

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)**

Институт машиностроения и автомобильного транспорта



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

«Безопасность жизнедеятельности»

**направление подготовки / специальность**

27.03.02 «Управление качеством»

**направленность (профиль) подготовки**

«Управление качеством»

г. Владимир

2021 год

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности является приобретение знаний и умений, необходимых для сохранения своей жизни и здоровья; для обеспечения безопасности человека в современных экономических и социальных условиях; знаний в области защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях как в мирное, так и в военное время; для спасения людей, животных и материальных ценностей.

Задачи: теоретическое освоение обучающимися основ культуры безопасности, комплекса опасностей, действующих на человека и природу; приобретение практических навыков по формированию и соблюдению нормативных требований к источникам опасностей, действующих в окружающей среде.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к обязательной части учебного плана.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции <i>(код, содержание индикатора)</i>	Результаты обучения по дисциплине	
УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Знает причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; основы безопасности жизнедеятельности, телефоны служб спасения. УК-8.2. Умеет поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях. УК-8.3. Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками применения основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.	Знает приемы первой помощи, теоретические основы организации защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий Умеет применять полученные знания по оказанию первой помощи, использовать методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций Владеет навыками оказания первой помощи, методами защиты производственного персонала и населения в условиях чрезвычайных ситуаций	Тестовые вопросы Практико-ориентированное задание

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часа

##### Тематический план форма обучения – очная

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия <sup>1</sup>	Лабораторные работы	в форме практической подготовки <sup>2</sup>		
1	Теоретические основы учения о безопасности жизнедеятельности человека.	4	1-2	4		2		6	
2	Управление безопасностью жизнедеятельности. Соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.	4	3-4	4		2		6	
3	Основы физиологии труда и комфортные условия жизни. Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда.	4	5-6	4		2		6	Рейтинг-контроль 1
4	ЧС природного и техногенного характера и защита от них.	4	7-8	4		2		6	
5	Чрезвычайные ситуации военного времени и основы защиты населения и территорий.	4	9-10	4		2		6	
6	Основы социальной, медицинской и пожарной безопасности.	4	11-12	4		2		6	Рейтинг-контроль 2
7	Основы безопасности жизнедеятельности в городских условиях.	4	13-14	4		2		6	
8	Обучение навыкам оказания первой помощи, наблюдение за состоянием здоровья окружающих лиц.	4	15-16	4		2		6	

9	Основы личной безопасности от преступлений террористического характера.	4	17-18	4		2		6	Рейтинг-контроль 3
Всего за 4 семестр:		4	18	36		18		54	зачет
Наличие в дисциплине КП/КР									
Итого по дисциплине		4	18	18		18		54	зачет

**Тематический план  
форма обучения заочная**

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия <sup>3</sup>	Лабораторные работы	в форме практической подготовки <sup>4</sup>		
1	Теоретические основы учения о безопасности жизнедеятельности человека.	4		0,5				10	
2	Управление безопасностью жизнедеятельности. Соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.	4		1				10	
3	Основы физиологии труда и комфортные условия жизни. Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда.	4		1				10	Рейтинг-контроль 1
4	ЧС природного и техногенного характера и защита от них.	4		1				10	
5	Чрезвычайные ситуации военного времени и основы защиты населения и территорий.	4		1		2		13	
6	Основы социальной, медицинской и пожарной безопасности.	4		1				10	Рейтинг-контроль 2

7	Основы безопасности жизнедеятельности в городских условиях.	4		1				10	
8	Обучение навыкам оказания первой помощи, наблюдение за состоянием здоровья окружающих лиц.	4		1		2		13	
9	Основы личной безопасности от преступлений террористического характера.	4		0,5				10	Рейтинг-контроль 3
Всего за 4 семестр:		4		8		4		96	зачет
Наличие в дисциплине КП/КР									
Итого по дисциплине		4		8				96	зачет

### Содержание лекционных занятий по дисциплине

#### Раздел I. Теоретические основы и управление безопасностью жизнедеятельности

##### Тема 1. Теоретические основы учения о безопасности жизнедеятельности человека.

Возникновение учений о безопасности жизнедеятельности человека и защита окружающей среды. Цель изучения науки о безопасности жизнедеятельности (БЖД). Предмет изучения. Основные понятия, термины и определения жизнедеятельности: среда обитания, биосфера, техносфера, опасность (потенциальная, реальная и реализованная), риск, безопасность, система безопасности, объекты защиты, мониторинг, вредный фактор, травматический фактор. Опасные и чрезвычайно опасные воздействия. Поле опасностей. Качественная квалификация (таксономия) опасностей. Количественная оценка опасностей. Показатели негативного влияния реализованных опасностей. Естественно-техногенные опасности. Антропогенные опасности. Виды взаимосвязей человека – оператора с технической системой.

Тема 2. Управление безопасностью жизнедеятельности. Соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

Документы, регулирующие правовые вопросы по безопасности жизнедеятельности. Нормативные акты по охране труда. Виды правил и инструкций по охране труда. Системы стандартизации по безопасности жизнедеятельности. Виды ответственности должностных лиц. Служба охраны труда на предприятиях. Руководство и ответственность по охране труда на предприятии. Виды инструктажа по охране труда, регистрация инструктажа. Производственный травматизм. Определение термина «несчастный случай» и «профессиональное заболевание». Классификация несчастных случаев. Несчастные случаи, происшедшие на производстве. Расследование несчастных случаев. Виды причин несчастного случая. Единая государственная система предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Уровни РСЧС – федеральный, региональный, территориальный, местный, объектный. Режимы функционирования РСЧС. Повседневный режим, режим повышенной готовности, чрезвычайный режим. Гражданская оборона (ГО), её роль и место в Российской Федерации. Нормативная правовая база гражданской обороны. Мероприятия РСЧС и ГО по защите населения. Оповещение. Сигналы гражданской обороны. Действия по сигналам оповещения.

Тема 3. Основы физиологии труда и комфортные условия жизни. Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда.

Анализаторы человеческого организма. Рецепторы как датчики сенсорных систем человека. Основные группы рецепторов. Органы чувств, обеспечивающие восприятие действующих на организм внешних раздражителей. Классификация основных форм деятельности человека. Физический и умственный труд. Энергетические затраты человека. Физическая тяжесть и напряженность труда. Оптимальные и допустимые условия труда.

Вредные и экстремальные условия труда. Пути повышения эффективности трудовой деятельности. Элементы рационального режима труда и отдыха. Понятие микроклимата, его параметры. Терморегуляция организма человека. Приспособление производственной среды к возможностям человеческого организма. Гигиенические, антропометрические, физиологические и психологические показатели качества производственной среды. Общие санитарные требования к производственным помещениям. Конструктивные особенности помещений в зависимости от вида деятельности и производственного микроклимата. Приемы и способы регулирования температуры, влажности и чистоты воздуха в помещениях. Виды вентиляции, способы естественной вентиляции. Понятие воздухообмена. Порядок организации оптимального освещения рабочих мест, способы определения качества естественного освещения и коэффициента освещенности. Нормирование искусственной освещенности помещений.

## Раздел II. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях (ЧС)

Тема 4. ЧС природного и техногенного характера и защита от них.

Природные (естественные) опасности. Повседневные абиотические факторы. Стихийные явления. Действия населения в условиях природных катастроф. Чрезвычайные ситуации природного характера: классификация, причины возникновения, возможные последствия. Геологические чрезвычайные ситуации: наводнения, заторы, зажоры, нагоны. Цунами. Природные пожары: лесные, степные, торфяные пожары; пожары хлебных массивов, подземные пожары полезных ископаемых. Биологические чрезвычайные ситуации: эпидемии, эпизоотии, эпифитотии. Космические чрезвычайные ситуации: падение метеоритов, астероидов; солнечная радиация. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, классификация, причины возникновения, возможные последствия. Аварии на радиационно опасных объектах. Аварии на химических объектах. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Аварии на транспорте. Аварии на гидродинамических объектах. Аварии на коммунально-энергетических сетях. Обрушение зданий и сооружений. Взрывы и их последствия. Действия населения при взрывах. Транспортные аварии и их последствия. Гидродинамические аварии и их последствия. Защита и действия населения.

Тема 5. Чрезвычайные ситуации военного времени и основы защиты населения и территорий.

Возможный характер будущей войны. Понятие оружия массового поражения. Ядерное оружие. Виды ядерных зарядов и ядерных взрывов. Поражающие факторы ядерного взрыва (ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение местности, электромагнитный импульс). Воздействие поражающих факторов ядерного взрыва на человека, объекты жизнедеятельности, окружающую среду. Особенности поведения людей в зонах радиоактивного заражения. Химическое оружие. Отравляющие вещества, их назначение и классификация. Отравляющие вещества нервно-паралитического, кожно-нарывного, психохимического, удушающего, общедовитого, раздражающего действия. Пути воздействия отравляющих веществ на организм человека, способы их обнаружения, защиты и оказание первой помощи пострадавшим. Поведение людей в зонах химического заражения. Бактериологическое (биологическое) оружие. Средства защиты от бактериологического оружия и меры по предупреждению инфекционных заболеваний. Правила поведения населения в очагах бактериологического заражения. Зажигательное оружие, основные поражающие факторы и защита от него. Современные средства поражения. Основные способы защиты населения. Приборы радиационной, химической разведки и контроля радиоактивного облучения. Специальная обработка. Назначение и сущность специальной обработки. Частичная и полная специальная обработка. Дезактивация, дегазация, дезинфекция. Санитарная обработка людей. Меры безопасности. Первая помощь в условиях применения оружия массового поражения. Основы организации аварийно-спасательных работ при ликвидации последствий чрезвычайных обстоятельств. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы. Цели аварийно-спасательных работ. Содержание аварийно-спасательных работ.

Тема 6. Основы социальной, медицинской и пожарной безопасности.

Понятие социальной безопасности. Классификация ЧС социального характера. Преступления, направленные против личности (шантаж, мошенничество, бандитизм, разбой, заложничество и другие). Виды психического воздействия на человека и защита от них. Физическое насилие и защита против него. Насилие над детьми. Сексуальное насилие и защита от него. Психическое состояние человека, его безопасность. Основные нормативные документы, регламентирующие требования пожарной безопасности. Организационные противопожарные мероприятия по обеспечению пожарной безопасности в зданиях и помещениях с массовым пребыванием людей. Меры пожарной безопасности в зданиях и помещениях с массовым пребыванием людей. Автоматические средства обнаружения, извещения и тушения пожаров. Первичные средства тушения пожаров, действия при возникновении пожара. Вызов пожарной команды. Порядок эвакуации людей и имущества, правила эвакуации. Оказание доврачебной помощи пострадавшим.

Раздел III. Основы безопасности жизнедеятельности в городских условиях

Тема 7. Основы безопасности жизнедеятельности в городских условиях.

Общая классификация опасностей. Виды социальных опасностей проживания человека в городских условиях. Источники опасностей. Естественные опасности (при изменении биосферы и стихийных природных явлениях). Техногенные опасности. Загрязнение атмосферы. Загрязнение гидросферы. Загрязнение земель. Энергетические загрязнения техносферы. Антропогенные опасности. Сферы, в которых могут происходить ошибки по вине человека. Виды ошибок, допускаемых человеком на различных стадиях создания и использования технических систем. Факторы риска жилых помещений. Влияние параметров микроклимата на самочувствие человека. Зоны с высокой совокупностью опасностей в техносфере. Индустриально развитые регионы, промышленные зоны крупных городов. Производственная среда объектов экономики. Зоны чрезвычайных ситуаций. Правила безопасного поведения в городском общественном транспорте (в метро, автобусах, троллейбусах, трамваях, в такси и др). Правила безопасного поведения в доме (в квартире). Правила безопасного поведения при посещении массовых мероприятий.

Тема 8. Обучение навыкам оказания первой помощи, наблюдение за состоянием здоровья окружающих лиц

Структура и объем первой помощи. Передача вызова скорой медицинской помощи. Правила оказания первой медицинской помощи. Первая помощь при травматическом шоке. Первая помощь при кровотечениях, способы остановки кровотечений. Первая помощь при ранах. Классификация, порядок действия при ранах. Первая помощь при переломах костей, порядок действий. Первая помощь при ожогах и обморожениях. Первая помощь при терминальных состояниях. Правила проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Первая помощь при утоплении. Первая помощь при электротравмах. Правила наложения повязки. Способы транспортировки пострадавших.

Тема 9. Основы личной безопасности от преступлений террористического характера.

Основные угрозы террористического характера. Терроризм и его виды. Основные меры и мероприятия по противодействию террористической деятельности. Способы действий террористов. Преступления террористического характера, связанные с применением взрывных устройств. Характерные признаки взрывчатых устройств. Меры личной безопасности при обнаружении взрывных устройств. Преступления террористического характера, связанные с захватом заложников. Правила личного поведения при захвате заложников, при угрозе захвата в заложники, при захвате в заложники родных, близких, знакомых. Правила поведения при террористическом акте в местах массового скопления людей. Нападение на особо опасные объекты (АЭС, объекты с ядерными реакторами и т.д.). Меры антитеррористического характера на предприятиях. Техническое обеспечение антитеррористических мер.

**Содержание лабораторных работ по дисциплине**

## Раздел I. Теоретические основы и управление безопасностью жизнедеятельности

### Тема 1. Теоретические основы учения о безопасности жизнедеятельности человека.

#### Лабораторная работа 1. Классификация опасных и вредных факторов. Их идентификация.

Цель – научить идентифицировать опасные и вредные производственные факторы, оценить риски их воздействия на организм занятого трудом человека, выработать адекватные этим рискам меры защиты и внедрить их в практику, тем самым предотвращая травмы и заболевания, связанные с трудовой деятельностью.

Студент изучает ГОСТ 12.0.003-2015 Система стандартов по безопасности труда. Опасные и вредные производственные факторы. Классификация. Выбор варианта исследуемой ситуации с последующим анализом осуществляется по заданию преподавателя. Следует проанализировать угрозы и перечислить конкретные опасные и/или вредные факторы (физические, химические, биологические, психо-физиологические), действующие на человека в предлагаемой жизненной ситуации, появление которых потенциально возможно.

Тема 2. Управление безопасностью жизнедеятельности. Соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

#### Лабораторная работа 2. Составление должностной инструкции с учетом требований охраны труда.

Студенту необходимо составить должностную инструкцию для сотрудника компании с обязательным пунктом по оказанию первой помощи с использованием метода СЛР (сердечно-легочной реанимации).

Тема 3. Основы физиологии труда и комфортные условия жизни. Пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда.

#### Лабораторная работа 3. Оценка шумового фона в селитебной зоне городов.

Студенту следует рассчитать шумовой режим на объекте, расположенном на втором этаже при условии, что основным источником шума являются транспортные потоки или производственное оборудование. Исходные данные для расчета представлены в таблице и выдаются преподавателем индивидуально для каждого студента.

## Раздел II. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях (ЧС)

### Тема 4. ЧС природного и техногенного характера и защита от них.

#### Лабораторная работа 4. Пожарная безопасность.

Имея на руках памятки по действиям в условиях пожарной опасности, студент на их основе разрабатывает тест, состоящий из 20 вопросов с 5 вариантами ответов, один из которых верный.

Тема 5. Чрезвычайные ситуации военного времени и основы защиты населения и территорий.

#### Лабораторная работа 5. Вопросы гражданской обороны.

Получив от преподавателя памятки по вопросам гражданской обороны студент или группа студентов готовит(ят) презентации для учебной группы.

### Тема 6. Основы социальной, медицинской и пожарной безопасности.

#### Лабораторная работа 6. Профилактика и запрещение курения, употребления алкогольных напитков, наркотических и психотропных веществ

Просмотр фильмов: «Секреты манипуляции. Табак», «Секреты манипуляции. Наркотики», «Секреты манипуляции. Алкоголь» с последующим обсуждением увиденного материала.

## Раздел III. Основы безопасности жизнедеятельности в городских условиях

### Тема 7. Основы безопасности жизнедеятельности в городских условиях.

#### Лабораторная работа 7. Порядок расследования несчастных производственных случаев.

Студенту предлагается рассмотреть девять ситуаций на производстве и по каждой сделать вывод: это был бытовой или производственный несчастный случай. Если данный несчастный случай был производственным, то следует указать ссылку на законодательный акт с указанием номера закона, номера статьи и если есть, то и номера пункта статьи закона.



Тема 8. Обучение навыкам оказания первой помощи, наблюдение за состоянием здоровья окружающих лиц

Лабораторная работа 8. Оказания первой помощи пострадавшим при травматических повреждениях и неотложных состояниях.

Студенту после изучения выданного материала необходимо составить перечень вопросов с пятью вариантами возможных ответов, один из которых – верный. Правильный ответ следует подчеркнуть. Общее количество составленных вопросов по данному практическому занятию не должно быть меньше 20.

Тема 9. Основы личной безопасности от преступлений террористического характера.

Лабораторная работа 9. Действия населения при угрозе террористического акта.

На основе полученной Памятки по действиям населения при угрозе террористического акта, группы студентов по три человека в режиме деловой игры моделируют различные ситуации и подбирают выходы из нее.

## **5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **5.1. Текущий контроль успеваемости**

Тестовые вопросы для 1 рейтинг-контроля (образец)

1. Область научных знаний, охватывающая теорию и практику защиты человека от опасностей и чрезвычайных ситуаций, называется ...

- а) охраной труда;
- б) рискологией;
- в) безопасность жизнедеятельности;
- г) охрана окружающей среды.

2. Интегральным показателем безопасности жизнедеятельности является

- а) продолжительность жизни человека;
- б) уровень жизни человека;
- в) здоровье людей;
- г) смертность людей.

3. В дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» важнейшими понятиями являются:

- а) среда обитания;
- б) риск;
- в) деятельность;
- г) опасность и безопасность.

4. По данным Всемирной Организации Здравоохранения средняя продолжительность жизни женщин в России составляет ...

- а) 92 г;
- б) 77 г;
- в) 64 г;
- г) 82 г.

5. Основополагающим методологическим принципом теории Безопасности жизнедеятельности является принцип ...

- а) системности;
- б) индукции и дедукции;
- в) синтеза;
- г) анализа результата.

6. В дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» важнейшими понятиями являются....

- а) экология, опасность, безопасность;
- б) среда обитания, риск, деятельность, опасность, безопасность;
- в) безопасные средства и методы защиты;
- г) опасные и вредные факторы и правила выживания.

7. Физические, химические, биологические и социальные опасности называются \_\_\_\_\_ опасностей

- а) субъектами;
- б) объектами;
- в) видами;
- г) источниками

8. Факторы, приводящие в определенных условиях к травматическим повреждениям или резким нарушениям здоровья человека, называется ...

- а) интенсивными;
- б) вредными;
- в) опасными;
- г) рискованными.

9. Потенциальной опасностью называется возможность воздействия на человека \_\_\_\_\_ факторов.

- а) неблагоприятных или несовместимых с жизнью;
- б) производственных;
- в) личностных;
- г) социальных.

10. Главным способом достижения безопасности является:

- а) устранение опасностей в системе «человек — среда обитания»;
- б) устранение потенциальных опасностей в системе «человек — среда обитания»;
- в) повышение информированности населения.

#### Тестовые вопросы для 2 рейтинг-контроля (образец)

1. Основные законодательные акты, обеспечивающие безопасные и безвредные условия труда, представлены

- а) Гражданским кодексом РФ
- б) Трудовым кодексом РФ
- в) Федеральным законом «Об основах охраны труда в Российской Федерации»
- г) Кодексом законов о труде

2. Выберите из предложенного ряда частотный диапазон, воспринимаемый ухом человека:

- а) ниже 16 Гц
- б) от 16 Гц до 20 кГц
- в) выше 20 кГц
- г) от 16 мГц до 20 мГц

3. Основными мероприятиями при клинической смерти являются

- а) Остановка кровотечения, наложение повязки на рану;
- б) Искусственная вентиляция легких, непрямой массаж сердца;
- в) Восстановление работы сердца и обезболивание;
- г) Иммобилизация и обезболивание.

4. Главной задачей науки о безопасности жизнедеятельности является

а) Формирование систем контроля опасностей и управлением состоянием безопасности техносферы;

б) Анализ источников и причин возникновения опасностей, прогнозирование и оценка их воздействия во времени и пространстве;

- в) Организация обучения населения основам безопасности;
- г) Подготовка специалистов по безопасности жизнедеятельности.
5. Какая шумовая нагрузка согласно нормативным документам является предельной допустимой для организма человека?
- а) 50 дБ
- б) 80 дБ
- в) 20 дБ
- г) 30-40 дБ
6. В соответствие с гигиенической классификацией труда условия труда могут быть вредными, если
- а) Обеспечивается наибольшая производительность труда при наименьшей напряженности организма. Факторы среды и труда не превышают безопасных гигиенических норм.
- б) Происходит ухудшение здоровья или оказывается негативное влияние на потомство. Гигиенические нормы превышают допустимые значения.
- в) Изменение функционального состояния организма восстанавливается к началу следующей смены. Гигиенические нормативы не превышают допустимых значений.
- г) Существует реальная угроза жизни человека и риск возникновения тяжелых заболеваний
7. Как называются малые механические колебания, возникающие в упругих телах или телах, находящихся под воздействием переменного физического поля?
- а) шум
- б) вибрация
- в) электрические колебания
- г) электромагнитные колебания
8. Световые инфракрасные лучи присутствуют в солнечном свете и образуются при
- а) искусственном освещении;
- б) плавке металла, наличии открытого пламени;
- в) сварке, электроплавке металла;
- г) работе холодильного оборудования
9. Характеристика света, называемая освещенностью, измеряется в
- а) Люменах (лм)
- б) Люксах (лк)
- в) Канделах (кд)
- г) Канделах на метр квадратный (кд/м<sup>2</sup>)
10. Опасным считается такое состояние среды и человека, при котором воздействующие факторы...
- а) Могут нанести травму или привести к летальному исходу за короткий период времени воздействия, вызвать разрушения в природной среде
- б) Оказывают негативное влияние на здоровье человека, вызывая при длительном воздействии заболевания, и/или приводят к деградации природной среды
- в) не оказывают негативное влияние на здоровье человека, но могут привести к дискомфорту, снижая эффективность деятельности человека
- г) Создают оптимальные условия деятельности труда и отдыха, проявления наивысшей работоспособности, гарантирующей сохранение здоровья человека и целостности среды обитания

Тестовые вопросы для 3 рейтинг-контроля (образец)

1. Какой предупредительный сигнал подается при возникновении ЧС?

- а) «Воздушная тревога!»
- б) «Радиационная опасность!»
- в) «Внимание всем!»

г) «Химическая опасность!»

2. Как называется обстановка, сложившаяся на определенной территории в результате аварии, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которая может повлечь или повлекла за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушения условий жизнедеятельности людей?

- а) экологическая катастрофа
- б) производственная авария
- в) чрезвычайная ситуация
- г) производственная катастрофа

3. Перечислите признаки, положенные в основу классификации ЧС.

а) количество пострадавших, сфера возникновения, последствия для окружающей среды

б) сфера возникновения, последствия для окружающей среды, размер материального ущерба

в) масштаб возможных последствий, ведомственная принадлежность, сфера возникновения

г) размер материального ущерба, последствия для окружающей среды, масштаб возможных последствий

4. Какие виды ЧС выделяют по сфере возникновения?

- а) экологические, техногенные, природные;
- б) изменение состояния атмосферы, социальные, антропогенные;
- в) природные, экологические, техногенные, социальные;
- г) изменение состояния биосферы, техногенные, экологические

5. Штаб ГО сообщил о повышении уровня воды в реке, ожидается затопление в вашем районе. Ваши действия?

а) необходимо укрыться в подвале.

б) плотно закрыть окна, двери, вентиляционные люки, загерметизировать помещение и ждать.

в) перенести необходимые вещи на чердак, подготовить крайне необходимую одежду и обувь, собрать продукты питания. Перед уходом отключить электричество, газ.

6. Паводок застал вас в лесу, поле. Ваши действия?

а) находясь в воде ждать помощи.

б) если есть возможность выйти на возвышенное место или забраться на дерево, можно использовать все предметы, способные держать человека на воде.

в) постараться перейти в брод.

7. Гидрометеослужба передала штормовое предупреждение, до начала урагана осталось несколько часов. Ваши действия?

а) не волноваться и покинуть укрытие.

б) закрыть двери, чердачные помещения, слуховые окна, вентиляционные отверстия, большие окна обшить досками, стекла заклеить полосками бумаги, сделать запас воды и пищи, приготовить электрический фонарик и аптечку.

в) как можно быстрее загерметизировать помещение.

8. Ураган застал вас на открытой местности. Ваши действия?

а) постараться идти под ветер.

б) укрыться в канаве, яме, овраге – лечь на дно и плотно прижаться к земле.

в) остановиться и постараться не двигаться.

9. Назовите самое безопасное место при ураганах.

а) верхние этажи зданий и чердачные помещения.

б) убежища ГО, подвалы и внутренние помещения первых этажей кирпичных зданий.

в) середина комнаты.

10. Вы находитесь дома. Забило мелкой дрожью оконные стекла, они потрескались и выпали, заходила ходуном мебель, светильники начали раскачиваться. Ваши действия?

- а) выбежать на лестничную площадку.
- б) встать у капитальной стены или дверном проеме.
- в) встать посередине комнаты.

## **5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины**

### **Контрольные вопросы к зачету**

1. Аварийно химически опасные вещества. Основные поражающие факторы и способы защиты.
  2. Структура и объем первой помощи.
  3. Правила оказания первой медицинской помощи.
  4. Первая помощь при травматическом шоке.
  5. Первая помощь при кровотечениях, способы остановки кровотечений.
  6. Первая помощь при ранах.
  7. Классификация ран, порядок действий при ранах.
  8. Первая помощь при переломах костей, порядок действий.
  9. Первая помощь при ожогах и обморожениях.
  10. Первая помощь при шоковом и обморочном состоянии.
  11. Основные способы проведения искусственного дыхания.
  12. Правила проведения непрямого массажа сердца.
  13. Первая помощь при утоплении.
  14. Первая помощь при электротравме.
  15. Правила наложения повязок.
  16. Способы транспортировки пострадавших.
  17. Антропогенные опасности и защита от них.
  18. Биологическое оружие. Основные поражающие факторы и способы защиты.
  19. Виды ответственных должностных лиц.
  20. Виды правил и инструкций по охране труда. Системы стандартизации по безопасности жизнедеятельности.
  21. Виды социальных опасностей проживания человека в городских условиях.
  22. Влияние параметров микроклимата на самочувствие человека.
  23. Воздействие естественных опасностей на человека.
  24. Вредные и опасные факторы бытовой среды.
  25. Документы, регулирующие правовые вопросы по безопасности жизнедеятельности.
- Нормативные акты по охране труда.
26. Задачи и структура единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в России.
  27. Зажигательное оружие. Поражающее действие и защита от него.
  28. Защитные сооружения гражданской обороны и их классификация.
  29. Ионизирующее излучение. Понятие и источники ионизирующего излучения.
  30. Категории помещений и зданий по пожарной и взрывной опасности.
  31. Классификация вредных веществ в зависимости от их воздействия на человека.
  32. Классификация несчастных случаев.
  33. Классификация основных форм трудовой деятельности.
  34. Классификация условий труда.
  35. Классификация условий трудовой деятельности.
  36. Меры личной безопасности при обнаружении взрывоопасных предметов и взрывных устройств.
  37. Новые виды оружия массового поражения.
  38. Общественный контроль по безопасности труда. Внутриведомственный контроль.

39. Организация и порядок проведения эвакуации.
40. Основные источники опасностей в техносфере, действующие на человека.
41. Основные правила безопасного поведения в метро.
42. Основные правила безопасного поведения в наземном городском транспорте.
43. Основные правила поведения заложника.
44. Основные правила поведения при дорожно-транспортных происшествиях.
45. Основные правила поведения при лесных пожарах.
46. Основные правила поведения при эвакуации.
47. Основные причины техногенных аварий.
48. Основные этапы деятельности по созданию жизненного пространства, отвечающего требованиям безопасности жизнедеятельности.
49. Основы государственного регулирования деятельности в области гражданской обороны.
50. Основы государственного регулирования деятельности в области предупреждения чрезвычайных ситуаций.
51. Основы организации аварийно-спасательных работ при ликвидации последствий чрезвычайных обстоятельств.
52. Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях.
53. Понятие и виды опасностей. Потенциальная, реальная и реализованная опасность.
54. Понятие и задачи гражданской обороны. Федеральный закон от 12 февраля 1998 г. № 28-ФЗ «О гражданской обороне» – общая характеристика.
55. Понятие и классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.
56. Понятие и классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Способы контроля за существующими опасностями техносферы.
57. Понятие оружия массового поражения. Современные средства поражения.
58. Понятие предельно допустимой концентрации вредных веществ в воздухе населенных мест.
59. Понятие химически опасного объекта.
60. Понятия биосферы, техносферы и среды обитания.
61. Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2003 г. № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» – общая характеристика.
62. Правила поведения при захвате в заложники знакомых, близких и родственников.
63. Предназначение и характеристика индивидуальных средств защиты кожи.
64. Предназначение и характеристика индивидуальных средств защиты органов дыхания.
65. Приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля.
66. Первичные средства пожаротушения и порядок их применения.
67. Применение общеизвестных и особых мер защиты людей от существующих в техносферных зонах опасностей.
68. Производственный травматизм. Определение терминов «несчастный случай» и «профессиональное заболевание».
69. Пути реализации права человека на безопасную жизнь.
70. Совокупное действие вредных факторов при работе на компьютере.
71. Способы защиты от чрезвычайных ситуаций.
72. Средства защиты от поражающих факторов оружия массового поражения и чрезвычайных ситуаций мирного времени.
73. Структура и задачи объектовых формирований гражданской обороны.
74. Терроризм и способы его проявления в современном мире.
75. Характеристика взаимодействия негативных факторов на человека в городских условиях.

76. Характеристика труда учащихся и студентов.
77. Цель, предмет и область исследования науки о безопасности жизнедеятельности.
78. Чрезвычайные ситуации биологического характера.
79. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера.
80. Ядерное оружие. Основные поражающие факторы и способы защиты. Химическое оружие. Основные поражающие факторы и способы защиты.

### **5.3. Самостоятельная работа обучающегося.**

Темы для самостоятельной работы студентов

1. Обеспечение безопасности жизнедеятельности при управлении предприятием.
2. Уровни и источники загрязнения атмосферного воздуха.
3. Экологические последствия чрезвычайных ситуаций
4. Воздействие на человека опасных и вредных факторов
5. Расследование и учет несчастных случаев на производстве.
6. Охрана здоровья работников от воздействия неблагоприятных производственных факторов.
7. Производственный травматизм.
8. Системы и средства защиты от воздействия вредных и опасных факторов.
9. Пожаробезопасность технологического процесса.
10. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций.
11. Устойчивость функционирования технических систем в чрезвычайных ситуациях.
12. Организация пожарной безопасности на предприятии.
13. Принципы, методы и средства обеспечения безопасной деятельности.
14. Тяжесть и напряженность труда.
15. Поведение человека в аварийных ситуациях.
16. Производственный микроклимат и его влияние на организм человека.
17. Влияние химических веществ на организм человека.
18. Влияние электромагнитных излучений на организм человека.
19. Влияние лазерного излучения на организм человека.
20. Влияние инфракрасного излучения на организм человека.
21. Гигиеническое нормирование искусственного и естественного освещения.
22. Влияние на организм человека ультрафиолетового излучения.
23. Влияние на организм человека ионизирующего излучения.
24. Влияние звуковых волн на организм человека.
25. Влияние вибрации на организм человека.
26. Электроопасность на производстве.
27. Технические методы и средства защиты человека.
28. Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях.
29. Функции управления охраной труда.
30. Классификация несчастных случаев.
31. Виды причин несчастного случая.
32. Режимы функционирования РСЧС.
33. Органы управления гражданской обороной.
34. Оптимальные и допустимые условия труда.
35. Элементы рационального режима труда и отдыха.
36. Терморегуляция организма человека.
37. Гигиенические, антропометрические, физиологические и психологические показатели качества производственной среды
38. Понятие воздухообмена.
39. Геологические чрезвычайные ситуации.
40. Биологические чрезвычайные ситуации.
41. Космические чрезвычайные ситуации.

42. Природные пожары.
43. Аварии на химических объектах.
44. Аварии на транспорте.
45. Аварии на гидродинамических объектах.
46. Аварии на коммунально-энергетических сетях.
47. Особенности поведения людей в зонах радиоактивного заражения.
48. Поведение людей в зонах химического заражения.
49. Современные средства поражения.
50. Санитарная обработка людей.
51. Содержание аварийно-спасательных работ.
52. Первая помощь при терминальных состояниях.
53. Правила наложения повязки.
54. Способы транспортировки пострадавших.
55. Автоматические средства обнаружения, извещения и тушения пожаров.

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **6.1. Книгообеспеченность**

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
Основная литература*		
1. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для вузов/ Е.А.Резчиков, А.В.Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп.— Москва: Издательство Юрайт,— 639 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12794-2	2021	<a href="https://urait.ru/bcode/468920">https://urait.ru/bcode/468920</a>
2. Сергеев, В. С. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Сергеев В. С. - Москва : ВЛАДОС, - 480 с. - ISBN 978-5-906992-88-8. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента"	2018	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906992888.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906992888.html</a>
3. Белов, С.В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. учебник для вузов/ С.В. Белов.— 5-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт,— 350 с.— (Высшее образование).— ISBN 978-5-534-03237-6	2020	<a href="https://urait.ru/bcode/453159">https://urait.ru/bcode/453159</a>
Дополнительная литература		
1. Безопасность жизнедеятельности : учебник : [16+] / под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – 2-е изд. – Москва : Дашков и К°, – 453 с. : ил. – (Учебные издания для бакалавров). – ISBN 978-5-394-03216-5	2019	<a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=573161">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=573161</a>
2. Безопасность жизнедеятельности : учебник / А.А.Солдатов, Н.П.Кириллов, М.Ю.Мартынова и др. ; Российский государственный социальный университет. – Москва: Российский государственный социальный университет, – 556 с. : схем., табл., ил. – ISBN 978-5-7139-1383-0	2019	<a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=574155">https://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=574155</a>



## **6.2. Периодические издания**

Научно-практический и учебно-методический журнал «Безопасность жизнедеятельности» (<http://www.novtex.ru/bjd/>)

## **6.3. Интернет-ресурсы**

1. В ВлГУ используется электронно-библиотечные системы с предоставлением каждому обучающемуся вуза индивидуального неограниченного доступа к ЭБС (ЭБС «ZNANIUM.COM», ЭБС «IPRbooks», ЭБС «Лань», ЭБС «Академия», ЭБС «БиблиоРоссика», ЭБС «Университетская библиотека онлайн», ЭБС «Консультант студента», Виртуальный читальный зал диссертаций РГБ), содержащим издания по основным изучаемым дисциплинам и сформированным по согласованию с правообладателями учебной и учебно-методической литературы. Электронная библиотечная система ВлГУ. – URL: <http://library.vlsu.ru/>


2. Библиографическая и реферативная база данных научных публикаций Scopus. – URL: <http://www.scopus.com/>

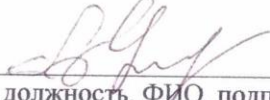
3. База данных международных индексов научного цитирования Web of Science. – URL: [webofscience.com](http://webofscience.com)

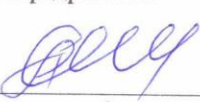
## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

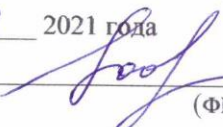
Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, оснащенные специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории; лаборатории, оснащенные лабораторным оборудованием; университетская библиотека (с техническими возможностями перевода основных библиотечных фондов в электронную форму и необходимыми условиями их хранения и пользования); компьютерные классы, в том числе оснащенные специальным программным обеспечением; учебно-методические кабинеты.

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения: пакет MS-Office (Exel), Microsoft Windows, AcrobatReader, Matlab, СПС «Консультант Плюс» (инсталлированный ресурс ВлГУ).

Рабочую программу составил к.т.н., доцент  В.М.Баландин  
(ФИО, должность, подпись)

Рецензент (представитель работодателя)  
Директор ООО «Промдорстрой»  А.В. Уткин  
(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры АТБ  
Протокол № 17 от 29.06 2021 года   
Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Ш.А. Амирсейидов  
(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена  
на заседании учебно-методической комиссии направления 27.03.02 Управление качеством  
Протокол № 1 от 30.08 2021 года  
Председатель комиссии  зав. каф УКТР Ю.А. Орлов  
(ФИО, должность, подпись)

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

Рабочая программа одобрена на 2022/2023 учебный год  
Протокол заседания кафедры № 11 от 30.08.2022 года  
Заведующий кафедрой УКТР [подпись]

Ю.А. Орлов

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год  
Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года  
Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год  
Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года  
Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_