаций по сфере возникновения.
26. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам с учетом тяжести последствий.
27. Определение различных видов бедствий (эпидемии, эпизоотии, эпифитотии).
28. Основные ЧС, характерные для территории Приморского края.
29. Классификация и характеристика обычного оружия. Поражающие факторы.
30. Классификация оружия массового поражения.
31. Поражающие факторы ядерного оружия.
32. Поражающие факторы химического оружия
33. Виды биологического оружия.
34. Классификация средств индивидуальной защиты (СИЗ)

### **Критерии оценки студенту на зачете**

- 100-85 баллов - если ответ показывает прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа; умение приводить примеры современных проблем изучаемой области.
- 85-76 - баллов - ответ, обнаруживающий прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы

и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается одна - две неточности в ответе.

- 75-61 - балл – оценивается ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой предметной области, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа; неумение привести пример развития ситуации, провести связь с другими аспектами изучаемой области.
- 60-50 баллов – ответ, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы; незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа; незнание современной проблематики изучаемой области.