

Министерство науки и высшего образования РФ
ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный университет»
Инженерно-физический факультет высоких технологий

Кафедра техносферной безопасности

Варнаков Д.В.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Ульяновск 2024

Методические указания для самостоятельной работы студентов по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» / составитель: Д.В.Варнаков. - Ульяновск: УлГУ, 2024.

Настоящие методические указания предназначены для студентов специальности 20.03.01 «Техносферная безопасность» всех форм обучения, изучающих дисциплину «Безопасность жизнедеятельности». В работе приведены литература по дисциплине, основные темы курса и вопросы в рамках каждой темы, рекомендации по изучению теоретического материала, контрольные вопросы для самоконтроля и тесты для самостоятельной работы.

Студентам очно-заочной формы обучения следует использовать данные методические указания при самостоятельном изучении дисциплины. Студентам очной формы обучения они будут полезны при подготовке к практическим занятиям и к зачету по данной дисциплине

Рекомендованы к использованию ученым советом Института ИФФВТ УлГУ Протокол № 10 от «21» мая 2024 г.

1.ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 638 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16455-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544897>
2. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) : учебник для вузов / С. В. Белов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 636 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16270-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544895>
3. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 335 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17933-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/535496>
4. Рысин Ю.С. Безопасность жизнедеятельности. Электромагнитное излучение : учебное пособие / Рысин Ю.С., Сланов А.К., Яблочников С.Л.. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 82 с. — ISBN 978-5-4486-0584-0. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/80169.html>
5. Рысин Ю.С. Безопасность жизнедеятельности. Социально-информационная безопасность систем телерадиовещания : учебное пособие / Рысин Ю.С., Яблочников С.Л.. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2019. — 100 с. — ISBN 978-5-4486-0553-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/80168.html>

2.МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

Вопросы для самоподготовки:

1. Пути, методы и средства укрепления здоровья.
2. Совершенствование возможностей организма человека.
3. Психологические механизмы защиты личности.

4.Вредные факторы воздействия на организм человека.

5.Виды источников опасности для здоровья человека и окружающей среды.

6.Как улучшить экологическую обстановку в среде проживания населения.

7.Пищевая и энергетическая ценность продуктов.

8.Меры безопасности для человека в производственной среде.

9.Меры безопасности для человека в бытовой среде обитания.

10.Меры безопасности для человека в условиях ЧС.

Тест для самоподготовки

1.Умственный труд оценивается по показателю:

А) Сложности;

Б) Тяжести;

В) Напряженности;

Д) Динамической нагрузке.

2.Принципы, направленные на непосредственное предотвращение действия опасностей:

А) Принципы технические;

Б) Принципы ориентирующие;

В) Принципы управленческие;

Г) Принципы организационные.

3.Происшествие в технической системе, сопровождающееся гибелью людей:

А) Авария;

- Б) Отказ;
- В) Катастрофа;
- Г) Инцидент.

4.Признаки опасности:

- А) Многопричинность;
- Б) Возможность нанесения вреда здоровью;
- В) Чувство страха;
- Г) Защитный рефлекс.

5.При выполнении физической работы отравление вредными веществами, находящимися в атмосфере, происходит:

- А) Интенсивность и тяжесть физической работы не влияют на скорость отравления;
- Б) Быстрее;
- В) Медленнее;
- Г) Зависит от вида вещества.

6.Максимальная концентрация вещества в воздухе, которая при ежедневном воздействии в течение 8 часов (не более 41 часа в неделю) за весь период деятельности не вызывает

заболеваний или отклонений в состоянии здоровья работающего и его потомства, называется:

- А) ПДК максимальная разовая;
- Б) ПДК средняя суточная;
- В) ПДК рабочей зоны;
- Г) ПДУ.

7. Область низкочастотных неслышимых звуковых колебаний с частотой меньше 16 Гц, негативно воздействующих на организм человека – это:

- А) Ультразвук;
- Б) Вибрация;
- В) Шум;
- Г) Инфразвук.

8. К химическим опасным и вредным факторам относятся:

- А) Вирусы, бактерии;
- Б) Радиоактивные вещества и ионизирующие излучения;
- В) Режущие предметы;
- Г) Вредные вещества, используемые в технологических процессах.

К ионизирующим излучениям относят:

9. К ионизирующим излучениям относят:

- А) Инфракрасное излучение;
- Б) Рентгеновское излучение;
- В) Излучение оптического диапазона;
- Г) Гамма-излучение.

10. Лучевая болезнь имеет:

- А) Быстротечный характер с летальным исходом
- Б) Всегда затяжной характер;
- В) Быстротечный характер с последующим выздоровлением;
- Г) Бессимптомный характер.

Проверка знаний:

1	2	3	4	5
В	А	В	Б	Б
6	7	8	9	10
В	Г	Г	Б	Б