

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Смоленский государственный университет»

Кафедра физики и технических дисциплин

«Утверждаю»  
Проректор по учебно-  
методической работе  
\_\_\_\_\_Ю.А. Устименко  
«23» июня 2022 г.

**Рабочая программа дисциплины  
Б1.О.07 Безопасность жизнедеятельности**

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль): История

Форма обучения – заочная  
Курс – 1  
Семестр – 1  
Всего зачетных единиц – 2, часов – 72

Форма отчетности: зачет – 1 семестр

Программу разработали:  
кандидат педагогических наук Е.В. Кислякова,  
кандидат педагогических наук, доцент А.В. Дюндин,  
кандидат технических наук О.А. Макеенкова

Одобрена на заседании кафедры  
«16» июня 2022 г., протокол № 12

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ А.В. Дюндин

Смоленск  
2022

## 1. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» включена в обязательную часть всех основных образовательных программ высшего образования – программ бакалавриата и программ специалитета. Изучение дисциплины для студентов всех форм обучения организовано в дистанционном формате.

Изучение дисциплины основывается на знаниях, умениях и навыках, полученных студентами при освоении основ безопасности жизнедеятельности на уровне среднего общего и/ или среднего профессионального образования.

Компетенция, сформированная в результате изучения данной дисциплины, необходима для успешного прохождения производственной практики, а также дальнейшей жизнедеятельности и профессиональной деятельности.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Компетенция	Индикаторы достижения
<b>УК-8.</b> 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	<b>Знать:</b> причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от возникновения чрезвычайных ситуаций; основные понятия дисциплины; основные направления и методы по защите граждан в условиях чрезвычайных ситуаций (от опасностей природного, техногенного и социального характера); способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций, способы использования приемов первой помощи; государственную систему защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. <b>Уметь:</b> самостоятельно использовать теоретические источники для пополнения знаний о способах поддержания безопасных условий жизнедеятельности; выявлять признаки, причины и условия возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; прогнозировать возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций; применять полученные знания и умения в целях обеспечения безопасности жизнедеятельности. <b>Владеть:</b> способами создания и приемами для поддержания безопасных условий жизнедеятельности; аналитическими умениями в области выявления и оценки различных видов опасностей в чрезвычайных ситуациях; методикой и навыками оценки допустимого риска в чрезвычайных ситуациях.

## 3. Содержание дисциплины

### Опасности современного мира

**Опасности и их влияние на человека и природу.** Понятия: ноксология; техносфера; среда обитания; опасность; источник опасности; защита от опасностей; культура безопасности. Поле опасностей современного человека. Классификации опасностей. Паспорт опасности. Методы количественной оценки опасностей. Риск. Индивидуальные, коллективные и социальные риски. Концепция приемлемого риска. Показатели реализованных опасностей.

**Антропогенные опасности и способы защиты от них.** Основные антропогенные опасности, примеры и краткая характеристика. Вредные вещества. Классификация вредных химических веществ. Токсикологическая классификация ядов. Показатели токсичности и показатели возможности отравления. Способы проникновения и влияние

вредных веществ на организм человека. Способы защиты от воздействия вредных веществ. Первая помощь при отравлении химическими веществами. Вибрации, акустический шум, ультразвук, инфразвук и их влияние на здоровье человека. Нормирование акустических воздействий на человека. Методы и средства защиты от шума, ультразвука и инфразвука. Электромагнитные поля и излучения. Источники естественных и искусственных электромагнитных полей. Влияние электромагнитных полей и излучений на здоровье человека. Нормирование электромагнитных полей и излучений. Средства и методы защиты от электромагнитных полей и излучений. Ионизирующие излучения. Естественные и искусственные источники ионизирующих излучений. Виды радиоактивных излучений и их влияние на живые организмы. Нормы радиационной безопасности. Мера ионизирующего воздействия, лучевая болезнь. Радиационная авария, действия при ее возникновении. Средства и методы защиты от ионизирующих излучений. Первая помощь при радиоактивном поражении. Электрические приборы, их опасность для жизни и здоровья человека. Технические средства и способы обеспечения электробезопасности при работе с электрическими приборами. Первая помощь при поражении электрическим током.

**Экологическая безопасность.** Понятие «экологическая безопасность» и его значимость для человеческой цивилизации. Факторы экологической опасности. Загрязнение окружающей среды и его последствия. Причины экологических проблем человечества. Признаки и примеры глобальных экологических проблем. Антропогенные воздействия на окружающую среду и их последствия: «парниковый эффект», истощение озонового слоя, загрязнение атмосферы, вырубка лесов, проблема утилизации отходов. Понятие «экологический мониторинг», его значимость. Виды экологического мониторинга. Организации, осуществляющие экологический мониторинг. Информация, получаемая по результатам экологического мониторинга, ее анализ и использование для решения экологических проблем и улучшения экологической ситуации.

**Информационная безопасность.** Понятия: «информация», «информационная угроза», «информационная опасность», «информационная защита», «информационная безопасность». Основные информационные угрозы и опасности государства и отдельного человека, их источники. Основные угрозы информационной безопасности РФ. Деятельность государства по предотвращению и нейтрализации внешних и внутренних информационных угроз. Информационные войны – цели, методы. Информационное оружие. Информационный терроризм. Способы борьбы с информационными войнами и информационным терроризмом. Личная информационная безопасность, ее составляющие, приемы и методы обеспечения. Информационные перегрузки и способы борьбы с ними. Информационная зависимость, виды информационной зависимости. Негативное влияние информационной зависимости на здоровье человека и способы его преодоления.

**Мониторинг и контроль опасностей.** Мониторинг источников опасностей. Мониторинг наиболее значимых промышленных опасностей. Определение категории опасности предприятий. Аэрокосмический мониторинг. Мониторинг здоровья населения – значимость, цели, методы. Диспансеризация населения, обязательные медицинские профилактические осмотры. Хронические заболевания. Показатели смертности. Безопасность в сфере трудовой деятельности. Умственный и физический труд. Тяжесть и напряженность труда. Опасности, вредные и травмирующие факторы трудовой деятельности. Принципы обеспечения безопасности труда. Экстремальные события на производстве.

#### **Чрезвычайные ситуации (ЧС) и защита от них**

**ЧС природного характера.** ЧС геофизического, геологического и гидрологического характера. Землетрясения. Причины возникновения землетрясений. Шкала Рихтера. Регионы РФ, наиболее подверженные землетрясениям. Действия населения при угрозе возникновения, во время и после землетрясений. Снежные лавины, оползни, обвалы, сели – причины возникновения, регионы РФ, наиболее им

подверженные, действия населения во время данных опасных явлений. Наводнения. Виды наводнений, причины их возникновения. Действия населения при угрозе наводнения и при внезапном наводнении. Природные пожары. Виды природных пожаров. Причины возникновения пожаров. Способы борьбы с пожарами, действия человека по профилактике и при возникновении пожаров. ЧС метеорологического характера. Опасные метеорологические явления: сильные ветры, экстремальные осадки и температуры воздуха. Метеорологические причины возникновения опасностей, характерные признаки, действия населения по защите от опасности. Массовые инфекционные заболевания человека и животных. Понятие инфекционного заболевания, виды инфекционных болезней, причины возникновения. Понятия: эпидемия, пандемия, карантин, обсервация. Противоэпидемические и санитарно-гигиенические мероприятия по защите населения и животных от массовых инфекций.

**ЧС социального характера.** Терроризм, террористическая деятельность, экстремизм. Типология современного терроризма. Методы борьбы и противодействия терроризму и экстремизму на международном и национальном уровнях. Правила поведения граждан при угрозе и совершении террористического акта. Военные конфликты. Понятия «вооруженный конфликт», «война». Виды и примеры военных конфликтов. Действия населения при возникновении вооруженных конфликтов, локальных войн, введении военного положения. Массовые беспорядки. Потенциальные опасности, возникающие во время массовых беспорядков. Современные средства борьбы с массовыми беспорядками. Правила действия лица, ставшего случайным участником массовых беспорядков. Криминальные опасности. Преступления, степень общественной опасности преступлений. Поведение при обострении криминальных опасностей и угроз.

**ЧС техногенного характера.** Транспортные аварии и катастрофы. Виды транспортных ЧС: аварии на городском транспорте, аварии и катастрофы на железнодорожном транспорте, авиационном транспорте. Примеры транспортных ЧС, причины возникновения, действия пассажиров при возникновении. Пожары и взрывы. Понятия «пожар», «горение», «взрыв». Причины возникновения пожаров. Классификация пожаров. Поражающие факторы пожара. Действия во время пожара. Виды взрывов, действия во время взрыва. Внезапное обрушение зданий и сооружений, причины. Действия при внезапном обрушении здания, правила поведения в завале.

**Государственная и международная система защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций**

**Нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности.** Структура нормативно-правовой базы в сфере регулирования безопасности жизнедеятельности на территории РФ: Положения и статьи Конституции, касающиеся вопросов безопасности; Стратегия национальной безопасности РФ; Федеральные законы «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О противодействии терроризму», «Об обороне» и пр. Система органов власти, государственных, общественных и иных организаций и объединений, принимающих участие в обеспечении безопасности. Деятельность Совета Безопасности РФ, Национального антитеррористического комитета, органов безопасности: специальных служб, правоохранительных органов, силовых министерств. Международная безопасность. Участие России в работе международных организаций и комиссии по вопросам безопасности. Совет Безопасности Организации Объединенных Наций. Организация Договора о коллективной безопасности СНГ.

**Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).** Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Краткая история создания. Нормативные основы функционирования РСЧС. Задачи РСЧС. Функциональные, территориальные и ведомственные подсистемы РСЧС. Деятельность органов РСЧС на федеральном, региональном, муниципальном и объектовом уровнях. Координационные органы РСЧС.

Органы управления РСЧС. Силы и средства РСЧС: наблюдения и контроля, ликвидации чрезвычайных ситуаций. Привлечение к деятельности РСЧС сил и средств министерств и ведомств.

### **Здоровый образ жизни - основа безопасности личности**

**Психологическая безопасность личности.** Психологические основы безопасности личности. Структура безопасности личности. Психологические качества индивида в структуре безопасности личности. Роль социума в формировании здоровой личности. Самооценка и ресурсы личности. Понятия «стресс», «стрессовая ситуация», примеры стрессовых ситуаций. Факторы реагирования в стрессовой ситуации. Стрессовая реакция. Травматический стресс, его симптомы. Психологическая реакция на травму. Способы совладания со стрессом, техники самопомощи. Психологическая помощь в ЧС. Категории участников ЧС: очевидцы, жертвы и пострадавшие, специалисты. Реакция на ЧС: ступор, двигательное возбуждение и нервная дрожь, их характерные признаки, основы помощи при подобных состояниях. Психологическая помощь человеку, получившему травматический опыт, серьезную физическую травму до прибытия врачей.

**Основы здорового образа жизни.** Здоровье человека. Понятия «здоровье» и «болезнь». Физическое и психическое здоровье человека. Общая характеристика показателей состояния здоровья. Критерии здоровья индивидуума. Факторы, влияющие на здоровье. Образ жизни современного человека, его составляющие (уровень жизни, качество жизни, стиль жизни). Здоровый образ жизни и его составляющие: физическая активность, питание, отсутствие вредных привычек, правильные ценностные установки и мотивация поведения. Алкоголизм и его признаки. Наркомания, признаки и психологические особенности лиц с аддиктивным поведением. Факторы развития наркомании и алкоголизма. Профилактика наркомании и алкоголизма. Государственная система помощи нарко- и алкоголезависимым.

**Первая помощь.** Общие правила оказания первой помощи. Порядок действий при оказании первой помощи. Порядок вызова скорой медицинской помощи. Способы наложения повязок. Способы транспортировки пострадавших. Кровотечения. Виды кровотечений. Первая помощь при капиллярном венозном, артериальном внутреннем кровотечениях. Правила наложения жгута. Раны. Виды ран. Рекомендуемый порядок действий при ранах. Переломы костей. Классификация переломов. Рекомендуемый порядок действий при закрытых переломах, при открытых переломах. Ожоги. Степени ожогов. Рекомендуемый порядок действий при ожогах. Обморожения. Степени обморожения. Рекомендуемый порядок действий при обморожениях. Понятие терминального состояния. Виды терминальных состояний. Рекомендуемый порядок действий при терминальных состояниях. Правила проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Предупреждение рецидива. Утопление. Рекомендуемый порядок действий при утоплении.

## **4. Тематический план**

№ п/п	Разделы и темы	Всего часов	Формы занятий	
			консультации	самостоятельная работа
1.	Тема 0. Введение	1		1
2.	Тема 1. Опасности и их влияние на человека и природу	4		4
3.	Тема 2. Антропогенные опасности и способы защиты от них (часть 1)	4		4
4.	Тема 3. Антропогенные опасности и способы защиты от них (часть 2)	4		4
5.	Тема 4. Экологическая безопасность	5		5

6.	Тема 5. Информационная безопасность	5		5
7.	Тема 6. Мониторинг и контроль опасностей	5		5
8.	Тема 7. Чрезвычайные ситуации природного характера	5		5
9.	Тема 8. Чрезвычайные ситуации социального характера	5		5
10.	Тема 9. Чрезвычайные ситуации техногенного характера	5		5
11.	Тема 10. Нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности	5		5
12.	Тема 11. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	5		5
13.	Тема 12. Психологическая безопасность личности	5		5
14.	Тема 13. Основы здорового образа жизни	5		5
15.	Тема 14. Первая помощь	5		5
16.	Консультации	4	4	
17.	Подготовка к зачету			4
18.	Итого	72		68

## 5. Виды образовательной деятельности

### Самостоятельная работа

Все материалы онлайн-курса для самостоятельного изучения размещены в электронной информационно-образовательной системе СмолГУ: <https://cdo.smolgu.ru/course/view.php?id=11511>.

## 6. Критерии оценивания результатов освоения дисциплины (модуля)

### 6.1. Оценочные средства и критерии оценивания для текущей аттестации

Изучение каждой темы оканчивается тестом для текущего контроля.

#### Пример теста для текущего контроля по теме №1.

1. Укажите, что из перечисленного относится к городской среде обитания человека?
  - А) Система энергообеспечения
  - В) Бытовая техника
  - С) Здания и сооружения
  - Д) Естественные экосистемы

2. В соответствии с каким принципом ноэсологии рост знаний человека, совершенствование техники и технологии в будущем неизбежно приведут к повышению защищенности человека и природы от опасностей?

- А) Принцип антропоцентризма
- В) Принцип возможности создания качественной техносферы
- С) Принцип безопасного техносферного пространства
- Д) Принцип эволюции

3. Какая из указанных опасностей относится к третьему кругу поля опасностей человека?
- A) Ураган
  - B) Террористический акт
  - C) Массовые беспорядки на улице
  - D) Загрязнение окружающей среды
4. Какая из указанных опасностей не относится к техногенным?
- A) Авария на производстве
  - B) Загрязнение окружающей среды радиоактивными отходами
  - C) Эпидемия инфекционного заболевания
  - D) Автомобильная авария
5. Какая из указанных опасностей относится к импульсным опасностям?
- A) Инфразвук в производственном цеху
  - B) Шум в зоне аэропорта
  - C) Землетрясение
  - D) Низкий уровень освещенности в учебной аудитории
6. Как называют опасности, возникающие в результате воздействия человека на среду обитания?
- A) природные
  - B) естественные
  - C) антропогенные
  - D) техногенные
7. Как называется чрезвычайное происшествие в технической системе, сопровождающееся гибелью людей?
- A) Авария
  - B) Катастрофа
  - C) Стихийное бедствие
  - D) Опасная ситуация
8. На предприятии работают 200 электриков. За 5 лет 4 электрика получили поражение электрическим током, для 1 электрика поражение электрическим током привело к инвалидности. Чему равен индивидуальный риск для электрика получить инвалидность?
- A) 0,005
  - B) 0,02
  - C) 0,025
  - D) 0,5
9. Вблизи химического завода находится город с населением 10 000 человек, 2 000 из них работают на химическом заводе. В результате аварии на химическом заводе химическое отравление получили 200 жителей города, из них 50 – работники завода. Оцените коллективный риск для жителей города получить химическое отравление в результате аварии.
- A) 0,025
  - B) 0,02
  - C) 0,1
  - D) 0,005

10. В городе N с населением 10 000 человек за год 5 человек умерли от несчастного случая. К какой зоне риска относится риск умереть от несчастного случая в городе N?

- A) зона приемлемого риска
- B) зона индивидуального риска
- C) зона повышенного риска
- D) зона неприемлемого риска

#### **Критерии оценивания теста для текущего контроля**

Правильный ответ на вопрос теста оценивается в 0,5 балла.

**Для допуска к итоговому тесту необходимо набрать не менее 40 баллов по результатам прохождения тестов по темам курса.**

### **6.2. Оценочные средства и критерии оценивания для промежуточной аттестации**

Изучение курса заканчивается итоговым тестом.

#### **Пример итогового теста**

1. Что такое ноксология?

A) наука о материальных опасностях и потенциальных угрозах, которые может представлять окружающая среда для общества и человека

B) наука о влиянии человека на природу и окружающую среду

C) наука о правилах поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

D) наука о современных антропологических опасностях и способах защиты от них

2. Какая из перечисленных опасностей относится к первому кругу поля опасностей человека?

A) экстремальная жара

B) радиоактивное загрязнение территории

C) торфяной пожар

D) истощение озонового слоя

3. В районе N эксплуатируются 25 угольных шахт, на которых работают 5000 рабочих. За год на шахтах произошло 5 аварий, в результате которых погибли 10 рабочих. Оцените индивидуальный риск шахтера, работающего в районе N.

A) 20%

B) 0,2%

C) 0,4%

D) 50%

4. Какая из перечисленных опасностей не относится к антропогенным опасностям?

A) электрический ток

B) снежная лавина

C) акустический шум

D) электромагнитное излучение

5. Каким способом вредные химические вещества могут поступать в организм человека?

A) через легкие

B) через желудочно-кишечный тракт

C) через неповрежденную кожу

D) всеми перечисленными способами



6. Какие ощущения вызывают у человека инфразвуковые колебания с частотой менее 16 Гц?

- A) чувство глубокой подавленности и необъяснимого страха
- B) чувство радости и эйфории
- C) чувство апатии
- D) сонливость

7. Какая степень острой лучевой болезни развивается при получении человеком дозы облучения в 400-600 бэр?

- A) легкая степень
- B) средняя степень
- C) тяжелая степень
- D) крайне тяжелая степень

8. Как называется характеристика ионизирующего излучения, которая используется для оценки риска возникновения отдаленных последствий при облучении всего организма или отдельных органов?

- A) экспозиционная доза
- B) поглощенная доза
- C) эквивалентная доза
- D) эффективная эквивалентная доза

9. Что нужно сделать в первую очередь при поражении человека электрическим током?

- A) прекратить воздействие тока на организм человека
- B) проверить наличие пульса и дыхания
- C) применить искусственное дыхание и непрямой массаж сердца
- D) уложить пострадавшего на бок, укрыть одеялом

10. Как называется состояние экосистемы, при котором антропогенное воздействие способствует обратимой замене продуктивной экосистемы на малопродуктивную, сопровождающейся снижением биомассы и уменьшению биологического разнообразия?

- A) равновесное состояние
- B) кризисное состояние
- C) критическое состояние
- D) катастрофическое состояние

11. Какая из экологических проблем человечества может привести к усилению коротковолнового ультрафиолетового излучения на поверхности Земли и, как следствие, гибели живых организмов?

- A) истощение озонового слоя
- B) парниковый эффект
- C) загрязнение воздушной среды
- D) глобальное потепление климата

12. Какая организация осуществляет Глобальный мониторинг окружающей среды?

- A) Всемирный фонд дикой природы
- B) Организация Объединенных Наций
- C) Гринпис
- D) Глобальный экологический фонд

13. Какое понятие имеет следующее определение – «опасное социальное явление, направленное на дезориентацию сознания людей с целью деструктивного изменения истинности знаний, мировоззрения и мнений мирного населения путем применения информационных ресурсов»?

- А) информационная война
- В) информационный терроризм
- С) информационная угроза
- Д) информационная опасность

14. Что из перечисленного не относится к источникам внешних информационных угроз Российской Федерации?

- А) политика ряда стран, противодействующая доступу России к новейшим информационным технологиям
- В) деятельность иностранных разведывательных и специальных служб в информационной сфере
- С) деятельность международных террористических организаций в информационной сфере
- Д) технологическое отставание отечественной электронной промышленности от уровня развитых стран

15. Как называется состояние, при котором человек испытывает навязчивую потребность потребления информации, которая подвигает его к постоянному нахождению в сети «Интернет»?

- А) информационная зависимость
- В) компьютерная зависимость
- С) коммуникативная зависимость
- Д) игровая зависимость

16. Для выявления какой из перечисленных опасностей применяется аэрокосмический мониторинг?

- А) массовые инфекционные заболевания человека
- В) загрязнение нефтепродуктами водных акваторий
- С) авария на угледобывающей шахте
- Д) эрозия почв

17. Что из перечисленного не относится к медико-гигиеническим критериям здоровья человека?

- А) наличие или отсутствие хронических заболеваний
- В) наличие или отсутствие обращений за медицинской помощью
- С) функциональное состояние органов и систем организма
- Д) уровень достигнутого физического и нервно-психического развития

18. Что из перечисленного не относится к мероприятиям по аттестации рабочих мест по условиям труда?

- А) гигиеническая оценка условий и характера труда
- В) оценка эргономичности рабочего места
- С) оценка травмобезопасности рабочего места
- Д) оценка обеспеченности работников средствами индивидуальной защиты

19. Что из перечисленного категорически запрещается делать во время землетрясения?

- А) покидать здание, в котором вы находитесь

- В) на улице оставаться на открытом пространстве
- С) покидая помещение, спускаться по лестницу
- Д) прятаться под нависающими балконами, карнизами

20. Какому геологическому опасному явлению соответствует следующее описание – скользящее смещение горных пород вниз по склону под воздействием собственной тяжести, без потери контакта между движущимися и неподвижными породами?

- А) лавина
- В) оползень
- С) обвал
- Д) сель

21. Кого из данных лиц следует поместить в обсервацию во время эпидемии массового инфекционного заболевания?

- А) лицо с признаками инфекционного заболевания
- В) лицо с ослабленным иммунитетом, ранее перенесшее иное заболевание
- С) лицо, приехавшее с территории, на которую наложен карантин
- Д) лицо, получившее прививку от данного инфекционного заболевания

22. Какое из перечисленных деяний не относится к экстремистской деятельности?

- А) возбуждение расовой, национальной, религиозной и иной розни
- В) умышленное причинение вреда здоровью из личной неприязни
- С) воспрепятствование осуществления гражданами избирательных прав, соединенное с насилием или угрозой его применения
- Д) пропаганда и публичное демонстрирование нацистской символики

23. Что запрещено делать для предотвращения террористических актов на улице и в местах массового скопления людей?

- А) сообщать о подозрительных личностях сотрудникам полиции
- В) при обнаружении бесхозной сумки спрашивать соседей и людей, находящихся поблизости, о хозяине сумки
- С) в период социальной напряженности избегать мест массового скопления людей – торговых центров, рынков, стадионов и пр.
- Д) открывать оставленные на улице сумки, портфели, пакеты

24. Что из перечисленного нельзя делать при возникновении пожара в жилом здании?

- А) открывать окна и форточки
- В) пытаться потушить пожар собственными силами
- С) держаться как можно ближе к полу, передвигаться ползком или пригнувшись
- Д) при возгорании бытового прибора – обесточить его

25. Что нужно сделать в первую очередь, услышав взрыв и почувствовав, что здание, в котором вы находитесь, теряет устойчивость?

- А) выйти на балкон и позвать на помощь
- В) покинуть здание, взяв документы и деньги
- С) позвонить в службу спасения
- Д) спрятаться в квартире в безопасном месте

26. Как называется конституционный орган, который осуществляет подготовку решений Президента Российской Федерации в области обеспечения безопасности?

- А) Федеральная служба безопасности Российской Федерации

- В) Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий
- С) Комитет Безопасности Российской Федерации
- Д) Совет Безопасности Российской Федерации

27. Какие из перечисленных служб и ведомств не входят в систему органов безопасности Российской Федерации?

- А) Специальные службы
- В) Правоохранительные органы
- С) Силловые министерства и ведомства
- Д) Органы здравоохранения и скорой медицинской помощи

28. Какое ведомство/министерство осуществляет постоянное управление Единой государственной системой предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) на федеральном уровне?

- А) Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий
- В) Совет Безопасности Российской Федерации
- С) Правительственная комиссия по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций
- Д) Министерство внутренних дел Российской Федерации

29. Какой режим функционирования сил РСЧС вводится при получении прогноза о возможности возникновения стихийного бедствия, аварии или катастрофы?

- А) режим повседневной деятельности
- В) режим усиленного наблюдения
- С) режим повышенной готовности
- Д) режим чрезвычайной ситуации

30. Что из перечисленного не является функцией Совета Безопасности ООН?

- А) расследование ситуаций, которые могут привести к международным трениям
- В) призыв членов ООН к осуществлению экономических санкций для предупреждения или прекращения агрессии
- С) вмешательство во внутренние дела государства при возникновении угрозы ЧС
- Д) осуществление военных действий против агрессора

31. Какая из перечисленных стран не входит в Совет коллективной безопасности СНГ?

- А) Украина
- В) Беларусь
- С) Казахстан
- Д) Таджикистан

32. На какой стадии развития стрессовой реакции человек чувствует неопределенную тревогу, находится в состоянии напряженности и настороженности, но при этом активен и физически чувствует себя хорошо?

- А) стадия тревоги
- В) стадия сопротивления
- С) стадия истощения
- Д) стадия принятия

33. Что из перечисленного не является характерным симптомом травматического стресса?

- A) бессонница
- B) раздражительность, вспышки гнева
- C) нарушение концентрации внимания
- D) нарушение двигательной активности

34. Какая из категорий – составляющих образа жизни человека определяется как «поведенческая особенность повседневной жизни человека, под которую подстраивается психология и физиология личности»?

- A) уровень жизни
- B) качество жизни
- C) стиль жизни
- D) кредо жизни

35. Что из перечисленного не является характерным признаком человека в состоянии наркотического опьянения?

- A) зрачки сильно сужены или расширены, не реагируют на свет
- B) неспособность ясно выразить свою мысль, сформулировать предложение
- C) выраженная асимметрия лица
- D) повышенная жестикуляция, избыточность движений или, наоборот вялость, расслабленность.

36. Что является признаком артериального кровотечения?

- A) кровь алого цвета, фонтанирует из раны
- B) кровь темного цвета, спокойной струйкой стекает из раны
- C) кровь медленно вытекает в небольшом количестве, появляясь на пораженной поверхности в виде капель
- D) медленно кровоточит вся раневая поверхность

37. Что нельзя делать при термическом ожоге?

- A) применять обезболивающие средства
- B) накладывать на место ожога повязку
- C) давать пострадавшему пить
- D) вскрывать образовавшиеся пузыри

38. Как нужно положить пострадавшего после проведения успешной сердечно-легочной реанимации?

- A) на спину
- B) на спину с поднятыми вверх ногами
- C) на живот
- D) на бок

39. Что нужно сделать в первую очередь при оказании первой помощи пострадавшему при истинном утоплении?

- A) уложить пострадавшего на живот
- B) осмотреть пострадавшего на наличие травм
- C) провести сердечно-легочную реанимацию
- D) удалить воду из желудка и легких пострадавшего

40. Что нужно сделать в первую очередь при оказании первой помощи пострадавшему при обморожении?

- A) согреть пострадавшего, дав ему спиртосодержащий напиток

- В) прекратить воздействие низких температур, согреть пострадавшего, дать ему горячий чай
- С) растереть пораженные участки тела
- Д) вскрыть пузыри и удалить некротические ткани

### **Критерии оценивания итогового теста.**

Правильный ответ на вопрос теста оценивается в 1 балл.

### **Критерии выставления зачета по итогам изучения дисциплины:**

«Зачтено» - студент набрал не менее 80 баллов в сумме за итоговый тест и тесты для текущего контроля по отдельным темам, из них не менее 40 баллов – за тесты для текущего контроля.

«Не зачтено» – студент набрал менее 80 баллов в сумме за итоговый тест и тесты для текущего контроля по отдельным темам, и/или менее 40 баллов – за тесты для текущего контроля.

## **7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

### **7.1. Основная литература**

1. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений: учебник и практикум для вузов / В. П. Соломин [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 399 с. <https://urait.ru/bcode/488941>.

2. Белов С.В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1: учебник для вузов / С. В. Белов. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 350 с. <https://urait.ru/bcode/492040>.

3. Белов С.В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 2: учебник для вузов / С. В. Белов. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 362 с. <https://urait.ru/bcode/492041>.

### **7.2. Дополнительная литература**

1. Резчиков Е.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для вузов / Е.А. Резчиков, А. . Рязанцева. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 639 с. <https://urait.ru/bcode/489504>.

2. Каракеян В.И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для вузов / В.И. Каракеян, И.М. Никулина. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 313 с. <https://urait.ru/bcode/488648>.

3. Родионова О.М. Медико-биологические основы безопасности: учебник для вузов / О.М. Родионова, Д.А. Семенов. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 340 с. <https://urait.ru/bcode/492028>.

4. Белов С.В. Техногенные системы и экологический риск: учебник для вузов / С. В. Белов. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 434 с. <https://urait.ru/bcode/490060>.

5. Латышенко К.П. Экологический мониторинг: учебник и практикум для вузов / К. П. Латышенко. – М.: Издательство Юрайт, 2022. – 424 с. <https://urait.ru/bcode/489160>.

### **7.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. Консультант Плюс: <http://www.consultant.ru/>.
2. Официальный сайт МЧС: <https://www.mchs.gov.ru/>.
3. Официальный сайт НАК: <http://nac.gov.ru/>.
4. Официальный сайт Совета Безопасности РФ: <http://www.scrf.gov.ru/>.
5. Официальный сайт Организации Договора коллективной безопасности стран СНГ: <https://www.odkb-csto.org/>.

6. Официальный сайт Федеральной службы по надзору в сфере природопользования (Росприроднадзор): <https://rpn.gov.ru/>.

7. Официальный сайт Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор): <https://rkn.gov.ru/>.

8. Официальный сайт Министерства обороны Российской Федерации: <https://mil.ru/>.

9. Алгоритм оказания первой помощи: [https://www.mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan/universalnyy-algoritm-okazaniya-pervoy-pomoshchi\\_5](https://www.mchs.gov.ru/deyatelnost/bezopasnost-grazhdan/universalnyy-algoritm-okazaniya-pervoy-pomoshchi_5)

10. Экстренная психологическая помощь МЧС: <https://psi.mchs.gov.ru/deyatelnost/distancionnaya-pomoshch-naseleniyu>

11. Статьи о методах решения психологических проблем: <https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati>.

## **8. Материально-техническое обеспечение**

**Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций**, оснащенная стандартной учебной мебелью.

**Помещение для самостоятельной работы** – компьютерный класс с доступом к сети «Интернет» и ЭИОС СмолГУ.

## **9. Программное обеспечение**

Microsoft Open License (Windows XP, 7, 8, 10, Server, Office 2003-2016), лицензия 66975477 от 03.06.2016 (бессрочно).

Обучающимся обеспечен доступ к ЭБС «Юрайт», а также доступ в электронную информационно-образовательную среду университета.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 6314D932A1EC8352F4BBFDEFD0AA3F30  
Владелец: Артеменков Михаил Николаевич  
Действителен: с 21.09.2022 до 15.12.2023