**НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ (ЧАСТНОЕ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ТОМСКИЙ ИНСТИТУТ БИЗНЕСА»  
(НОУ ВО «ТИБ»)**

Гуманитарный факультет

Кафедрагуманитарных и социально-экономических дисциплин

Кухта Артем Евгеньевич

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методические указания

по подготовке к практическим занятиям

и организации самостоятельной работы студентов

направление подготовки *40.03.01 Юриспруденция*

(уровень бакалавриата)

очной и заочной форм обучения

Томск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ 3

ЗАДАНИЯ К РУБЕЖНОМУ КОНТРОЛЮ……………………………...7

ВОПРОСЫ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ……………………………….8

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА………………………….10

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ**

**К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ**

**1 Кровотечения**

**Вопросы для обсуждения**

1.Что называется кровотечением?

2. Виды кровотечений.

3. Способы остановки кровотечения.

4.Алгоритм оказания ПМП при ранении и наложении жгута.

**Задание 1** изучить строение КС человека

**Задание 2** посмотреть учебный фильм по БЖД

**Задание 3** заполнить отчёт

**Дополнительная литература к теме 1**

1. **Назарова Е. Н.** Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю. Д. Жилов. — 2-е изд., стер. — М. : Издательский центр «Академия», 2013. — 192 с

**2 Пожар**

**Вопросы для обсуждения**

1. Три основных принципа тушения огня.

2. Что нельзя тушить водой и почему?

3. В чём преимущество пены перед водой, как средства пожаротушения?

4. устройство и типы огнетушителей

5. Что относится к стационарным средствам пожаротушения?

6. Какие передвижные средства пожаротушения могут использоваться для работ на большой высоте (крыши высотных зданий и пр.)?

7. Назначение сплинкерной установки, принцип действия.

8. Отличия сплинкерной и дренчерной установок?

9. Какие типы ожогов встречаются?

10. Первая помощь при ожогах.

**Задание 1** изучить строение огнетишителей, заполнить таблицу

**Задание 2** посмотреть учебный фильм по БЖД (пожары)

**Задание 3** заполнить отчёт

**Дополнительная литература к теме 2**

1. **Петров С.В.** Опасные ситуации техногенного характера и защита от них/ С.В. Петров, В.А. Макашев.- М.: ЭНАС, 2012. – 224 с.

**3 Техногенные опасности**

**Вопросы для обсуждения**

1. Что такое техногенная среда

2. Источники техногенных опасностей.

3. Оценка и избегание техногенных опасностей

**Задание 1** Изучить теоретическую часть (литература по техносреде)

**Задание 2** Посмотреть учебный фильм по БЖД (техногенные опасности)

**Задание 3** Самостоятельно выявить и описать 3 техногенные опасности

**Задание 4** Заполнить отчёт

**Дополнительная литература к теме 3**

1. **Петров С.В.** Опасные ситуации техногенного характера и защита от них/ С.В. Петров, В.А. Макашев.- М.: ЭНАС, 2012. – 224 с.
2. **Хентов, В.Я.** Физико-химические процессы в техносфере : учебное пособие / Хентов В.Я., Шачнева Е.Ю. — Москва : Русайнс, 2016. — 138 с. — ISBN 978-5-4365-1462-8. — URL: https://book.ru/book/922121 (дата обращения: 04.12.2019). — Текст : электронный.

**4 Рациональное питание**

**Вопросы для обсуждения**

1. Что такое правильное питание, его значение (с акцентом на полезность для БЖД)

2. Основы составления рационального питания.

3. Интенсивность труда и питание

**Задание 1** Изучить теоретическую часть

**Задание 2** Ознакомиться с полезностью и калорийностью разных блюд

**Задание 3** Составить меню здорового питания, исходя из полученных знаний

**Задание 4** Заполнить отчёт

**Дополнительная литература к теме 4**

1. **Кукин П.П.** Человеческий фактор в обеспечении безопасности и охраны труда: Учебное пособие /, Н.Л. Пономарев, В.М. Попов, Н.И. Сердюк.– М.: Высшая школа, 2008.– 317 с.: ил.
2. **Назарова Е. Н.** Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю. Д. Жилов. — 2-е изд., стер. — М. : Издательский центр «Академия», 2013. — 192 с

**ЗАДАНИЯ К РУБЕЖНОМУ КОНТРОЛЮ**

Написать эссе (3-4 стр.) по одной из предложенных тем. Тема согласуется с преподавателем на практическом или лекционном занятии. Необходимо указать список литературы (не менее 3-4 источников). Объем цитат в тексте не должен превышать 30%. По результатам эссе необходимо сделать устное сообщение на 3-5 минут.

**Темы для эссе:**

1. Цель, предмет и область исследования науки о безопасности жизнедеятельности.
2. Понятия биосферы, техносферы и среды обитания.
3. Понятия и виды опасностей. Потенциальная, реальная и реализованная опасность.
4. Основные этапы деятельности по созданию жизненного пространства, отвечающего требованиям безопасности жизнедеятельности.
5. Понятие и классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.
6. Понятие и классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
7. Способы контроля за существующими опасностями техносферы.
8. Задачи и структура единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций России.
9. Ионизирующее излучение. Понятие и источники ионизирующего излучения
10. Организация и порядок проведения эвакуации. Основные правила поведения при эвакуации.
11. Характеристика взаимодействия негативных факторов на человека в городских условиях
12. Вредные и опасные факторы бытовой среды.
13. Основные источники опасностей в техносфере, действующие на человека.
14. Основные причины техногенных аварий.
15. Антропогенные опасности и защита от них.
16. Чрезвычайные ситуации биологического характера.
17. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера.
18. Терроризм и способы его проявления в современном мире.
19. Основные правила поведения заложника.
20. Остановка кровотечения. Виды кровотечения.
21. Характеристика труда учащихся и студентов.
22. Вибрация как вредный производственный фактор, источники, характеристики, последствия, способы защиты.
23. Шум как вредный производственный фактор, источники, характеристики, последствия, способы защиты.
24. Землетрясение, причины, характеристики, последствия, правила поведения населения.
25. Структура РСЧС, ее подсистемы и уровни.
26. Кризисы в истории человечества.
27. Современные экологические проблемы человечества
28. Спортивный травматизм, причины и факторы.
29. Принципы организации рабочего места.

**ВОПРОСЫ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

1.

1. В чём состоит цель дисциплины БЖД?

2. Перечислите три основные составляющие компоненты здоровья человека, приведите свои примеры каждого компонента?

3. Каким процессом определяется полезность человека в его среде обитания?

4. Какими качествами обладают антропогенные опасности?

5. Почему невозможно разработать абсолютно безопасную технику?

6. Ежегодно в Оби на территории ТО тонут 100 человек, в течении года вблизи реки отдыхают до 400000 человек, из них 10 000 непосредственно на воде. Каков риск утонуть? Является ли этот риск приемлемым, следует ли предпринимать какие либо действия для улучшения ситуации на воде.

7. Ребёнок попросил Вас снять кота с дерева. Какому риску вы подвергаетесь? обоснованному или необоснованному? почему??? Ответ поясните.

8. Чем отличается модельный подход к изучению риска от экспертного?

9. Какие пути управления риском вы знаете? Какую роль в этой системе играют учения по предотвращению ЧС?

10 Отличие априорного и апостериорного анализа безопасности. приведите пример.

2.

1. Когда и для чего появилась дисциплина изучающая опасности для человека

2. Каковы основные причины техногенных катастроф

3. Чем опасно курение в постели?

4. Какие основные факторы бытовых пожаров (не менее трёх)?

5. Основные методы формирования культуры БЖД?

6. Где вы можете получить основы культуры БЖД?

7. С чем, по вашему мнению, связан рост количества ДТП?

8. Что такое оперативно стратегические исследования в области формирования культуры БЖД? Его назначение?

9. Основные причины гибели людей на воде?

10. В каких случаях знания БЖД может являться элементом профессиональной культуры?

3.

1. Что является средой обитания человека: техносфера или биосфера? Есть ли между ними связь?

2. Как называется группа условий среды обитания человека при которых потоки вещества и энергии не оказывают негативно воздействие на здоровье человека, однако способствуют снижению работоспособности.

3. Перечислите условия, необходимые для нормального функционирования организма человека.

4. Чем отличается опасная ситуация от экстремальной?

5. Какие угрозы безопасности личности вы знаете?

6. Что такое вредный фактор, приведите примеры?

7. Взаимовлияние техносреды и естественной среды.

8. Какие опасные факторы в зависимости от потенциальной энергии, которой они обладают вы знаете

9. Негативная деятельность человека относительно окр. среды (3 пункта)

10. Условия нормального функционирования человека.

4.

1. Что какое кризис в истории человечества и в чём его причины. Перечислите основные ИСТОРИЧЕСИКЕ кризисы.

2. В чём отличие локального и глобального кризисов. Приведите примеры.

3. Каким образом связан человек с исчезновением ряда крупных видов животных в доисторический период.

4. Какую роль в жизни человека сыграла индустриализация,?

5. Чем обусловлен термодинамический кризис?

6. Чем опасно нарушение стабильности экосистемы?

7. Какие формы взаимодействия общества и природы вам известны?

8. Симптомы и причины стресса в техносреде

5.

1. Какие эргономические антропометрические признаки положены в основу расчёта габаритных размеров?

2. Какие значения перцентилей следует использовать при проектировании оборудования (стол и стул), чтобы оно удовлетворяло максимальное число людей.

3. На каких высотах наиболее оптимально располагать планки обрешётки (перед отделкой вертикальным сайдингом) с позиции БЖД?

4. Какие действия необходимо предпринимать (работнику токарного станка), чтобы свести к минимуму негативное влияние увеличенного гидростатического давления крови на стенки сосудов? (тренеру по йоге?).

5. Каким образом следует располагать на приборной панели органы (кнопки, рычаги, тумблеры) чтобы защитить их от случайного срабатывания (перечислите не менее двух принципов).

6.

1. Какие ЧС в России случаются чаще? Какие реже?

2. Какие ЧС характеризуются наибольшей гибелью людей?

3. Какая основная сила оперативного реагирования РСЧС?

4. Какой федеральный закон регламентирует необходимость защиты населения и территории при ЧС?

5. В чём заключается экономическая целесообразность системы ГОЧС?

6. Какие ЧС в России характеризуются наибольшей регулярностью, в том числе и территориальной?

7. Для чего необходим центр мониторинга ЧС?

8. Что включает в себя паспорт безопасности территории?

9. Какие типы ЧС прогнозировать легче? труднее?

10. Чем отличается авария от катастрофы?

11. К какому типу ЧС относится эпизоотия?

12. Какие способы защиты населения в случае ЧС применяются?

**РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

**Основная литература**

1. **Косолапова Н.В.** Безопасность жизнедеятельности : учебник для учреждений нач. проф. образования /, Н. А. Прокопенко, Е. Л. Побежимова. – 3-е изд., стер. – М. : издательский центр «Академия», 2014. – 288 с.
2. **Хван Т.А.** Безопасность жизнедеятельности/ Т.А. Хван, П.А.Хван. – Ростов н/Д: «Феникс», 2013. – 418 с.

**Ресурсы электронно-библиотечных систем**

1. **Девисилов В.А.** Охрана труда: учебник / В.А. Девисилов. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: ФОРУМ, 2009. -496 с.: ил. – (Профессиональное образование).
2. **Зазулинский В.Д**. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / В.Д. Зазулинский. – М.: Экзамен, 2014. – 256 с.
3. **Занько Н.Г.** Безопасность жизнедеятельности:Учебник для вузов /, Малаян К.Р., Русак О. Н. - 12 издание, пер. и доп. – СПб.: Лань, 2008 . – 672 с.: ил.
4. **Кукин П.П.** Человеческий фактор в обеспечении безопасности и охраны труда: Учебное пособие /, Н.Л. Пономарев, В.М. Попов, Н.И. Сердюк.– М.: Высшая школа, 2008.– 317 с.: ил.
5. **Назарова Е. Н.** Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю. Д. Жилов. — 2-е изд., стер. — М. : Издательский центр «Академия», 2013. — 192 с
6. **Петров С.В.** Опасные ситуации техногенного характера и защита от них/ С.В. Петров, В.А. Макашев.- М.: ЭНАС, 2012. – 224 с.
7. **Раздорожный А.А.** Охрана труда и производственная безопасность: учебно-методическое пособие / А.Л. Раздорожный. – 7-е изд. – М.: Издательство «Экзамен», 2011. – 510 с.
8. **Фролов А. В.** Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда : учеб. пособие для вузов / А. В. Фролов, Т. Н. Бакаева; под. общ. ред. А. В. Фролова. – Изд. 4-е, доп. и перераб. – Ростовн/Д.: Феникс, 2013. – 750 с.: ил.
9. **Хентов, В.Я.** Физико-химические процессы в техносфере : учебное пособие / Хентов В.Я., Шачнева Е.Ю. — Москва : Русайнс, 2016. — 138 с. — ISBN 978-5-4365-1462-8. — URL: https://book.ru/book/922121 (дата обращения: 04.12.2019). — Текст : электронный.

**Ресурсы систем информационно-телекоммуникационной сети Интернет**

1. Средства YouTube