

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное учреждение  
высшего профессионального образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Отделение психологии



**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор  
по образовательной деятельности КФУ  
Проф. Минзарипов Р.Г.

"\_\_" \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Программа дисциплины**

Безопасность жизнедеятельности ОПД.Р.8

Специальность: 030301.65 - Психология

Специализация: Психология кризисных и экстремальных ситуаций

Квалификация выпускника: ПСИХОЛОГ. ПРЕПОДАВАТЕЛЬ ПСИХОЛОГИИ

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

**Автор(ы):**

Калимуллина И.Р. , Ледовских Н.М. , Политова С.П. , Розенталь С.Г. , Устин П.Н. , Пыркова К.В.

**Рецензент(ы):**

Добротворская С.Г.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий(ая) кафедрой:

Протокол заседания кафедры No \_\_\_\_ от "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Учебно-методическая комиссия Института психологии и образования (отделения психологии):

Протокол заседания УМК No \_\_\_\_ от "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Регистрационный No

Казань  
2014

## **Содержание**

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) ассистент, к.н. Калимуллина И.Р. Кафедра психологии личности отделение психологии , k.iniza@gmail.com ; Ледовских Н.М. ; доцент, к.н. (доцент) Политова С.П. кафедра анатомии, физиологии и охраны здоровья человека Институт физической культуры, спорта и восстановительной медицины , Svetlana.Politova@kpfu.ru ; доцент, к.н. Пыркова К.В. кафедра анатомии, физиологии и охраны здоровья человека Институт физической культуры, спорта и восстановительной медицины , Ksenija.Pyrkova@kpfu.ru ; доцент, к.н. (доцент) Розенталь С.Г. кафедра анатомии, физиологии и охраны здоровья человека Институт физической культуры, спорта и восстановительной медицины , Svetlana.Yunusova@kpfu.ru ; старший преподаватель, к.н. Устин П.Н. кафедра анатомии, физиологии и охраны здоровья человека Институт физической культуры, спорта и восстановительной медицины , Pavel.Ustin@kpfu.ru

### **1. Цели освоения дисциплины**

Основной целью образования по дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" является формирование профессиональной культуры безопасности (ноксологической культуры), под которой понимается готовность и способность личности использовать в профессиональной деятельности приобретенную совокупность знаний, умений и навыков для обеспечения безопасности в сфере профессиональной деятельности, характера мышления и ценностных ориентаций, при которых вопросы безопасности рассматриваются в качестве приоритета.

### **2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования**

Данная учебная дисциплина включена в раздел " ОПД.Р.8 Общепрофессиональные дисциплины" основной образовательной программы 030301.65 Психология и относится к национально-региональному (вузовскому) компоненту. Осваивается на 3 курсе, 5 семестр.

Учебная дисциплина "Безопасность жизнедеятельности" - обязательная дисциплина федеральных государственных образовательных стандартов всех направлений первого уровня высшего профессионального образования (бакалавриата). В структуре ООП она находится в базовой части Теоретико-методологического профиля профессионального цикла (Б.22).

### **3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля**

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

В результате освоения дисциплины студент:

#### **1. должен знать:**

основные опасности, их свойства и характеристики, характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду, методы защиты от них применительно к сфере своей профессиональной деятельности; критерии психической и физиологической адаптации и дезадаптации; факторы психогенного риска; основы психологии безопасности, физиологии и рациональные условия деятельности; условия сохранения физического, психического и психологического здоровья человека; особенности индивидуального и группового поведения при авариях и катастрофах, особенности проявления состояний стресса и паники, правила и приемы регулирования аффективных состояний, страха, агрессии и др.; закономерности, принципы, механизмы и приемы развития субъективного отношения к собственной безопасности жизнедеятельности.

#### **2. должен уметь:**

идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации, выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности; оказывать первую доврачебную и психологическую помощь людям, попавшим в кризисные и экстремальные ситуации

3. должен владеть:

законодательными и правовыми актами в области безопасности и охраны окружающей среды, требованиями к безопасности технических регламентов в сфере профессиональной деятельности; способами и технологиями защиты в чрезвычайных ситуациях; понятийно-терминологическим аппаратом в области безопасности; навыками рационализации профессиональной деятельности с целью обеспечения безопасности и защиты окружающей среды; приемами оказания доврачебной помощи; способами оказания экстренной психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях.

Применять полученные знания на практике

#### 4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет зачетных(ые) единиц(ы) 90 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины экзамен в 5 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

#### 4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

##### Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В БЕЗОПАСНОСТЬ. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ	5	1-3	0	0	0	
2.	Тема 2. РАЗДЕЛ 2. ИДЕНТИФИКАЦИЯ И ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЧЕЛОВЕКА И СРЕДУ ОБИТАНИЯ ВРЕДНЫХ И ОПАСНЫХ ФАКТОРОВ	5	4-6	0	0	0	

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
3.	Тема 3. РАЗДЕЛ 3. СИСТЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ И БИОЛОГИЧЕСКОЙ (ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ) ОРГАНИЗАЦИИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.	5	7-9	0	0	0	
4.	Тема 4. РАЗДЕЛ 4. ОКАЗАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПОВРЕЖДЕНИИ ОРГАНИЗМА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ И ЗАБОЛЕВАНИЯХ	5	10-12	0	0	0	
5.	Тема 5. РАЗДЕЛ 5. УПРАВЛЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТЬЮ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	5	13-17	0	0	0	
.	Тема . Итоговая форма контроля	5		0	0	0	экзамен
.	Тема .			0	0	0	
	Итого			0	0	0	

#### 4.2 Содержание дисциплины

**Тема 1. РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В БЕЗОПАСНОСТЬ. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ**

**Тема 2. РАЗДЕЛ 2. ИДЕНТИФИКАЦИЯ И ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЧЕЛОВЕКА И СРЕДУ ОБИТАНИЯ ВРЕДНЫХ И ОПАСНЫХ ФАКТОРОВ**

**Тема 3. РАЗДЕЛ 3. СИСТЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ И БИОЛОГИЧЕСКОЙ (ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ) ОРГАНИЗАЦИИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.**

**Тема 4. РАЗДЕЛ 4. ОКАЗАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПОВРЕЖДЕНИИ ОРГАНИЗМА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ И ЗАБОЛЕВАНИЯХ**

**Тема 5. РАЗДЕЛ 5. УПРАВЛЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТЬЮ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Тема .**

#### 5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Преподавание дисциплины предполагает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий, таких как

- ☐ презентации с использованием мультимедиа оборудования,.
- ☐ работа в группах
- ☐ ролевая игра
- ☐ игровые упражнения
- ☐ разработка проекта
- ☐ решение ситуационных задач
- ☐ инсценировка
- ☐ проигрывание ситуаций
- ☐ обсуждение сюжетных рисунков
- ☐ просмотр и обсуждение видеофильмов и видеосюжетов
- ☐ лекции-конференции и т.д.

в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

#### **6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов**

**Тема 1. РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В БЕЗОПАСНОСТЬ. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ**

**Тема 2. РАЗДЕЛ 2. ИДЕНТИФИКАЦИЯ И ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЧЕЛОВЕКА И СРЕДУ ОБИТАНИЯ ВРЕДНЫХ И ОПАСНЫХ ФАКТОРОВ**

**Тема 3. РАЗДЕЛ 3. СИСТЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ И БИОЛОГИЧЕСКОЙ (ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ) ОРГАНИЗАЦИИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.**

**Тема 4. РАЗДЕЛ 4. ОКАЗАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПОВРЕЖДЕНИИ ОРГАНИЗМА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ И ЗАБОЛЕВАНИЯХ**

**Тема 5. РАЗДЕЛ 5. УПРАВЛЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТЬЮ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Тема . Итоговая форма контроля**

**Тема .**

Примерные вопросы к экзамену:

Темы контрольных работ:

1. Возникновение психики и сознания в филогенезе.
2. Развитие когнитивных процессов человека в онтогенезе.
3. Психологические свойства и состояния человека и их функции.
4. Психофизиологические механизмы когнитивных процессов.
5. Проблема свободы и ответственности личности в философии и психологии.
6. Проблема периодизации психического развития. Основные психологические периодизации. Особенности психического развития на разных этапах онтогенеза. Стабильные и критические периоды. Проблема соотношения биологического и социального в процессе развития. Проблема развития личности в психологии.
7. Основные направления психотерапии и их особенности. Цели, задачи и содержание основных видов психологической помощи. Основные правила и технологии оказания психологической помощи в экстремальной ситуации.
8. Психология здоровья как отрасль психологической науки: основные направления исследования.

9. Проблема стресса в психологии. Основные способы регуляции состояния в стрессе.
10. Психогигиена как наука и практика.
11. Психология терроризма и заложников. Правила ведения переговоров с террористами
12. Патопсихологические симптомы и их этиология.
13. Основные теории психосоматики.
14. Основные подходы к определению понятий "Индивид", "Человек", "Личность", "Индивидуальность", "Субъект". Соотношение этих понятий как концептуальная проблема психологии.
15. Функции крови. Роль плазмы и форменных элементов. Группы крови. Свертываемость крови.
16. Внутренняя среда организма. Гомеостаз. Роль биологических констант.
17. Строение и функции нервной системы. Электрические процессы в нервной системе. Химические способы передачи информации. Синапс как место модуляции различных сигналов.
18. Общие свойства рецепторов.
19. Зрительный анализатор. Слуховой и вестибулярный анализаторы. Вкус и обоняние.
20. Двигательные функции нервной системы. Основные двигательные центры.
21. Эндокринная система. Строение и функции.
22. Строение и функции сердца, регуляция его деятельности. Кровяное давление и механизмы его регуляции.
23. Дыхательная система. Легочные объемы. Регуляция дыхания.
24. Функции пищеварительной системы. Основные пищеварительные железы.
25. Функции питания. Основные группы питательных веществ. Принципы рационального питания.
26. Выделительная система. Строение и функции.
27. Болезнь как процесс. Стадии и исходы болезней. Типичные патологические процессы.
28. Повреждающие факторы внешней среды (физические, химические, биологические).
29. Патогенные микроорганизмы и инфекционный процесс. Профилактика инфекционных заболеваний.
30. Защитные системы организма. Гуморальные и клеточные иммунные механизмы.
31. Здоровье как основной фактор безопасности жизнедеятельности. Определение здоровья. Три уровня рассмотрения категории здоровья.
32. Четыре состояния организма. Роль и значение промежуточных состояний.
33. Зависимость здоровья от экологических и генетических факторов. Роль медицины в поддержании здоровья. Здоровый образ жизни.
34. Биология размножения. Репродуктивная единица. Понятие о генотипе и фенотипе. Хромосомы. Роль ДНК. Определение гена.
35. Оплодотворение. Внутриутробное развитие человека.
36. Определение экологии. Экологические катастрофы. 4 закона экологии Б. Коммонера. Экологический мониторинг.
37. Открытые повреждения. Раны, их классификация, характеристика, возможные осложнения. Асептика. Способы стерилизации. Антисептика, ее виды.
38. Способы временной остановки кровотечений. Правила наложения жгута.
39. ПМП при вывихах. Растяжения связок, ПМП. Признаки закрытых переломов, ПМП. Открытые переломы, ПМП. Правила наложения шин.
40. Повреждение черепа. Причины и признаки сотрясения головного мозга, ПМП. Ушиб головного мозга, клиника, ПМП. Сдавление головного мозга, клиника, ПМП.
41. Повреждения грудной клетки. Переломы ребер, клиника, ПМП. Пневмоторакс, виды, ПМП. Гемоторакс, ПМП.
42. Переломы позвоночника, признаки, ПМП.



43. Ожоги, классификации. Определения площади ожогов. Ожоговая болезнь. ПМП при ожогах.
44. Отморожение, классификации. ПМП при отморожении. Общее замерзание, ПМП.
45. Утопления, виды, ПМП.
46. Электротравмы, ПМП.
47. Отравления угарным газом (СО). Отравления фосфорорганическими соединениями (ФОС). Отравления алкоголем. Отравления спиртами и суррогатами. Отравления кислотами, щелочами. Отравления наркотиками. Промывание желудка. Способы. Показания.
48. Признаки клинической смерти. Признаки биологической смерти.
49. Искусственная вентиляция легких (ИВЛ), методы проведения. Непрямой массаж сердца.
50. Повреждения живота. "Острый живот", ПМП. Перитонит: признаки, ПМП
51. Болезни сердечно - сосудистой системы (ССС). Ишемическая болезнь сердца. Причины болезни. Клиническая картина проявления болезни, первая медицинская помощь (ПМП). Стенокардия. Причины болезни, формы проявления стенокардии, клиническая картина, ПМП. Гипертоническая болезнь. Причины болезни, клинические проявления при различных степенях развития болезни, ПМП. Гипертонический криз. Причины, признаки и ПМП. Ишемический инсульт. Причины, клинические проявления, ПМП и осложнения после перенесенной болезни.
52. Острая сосудистая недостаточность. Обморок. Признаки, ПМП. Коллапс. Этиология, ПМП. Шок. Фазы. Степени шока. Профилактика.
53. Болезни КЖТ (кишечно-желудочного тракта) Острый гастрит. Симптомы, характерные острому гастриту. ПМП и способы промывания желудка. Язвенная болезнь желудка и 12 - перстной кишки. Этиология болезни, ПМП. Режим питания в период обострения болезни.
54. Острая печеночная колика. Проявления болезни, ПМП. МКБ. Причины, признаки болезни (камнеобразование и виды камней), ПМП.
55. Болезни эндокринной системы. Причины. Признаки сахарного диабета. Гипергликемическая кома, клиника, ПМП. Причины гипогликемической комы, клиника, ПМП.
56. Моче - каменная болезнь (МКБ). Почечная колика, ПМП.
57. Болезни, передающиеся половым путем. Сифилис. Причины, признаки (основные симптомы в зависимости от стадии болезни). Профилактика. Гонорея. Причины, признаки, профилактика. Хламидиоз. Причины и проявления болезни. Простой вагинальный герпес (ПВГ). Причины, симптомы, профилактика.
58. СПИД. Клиника. Профилактика.
59. Гепатит. Классификация. Признаки. Профилактика.
60. Особенности и структура заболеваемости лиц молодого возраста.
61. Влияние психологических установок на здоровье.
62. Влияние эмоций на здоровье.
63. Влияние социальных факторов на здоровье.
64. Чрезмерные стрессы. Стрессовые факторы в обучении. Методы повышения стрессоустойчивости.
65. Особенности физической активности студентов.
66. Методы закаливания организма.
67. Методы профилактики алкоголизма. Влияние алкоголя на организм в молодом возрасте (ранний алкоголизм).
68. Распространенность наркотиков и особенности их применения в разных социальных и возрастных группах.
69. Сексуальное воспитание детей в семье.
70. Методы повышения готовности личности к ЗОЖ.
71. Методы воспитания экологической культуры.
72. Влияние физической активности на здоровье.



73. ЧС в результате применения ядерного оружия. Ударная волна и световое излучения воздушного ядерного взрыва. Проникающая радиация и электромагнитный импульс ядерного взрыва. Радиоактивное заражение местности - как особый поражающий фактор ядерного взрыва. Нейтронное оружие. Характеристика зон РЗМ и очаги ядерного поражения. Воздействие поражающих факторов ядерного оружия на людей, здания и сооружения, технику, лесные массивы и с/х растения. Средства и способы защиты от поражающих факторов ядерного оружия.

74. ЧС в результате применения химического оружия. Бинарные отравляющие вещества. Средства доставки к цели ядерного и химического оружия. Физиологическая и токсикологическая классификация отравляющих веществ. Применяемые средства защиты и противоядия (антидоты) от ОВ. Приборы радиационной и химической разведки и дозиметрического контроля.

75. Устойчивость функционирования объектов экономики в ЧС.

76. Организация исследования устойчивости объекта экономики в ЧС.

77. Укрытие населения в защитных сооружениях ГО.

78. Проведение эвакуационных мероприятий ГО.

79. Применение средств индивидуальной защиты в условиях ЧС.

80. Медицинские средства защиты (АИ - 2, ИПП - 8, 10, 12), перевязочные пакеты.

81. Ликвидация ЧС. Организация и проведение АСДНР.

82. Действия населения в ЧС.

83. Организация оповещения населения в ЧС.

84. Перспективные средства поражения.

85. Современная война и гражданская оборона. Личная, общественная и национальная безопасность человека.

86. Чрезвычайные ситуации. Краткая характеристика и классификация.

87. Аварийно химические вещества (АХОВ).

88. ЧС в законах и подзаконных актах РФ.

89. Источники и особенности радиоактивных загрязнений.

90. Психологические особенности поведения населения в ЧС.

**ПРИМЕРЫ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫХ ЗАДАНИЙ ПО КУРСУ:**

? Признаки артериального кровотечения:

+кровь ярко - красного или алого цвета, вытекает толчками, струя фонтанирующая

-кровь темно - вишневого цвета, течет пульсирующей струей, фонтаном

-кровь темно - вишневого цвета, течет струйно, бьет фонтаном

-кровь ярко - красная, течет струйно, бьет фонтаном

? Жгут накладывают в теплое время года, не больше, чем:

+на 2 часа

-на 1 час

-на 30 минут

-на 15 минут

? Жгут накладывают в холодное время года, не больше, чем:

+на 1 час

-на 20 минут

-на 1,5 часа

-на 2 часа

? Признаки венозного кровотечения:

+кровь темно - вишневая, течет струйно, без фонтана

-кровь темно - вишневая, течет струйно, бьет фонтаном

- кровь алая, течет струйно, без фонтана
- кровь темно - вишневая, течет пульсирующей струей, без фонтана

? Жгут накладывается на конечности:

- +выше раны
- ниже раны
- на рану

? Паренхиматозное кровотечение - это:

- +кровотечение из внутренних органов
- из конечностей
- из головы
- из шеи

? ПМП при носовом кровотечении:

- +усадить больного. Голову опустить. Зажать нос. Приложить холод на переносицу.
- уложить больного. Зажать нос. Приложить холод на переносицу
- усадить больного. Запрокинуть голову. Зажать нос. Приложить холод

? Выберите наиболее подходящий для данной ситуации диагноз: пассажир такси 62 года в жаркий летний день, сидя на заднем сидении, ехал на работу, разговаривая по дороге с водителем. Внезапно прекратил разговор, не ответил на вопрос. Обернувшись, водитель увидел, что пассажир лежит на боку, не двигаясь. После извлечения из машины пассажир резко бледен, самостоятельного дыхания нет. Пульс не определяется даже на крупных сосудах шеи, зрачки расширены и не реагируют на свет. Диагноз:

- +внезапная остановка сердца, клиническая смерть
- обморок
- тепловой удар
- алкогольное отравление тяжелой степени

? Возможные осложнения при закрытом (непрямом) массаже сердца - это

- +перелом ребер
- перелом верхних конечностей
- перелом позвоночника
- перелом ключицы

? Клиническая смерть диагностируется, если

- +отсутствует дыхание и пульс
- отсутствует пульс
- отсутствует дыхание
- имеется резкое нарушение терморегуляторной функции

? Выберите наиболее подходящий для этой ситуации диагноз: женщина, 27 лет, жалуется на плохое самочувствие, появление слабости, тошноты, затем обильной повторной рвоты, боли в животе.

- +пищевое отравление
- обморок
- тепловой удар

? Первая медицинская помощь при острых отравлениях:

- +вызывание рвоты различными способами
- зондовое промывание желудка
- применение антибиотиков
- применение слабительных

? Человек в бессознательном состоянии. У него профузная рвота. Какое положение пострадавшего при транспортировке:

- +на боку
- на спине
- полусидя
- на животе

? Ведущий симптом сотрясения головного мозга:

- +кратковременная потеря сознания
- агнозия
- парез
- паралич

? Симптомы какого повреждения организма здесь описаны: "Отключение сознания, головная боль, тошнота, асимметрия лица, нарушение равновесия, онемение рук и ног, амнезия":

- +черепно-мозговая травма
- перелом позвоночника
- алкогольное опьянение
- травматический шок

? Нужно ли промывать водой проникающую рану?

- +Нет
- Да, сразу
- Да, через 0,5 часа
- Да, через 5 минут

? Асептика - это:

- +предупреждение попадания микробов в рану
- борьба с микробами в ране
- дезинфекция
- дезодорация

? Сопоставьте описание поражения и степень ожога, которому оно соответствует

Повреждения поверхностного слоя кожи, при этом появляется покраснение кожи, небольшая припухлость тканей, сопровождающаяся болезненностью<->I степень

Появляются пузырьки с желтоватой жидкостью на фоне покраснения кожи. Если пузырьки лопаются, то обнажается ярко красная рана. Заживление при этой степени происходит без образования рубцов<->II степень

Большая глубина поражения тканей с образованием ожогового струпа<->III степень

Эта степень сопровождается обугливанием кожи и поражением глубжележащих тканей - подкожной жировой клетчатки, мышц и костей<->IV степень

? Для повышения безопасности труда и снижения числа несчастных случаев необходимо:

- +Изыскивать пути подкрепления и усиления мотива безопасности
- +Создавать такую технику, чтобы получение выгоды в процессе труда за счет нарушения правил стало в принципе невозможно
- Создавать стимуляцию для постоянного повышения производительности труда, считая что выполнение правил по технике безопасности является нормой
- Все ответы верные

? ЧС по сфере их возникновения подразделяются на:

- + природные, техногенные, социальные, военные
- экологические, социальные, политические и техногенные
- техногенные, конфликтного характера и экологические

- техногенные и природные

? Катастрофа - это?

+ Крупная авария, сопровождающаяся трагическими последствиями

- Крупная авария, при которой происходит выброс аварийных химически опасных веществ

- Нарушение производственной деятельности объектов экономики

- Разрушение объектов экономики

? ЧС мирного времени могут классифицироваться по следующим признакам:

+ Сфера возникновения, масштаб возможных последствий, ведомственная принадлежность

- Сфера возникновения и ведомственная принадлежность

- Масштаб возникновения, ведомственная сфера и время возникновения

- Время возникновения, размеры очагов, вид отрасли

? Аксиома о потенциальной опасности гласит:

+ Любая деятельность потенциально опасна

- Любая деятельность всегда безопасна

- Опасности существуют только теоретически

- Опасности всегда носят открытый характер

? Опасными факторами, действующими на человека, называются:

+ Факторы, приводящие в определенных условиях к серьезным травмам

- Факторы, вызывающие временное снижение работоспособности

- Факторы, не оказывающие воздействие на человека

- Факторы, вызывающие небольшие повреждения

? Зоной ЧС называется:

+ Территория или акватория, на которой сложилась чрезвычайная ситуация

- Территория, подвергшаяся непосредственному воздействию химического оружия или АХОВ и территория, над которой распространилось облако зараженного воздуха с поражающими концентрациями

- Территория, на которой введено чрезвычайное положение вследствие ЧС

- Территория, подвергшаяся воздействию АХОВ, на которой возникли наиболее опасные заболевания с/х животных и поражения растений

? "Виктимное" поведение - это:

+ действия человека, способствующие его превращению в жертву преступления

- действия человека, направленные на предупреждение насилия

- безопасное поведение на улице или в быту

? В республике Татарстан не могут возникнуть следующие ЧС:

+ Цунами, тайфуны, сели

- Наводнения, заторы, зажоры, паводки.

- Землетрясения, ураганы, штормы, смерчи, снежные заносы, обледенения, пожары, наводнения,

- Эпидемии, эпизоотии, эпифитотии

? Землетрясения сопровождаются пожарами.

+ В зависимости от силы землетрясения

- Да, всегда

- Нет, никогда

? Укажите последовательность действий населения при оповещении о возможном землетрясении

1. Отключить электричество, газ (печь)

2. Взять личные документы, медикаменты, продукты питания

3. Оповестить соседей

4. Выйти из помещения

? Установите соответствие между видом и содержанием обеззараживания:

дезактивация <-> удаление радиоактивных веществ с зараженных объектов, которое исключает поражение людей и обеспечивает их безопасность;

дегазация <-> уничтожение (нейтрализация) АХОВ и ОВ или их удаление с поверхности таким образом, чтобы зараженность снизилась до допустимой нормы или исчезла полностью;

дезинфекция <-> уничтожение во внешней среде возбудителей заразных болезней;

дезинсекция <-> уничтожение насекомых, которые являются переносчиками инфекционных заболеваний;

дератизация <-> уничтожение грызунов, которые могут быть переносчиками инфекционных заболеваний;

? Назовите сейсмически опасные пояса в Евразии:

+ средиземноморско-азиатский и тихоокеанский

- южно-азиатский и центрально-европейский

- южно-американский и евразийский

- ни один ответ не верен

? Для детей, подростков и молодежи наиболее тяжелыми в психологическом отношении оказываются:

+заболевания, изменяющие внешность

-сексуальные расстройства

-инфаркт, инсульт

? Какая из ситуаций соответствует такой причине кризиса, как потеря:

+увольнение с работы

-невозможность продолжать обучение

-преграда в реализации поставленной цели

-глубокое чувство одиночества

? Переживание психологических кризисов через "уход в себя" более характерно для:

+мужчин

-женщин

-для мужчин и женщин одинаково

-ни для мужчин, ни для женщин

? Один из основных результатов стадии депрессии при переживании утраты заключается в том, чтобы:

+пережить всю сложную гамму чувств, сопровождающих синдром утраты

-забыть усопшего

-выработать механизм постоянного сопротивления чувству утраты

+сформировать зависимость к усопшему

? Одним из наиболее эффективных способов взаимодействия со скорбящим будет:

+создать атмосферу присутствия и понимания

-постоянно находить ему занятия, чтобы он забывался и как можно меньше переживал

-оставить его в полном одиночестве и стараться избегать любых контактов

-постоянно напоминать человеку, что он должен быть сильным

? Если страдающий при воспоминаниях об умершем начинает рыдать и плакать, то наилучшими стратегиями поведения будут:

+не прерывать рассказ и дать возможность проговориться и выплакаться

-немедленно прервать рассказ и заговорить на нейтральную тему

-прервать рассказ и утешить скорбящего

-сразу же дать успокоительное и уложить спать

? При синдроме утраты стадия принятия (смерти) характеризуется:

+эмоциональным прощанием с ушедшим человеком

+интеграцией опыта утраты

+снижением душевной боли

-забыванием ушедшего человека

-отрицанием утраты

? Стокгольмский синдром характеризуется:

+возникновением симпатии заложника к террористу

-возникновением симпатии террориста к заложнику

-возникновением антипатии заложника к террористу

-возникновением антипатии террориста к заложнику

? Уровень завершенных суицидов выше среди

+мужчин

-женщин

-и у мужчин, и у женщин примерно одинаковый уровень завершенных суицидов

-по данному вопросу не имеется данных

? Уровень завершенных суицидов выше среди

+мужчин

-женщин

-и у мужчин, и у женщин примерно одинаковый уровень завершенных суицидов

-по данному вопросу не имеется данных

## 7.1. Основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. пособие для вузов / Под ред. Л.А. Муравья. ?2-е изд., перераб. и доп..?М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2003.?431с.:

2. Экология и безопасность жизнедеятельности = Environmental protection: ecology, pollution and management: Учеб. пособие для студ. вузов / Д.А.Кривошеин, Л.А.Муравей, Н.Н.Роева и др.; Под ред. Л.А.Муравья. ?М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2002.?447с.

3. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. для студентов вузов / С.В. Белов, В.А. Девисилов, А.В. Ильницкая и др.; Под общ. ред. С.В. Белова. ?4-е изд., испр. и доп..?М.: Высш. школа, 2004.?606с.

4. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. для вузов по эконом. и гуманит.-соц. специальностям / Э.А.Арустамов, А.Е.Волощенко, Г.В.Гуськов и др.; Под ред. Э.А.Арустамова. ?6-е изд., перераб. и доп..?М.: Издат.-торг. корпорация "Дашков и К<sup>о</sup>", 2004.?493с.

5. Безопасность жизнедеятельности: учеб. для вузов / Л.А. Михайлов, В.П. Соломин, Т. А. Беспмятных [и др.]; под ред. Л.А. Михайлова. ?2-е изд..?Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2008.?460 с.

6. Русак О. Н. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" / О.Н. Русак, К.Р. Малаян, Н.Г. Занько. ?Изд. 11-е, стер..?Санкт-Петербург; Москва: Лань: Омега-Л, 2007.?447 с.

7. Микрюков В. Ю. Безопасность жизнедеятельности: учеб. для студентов вузов / В. Ю. Микрюков. ?Изд. 2-е. ?Ростов-на-Дону: Феникс, 2007.?557 с.

9. Новиков В. Н. Экология, урбанизация, жизнь: Учеб. пособие / В.Н. Новиков; Моск. гос. техн. ун-т им. Н.Э.Баумана; Под ред. А.С. Гринина. ?М.: Изд-во МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2002.?327с.



9. Юнусова С. Г. Чрезвычайные ситуации природного характера в таблицах и рисунках: учебное пособие / С. Г. Юнусова, А. Н. Розенталь. ?Казань: Казанский государственный университет, 2009. ?78 с.

## 7.2. Дополнительная литература:

к разделу 1

1. Михайлов Л. А. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 540100 (050100) "Естественнонаучное образование (профиль подготовки "Безопасность жизнедеятельности")": [для специалистов безопасности, курсантов и слушателей всех высших учебных заведений силовых структур] / Л. А. Михайлов, В. П. Соломин; под ред. Л. А. Михайлова. ?Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2008. ?234 с.
2. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи: учеб. пособие для студентов вузов / [авт.-сост.: Айзман Р.И., д.б.н., проф., засл. деят. науки РФ и др.]; под общ. ред. д.б.н., проф. Р.И. Айзмана [и др.]. ?Изд. 3-е, испр. и доп.. ?Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2005. ?461с.
3. Розенталь А. Н. Прогнозирование и оценка радиационной и химической обстановки при чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени: учебно-методическое пособие / А. Н. Розенталь, С. Г. Юнусова. ?Казань: Казанский государственный университет, 2009. ?22 с.
4. Соколов Э. М. Информационные технологии в безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 656500 - "Безопасность жизнедеятельности" и специальности 330500 - "Безопасность технологических процессов и производств" / Э.М. Соколов, В.М. Панарин, Н.В. Воронцова. ?Москва: Машиностроение, 2006. ?237 с.
5. Сурова Л. В. Обеспечение безопасности и защита человека в производственной деятельности: учебное пособие по дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" / Л. В. Сурова. ?Казань: [Казанский государственный энергетический университет], 2010. ? 127 с.:? <URL: [http://z3950.ksu.ru/bcover/0000676825\\_con.pdf](http://z3950.ksu.ru/bcover/0000676825_con.pdf)>.
6. Чумаков Б.Н. Валеология: Курс лекций: Учеб. пособие / Б.Н.Чумаков. ?2-е изд., доп. и испр.. ?М.: Пед. о-во России, 2002. ?406с.
7. Юнусова С. Г. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени: методические разработки по семинарским занятиям курса "Безопасность жизнедеятельности" / С. Г. Юнусова. ?Казань: Казанский государственный университет, 2009. ?19 с.
8. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / С.В. Белов, В.А. Девисилов, А.В. Ильницкая, и др.; Под общ. ред. С.В. Белова. - 8-е издание, стереотипное - М.: Высшая школа, 2009. - 616 с.
9. Хван Т.А. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. пособие для вузов / Хван Т.А., Хван П.А.. ? Ростов н/Д: Феникс, 2000. ?349с.
10. Графкина М.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник / М. В. Графкина, В. А. Михайлов, Б. Н. Нюнин. ?Москва: [ТК Велби]: Проспект, 2008. ?603 с.

к разделу 2

1. Баринов, Александр Васильевич. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них: Учеб. пособие для студ. вузов / А.В.Баринов. ?М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. ?495с.
2. Гринин, Александр Семенович. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. пособие / А.С. Гринин, В.Н. Новиков; Под ред. А.С. Гринина. ?М.: ФАИР-ПРЕСС: Издат.-торг. дом "Гранд", 2002. ?287с.
3. Емельянов, Виталий Михайлович. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: учеб. пособие для студентов вузов / В. М. Емельянов, В. Н. Коханов, П. А. Некрасов; Моск. гос. ун-т. ?[2-е изд.]. ?М.: Акад. Проект: Трикта, 2004. ?473 с.

к разделу 3

1. Физиология человека: учебник для студентов медицинских вузов / [Покровский Владимир Михайлович, д.м.н., проф., Коротько Геннадий Феодосьевич, д.б.н., проф., Авдеев Сергей Николаевич, к.м.н. и др.]; под ред. В.М. Покровского, Г.Ф. Коротько. ?Изд. 2-е, перераб. и доп.. ?Москва: Медицина, 2007. ?654, [1] с..

2. Физиология человека: [учебник]: в 3 т. / под ред. Р. Шмидта, Г. Тевса; пер. с англ. Н.Н. Алипова [и др.] под ред. П.Г. Костюка. ?3-е изд.. ?Москва: Мир, 2005.

к разделу 3.4.

1. Билич Г.Л. Основы валеологии / Г.Л. Билич, Л.Б. Назарова. - СПб., 2002.

2. Дубровский В. И. Валеология: здоровый образ жизни: учебник для студентов педагогического вузов и ин-тов физической культуры / В. И. Дубровский. ?Москва: Флинта: Retorika-A, 1999. ?559 с.

к разделу 3.7.

1. Ясвин Психология отношения к природе/ В.А. Ясвин. -М.: Смысл, 2000.-456

к разделу 4.1 и 4.2

Первая медицинская помощь: Попул. справ. / [О.Л. Демидко, В.С. Доронин, М.А. Телешев, Г.Х. Тифитулина]; [Под ред. Ю.Ю. Елисеева]. ?М.: Эксмо, 2003. ?479с.

Ужегов, Генрих Николаевич. Первая медицинская помощь / Г.Н. Ужегов. ?Смоленск: Русич, 2001. ?415с.

к разделу 4.3.

1. Малкина - Пых, И.Г. Психосоматика / И.Г. Малкина - Пых. - М. : Изд-во Эксмо; СПб. : Сова, 2003. - 928 с.

2. Менделевич, В.Д. Неврология и психосоматическая медицина / В.Д. Менделевич, С.Л. Соловьева - М. : МЕДпресс-информ, 2002. - 608 с.

3. Бойко И. Первая помощь - право или обязанность? / И.Бойко // Твоя дорога. - 2008. - ♦2.

4. Дежурный Л.И. Оказание первой помощи пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях водителями транспортных средств. Юридические аспекты, обучение, оснащение / А.В. Чурсанова, Б.Ц. Ганжурова, А.М. Халмуратова // Информационно-аналитический вестник. Социальные аспекты здоровья населения.- 2008. - ♦2.

к разделу 5.

1. Каплан Г.И., Сэдок Б.Дж. Клиническая психиатрия. В 2 т. Т.1. - М.: Медицина, 1998, 672 с.

2. Карварсарский Б.Д. Психотерапия: Учебник для вузов. - СПб.: Питер, 2002. - 672 с.

3. Карсон Р., Батчер Дж., Минека С. Анормальная психология. - 11-е изд. - СПб: Питер, 2004. - 1167 с.

4. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. - М.: Смысл, 2005. - 182 с.

5. Моховиков А.Н. Телефонное консультирование. - М.: Смысл, 2001. - 494 с.

6. Психодиагностика и психокоррекция / Под ред. А.А.Александрова. - СПб.: Питер, 2008. - 384 с.

7. Старшенбаум Г.В. Психосоматика и психотерапия: исцеление души и тела / Г.В. Старшенбаум. - М.: Изд-во института психотерапии, 2005. - 496 с.

8. Шайдукова Л.К. Классическая наркология (для студентов, интернов, ординаторов и врачей). Учебно - методическое пособие. - Казань, Институт истории им. Ш.Марджани АН РТ, 2008. - 260 с.

9. Овсянников, С.А. Пограничная психиатрия и соматическая патология.

Клинико-психологическое руководство. / С.А. Овсянников, Б.Д.Цыганков. - М.: "Триада - Фарм", 2001. - 100 с.

10. Попов, Ю.В. Современная клиническая психиатрия / Ю.В. Попов, В.Д. Вид. - СПб. : "Речь", 2002. - 402 с.

11. Сидоров, П.И. Психосоматическая медицина / П.И. Сидоров, А.Г. Соловьев, И.А. Новикова. - М. : МЕДпресс - инфом, 2006. - 586 с.

1. Змановская Е.В., Рыбников В.Ю. Девиантное поведение личности и группы: Учебное пособие. - СПб.: Питер, 2010. - 352 с.
2. Кулаков С.А. Основы психосоматики. - СПб.: Речь, 2005. -288 с.
3. Малкина-Пых И.Г. Психосоматика: Справочник практического психолога. - М.: ЭКСМО, 2005. - 990 с.
4. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации: Справочник практического психолога. - М.: ЭКСМО, 2005. - 916 с.
5. Менделевич В.Д., Садыкова Р.Г. Психология зависимой личности, или Подросток в окружении соблазнов. - Казань, 2002. - 240 с.
6. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2005. - 315с.
7. Пятницкая И. Н. Общая и частная наркология: Руководство для врачей. - Издательство "Медицина", 2008. - 640 с.
8. Ромек В. Г., Конторович В. А., Крукович Е. И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб: "Речь", 2004.
9. Старшенбаум Г.В. Суицидология и кризисная психотерапия. - М.: "Когито-Центр", 2005. - 376 с.

к разделу 6.

Безопасность жизнедеятельности. Белов С.В., Ильницкая А.В., Козьяков А.Ф. и др.  
7-е изд., стер. ? М.: Высшая школа, 2007. ? 616 с.

### **7.3. Интернет-ресурсы:**

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану**

Освоение дисциплины "Безопасность жизнедеятельности" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по специальности: 030301.65 "Психология" и специализации Психология кризисных и экстремальных ситуаций .

Автор(ы):

Калимуллина И.Р. \_\_\_\_\_

Ледовских Н.М. \_\_\_\_\_

Политова С.П. \_\_\_\_\_

Розенталь С.Г. \_\_\_\_\_

Устин П.Н. \_\_\_\_\_

Пыркова К.В. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рецензент(ы):

Добровотворская С.Г. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.