

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Шебзухова Татьяна Александровна
Должность: Директор Пятигорского института (филиал) Северо-Кавказского
федерального университета
Дата подписания: 24.08.2023 14:30:41
Уникальный программный ключ:
d74ce93cd40e39275c3ba2f58486412a1c8ef96f

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ»

Пятигорский институт (филиал) СКФУ

Методические указания
по выполнению практических работ по дисциплине
«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
для студентов направления подготовки /специальности 54.03.01 Дизайн
направленность (профиль) Графический дизайн

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Методические рекомендации для студентов по организации практической работы
предназначены для студентов 1 курса очной формы обучения направления 54.03.01
Дизайн (профиль): Графический дизайн

Протокол № 2 от « » 2022г

Заведующий кафедрой технологии
продуктов питания и товароведения

Е.Н. Холодова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6 Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Содержание

Введение
Практическая работа №1
Практическая работа №2
Практическая работа №3
Практическая работа №4
Практическая работа №5
Практическая работа №6
Практическая работа №7
Практическая работа №8

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Практическое занятие № 1.

Теоретические основы БЖД.

Цель: Изучить характерные состояния системы «человек - среда обитания». Дать понятие среды обитания человека: окружающей, производственной, бытовой, социальной.

Формируемые компетенции:

Теоретическая часть:

Безопасность жизнедеятельности (БЖД) - область научных знаний, охватывающих теорию и практику защиты человека от опасных и вредных факторов во всех сферах человеческой деятельности, сохранение безопасности и здоровья в среде обитания. БЖД является составной частью системы государственных, социальных и оборонных мероприятий, проводимых в целях защиты населения и хозяйства страны от последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий, средств поражения противника. Целью освоения дисциплины является формирование профессиональной культуры безопасности, 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. БЖД изучает среду обитания человека, то есть условия его существования. Объект изучения – комплекс явлений и процессов в системе «человек – среда обитания», негативно воздействующих на человека и природную среду. В жизненном цикле человека состояние системы "человек – среда обитания" многовариантно. Наиболее характерными являются системы:

- человек – природная среда (биосфера);
- человек – машина – среда рабочей зоны;
- человек – городская среда;
- человек – бытовая среда и др.

Предметом изучения являются:

- объективные закономерности возникновения опасных и вредных факторов в биосфере и техносфере;
- анатомо-физиологические способности человека переносить опасные и вредные факторы в биосфере и техносфере;
- анатомо-физиологические способности человека переносить воздействие опасных и вредных факторов среды обитания в обычных и чрезвычайных ситуациях (ЧС);
- средства формирования комфортных и безопасных условий жизнедеятельности и сохранения природной среды;

· правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Цель БЖД – получение знаний о негативных факторов на человека и среду обитания, изучение, классификация и систематизация опасных ситуаций, процессов, явлений в

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

нормативно-допустимых уровнях воздействия
области обеспечения

безопасности и комфортных условий деятельности человека на всех стадиях его жизненного цикла, выработка мер по упреждению, локализации и устранению существующих угроз и опасностей.

Интегральным показателем безопасности жизнедеятельности является продолжительность жизни.

Развитие цивилизации, под которой мы понимаем прогресс науки, техники, экономики, индустриализацию сельского хозяйства, использование различных видов энергии, вплоть до ядерной, создание машин, механизмов, применение различных видов удобрений и средств для борьбы с вредителями, значительно увеличивает количество вредных факторов, негативно воздействующих на человека. Важным элементом в обеспечении жизнедеятельности человека становится защита от этих факторов.

На протяжении всего существования человеческая популяция, развивая экономику, создавала и социально-экономическую систему безопасности. Вследствие этого, несмотря на увеличение количества вредных воздействий, уровень безопасности человека возрастал. В настоящее время средняя продолжительность жизни в наиболее развитых странах составляет около 77 лет.

Безопасность - состояние деятельности, при котором с определенной вероятностью исключено проявление опасностей, или отсутствие чрезмерной опасности.

Жизнедеятельность – это сложный биологический процесс, происходящий в организме человека, позволяющий сохранить здоровье и работоспособность. Необходимым и обязательным условием протекания биологического процесса является деятельность. В свою очередь, деятельность означает разносторонний процесс создания человеком условий для своего существования и развития, процесс преобразования природной и социальной реальности в соответствии с индивидуальными потребностями, целями и задачами.

Среда обитания - непосредственное окружение организма в данный момент (совокупность физических, химических, биологических, социальных факторов), оказывающее прямое или косвенное воздействие на сам организм или его потомство. Среда обитания является частью окружающей среды, которая включает:

- компоненты природной среды (атмосфера, гидросфера, литосфера, недра и др.); - природные объекты (экосистемы, ландшафты и т.п.);

- природные объекты (пруды, сады и т.п.);

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

- антропогенные объекты (постройки, дороги, технические средства, произведения искусства и др.).

С позиций безопасности жизнедеятельности интерес представляют такие компоненты окружающей среды, как гомосфера и ноксосфера.

Гомосфера - (в переводе с латинского - homo - человек) пространство, где находится человек в процессе конкретной деятельности.

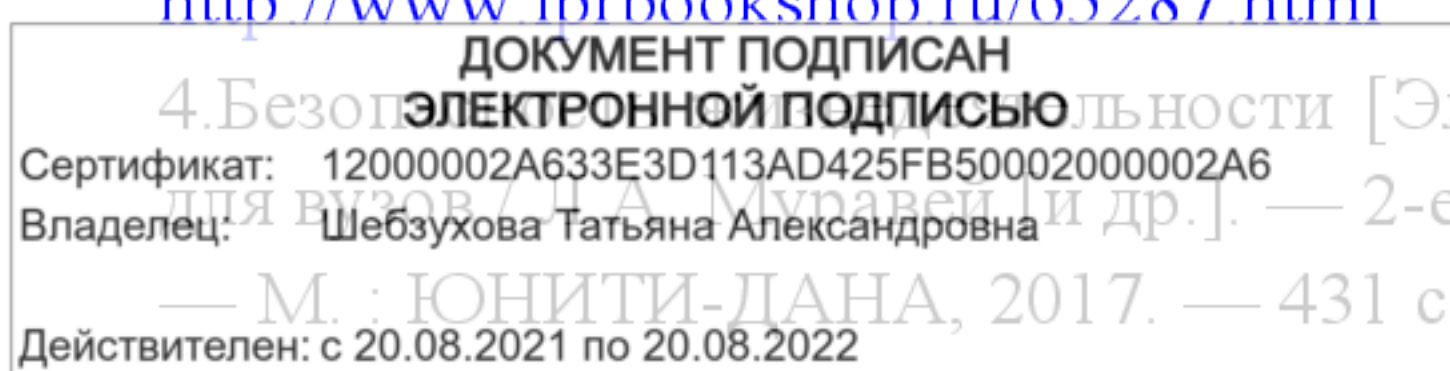
Ноксосфера - (в переводе с латинского - nox - опасность) пространство, в котором проявляются опасности, т.е. постоянно или периодически существует опасный или вредный фактор.

Вопросы и задания:

1. Дайте определение понятиям «Безопасность», «Безопасность жизнедеятельности».
2. Охарактеризуйте среду обитания.
3. Перечислите и охарактеризуйте уровни безопасности жизнедеятельности.
4. Охарактеризуйте виды безопасности.
5. Сформулируйте основные положения «Концепции абсолютной безопасности», «Аксиомы о потенциальной опасности деятельности».
6. Перечислите причины и следствия опасностей.
7. Дайте определение понятиям «риск» и «опасность».
8. Приведите формулировки концепций нулевого и приемлемого рисков.
9. Перечислите принципы и методы обеспечения безопасности.
10. Назовите средства обеспечения безопасности.

Список литературы:

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Л.А. Михайлов, В.П. Соломин, Т.А. Беспмятных и др. ; под. Ред. Л.А. Михайлова. – 2-е изд. – СПб. : ПИТЕР, 2014. – 461 с. : ил. – (Учебник для вузов). – На учебнике гриф: Доп.УМО. – Прил.: с. 442-453. – Библиогр.: с. 456-460. – ISBN 978-5-496-00054-3
2. Айзман Р.И. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 247 с. — 978-5-379- 02005-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65282.html>
3. Шуленина Н.С. Практикум по безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] / Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова, Н.А. Волобуева. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 190 с. — 978-5-379- 02014-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65287.html>



4. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Л.А. Михайлов, В.П. Соломин, Т.А. Беспмятных и др.]. — 2-е изд. — Электрон. текстовые данные. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 431 с. — 978-5-238-00352-8. — Режим

доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71175.html>

5.Безопасность жизнедеятельности : учебник / Э.А. Арустамов, А.Е. Волощенко, Г.В. Гуськов и др. ; под ред. Э.А. Арустамов. – 19-е изд., перераб. И доп. – М. : Издательско- торговая корпорация «Дашков и К°», 2015. – 448 с. : табл., ил., граф., схемы – (Учебные издания для бакалавров). – Библиогр. В кн. – ISBN 978-5- 394-02494-8 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=375807> (28.03.2016).

6.Никифоров Л.Л. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Никифоров Л.Л., Персиянов В.В.— Электрон. Текстовые данные.— М.: Дашков и К, 2015.— 494 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14035>.— ЭБС «IPRbooks»,

Практическое занятие 2.

Естественные системы защиты человека от негативных воздействий. Цель: Изучить основы физиологии труда и комфортные условия жизнедеятельности в техносфере.

Формируемые компетенции:

Теоретическая часть:

В организме человека функционирует ряд систем обеспечения собственной безопасности. К ним относятся некоторые органы чувств: глаза, уши, нос; костно-мышечная система; кожа; система иммунной защиты; боль, а также защитно-приспособительные реакции, такие, как воспаление и лихорадка.

Защитно-приспособительные реакции направлены на сохранение постоянства внутренней среды организма и адаптацию его к условиям существования, они регулируются рефлекторным и гуморальным (гормоны, ферменты и т.д.) путем. Например, глаза имеют веки -две кожно-мышечные складки, закрывающие глазное яблоко при смыкании. Веки несут функцию защиты глазного яблока, рефлекторно предохраняя орган зрения от чрезмерного светового потока, механического повреждения, способствуют увлажнению его поверхности и удалению со слезой инородных тел. Уши при чрезмерно громких звуках обеспечивают защитную реакцию: две самые маленькие мышцы нашего среднего уха резко сокращаются и три самые маленькие косточки (молоточек, наковальня и стремечко) перестают колебаться совсем, наступает блокировка, и система косточек не пропускает во внутреннее ухо чрезмерно сильных звуковых колебаний. **Чихание** относится к группе защитных реакций и представляет форсированный выдох через нос (при кашле - форсированный выдох через рот). Благодаря высокой

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

из полости носа попавшие туда агенты. **Слезотечение** возникает при попадании раздражающих веществ на слизистую оболочку верхних

дыхательных путей: носа, носоглотки, трахеи и бронхов. Слеза не только выделяется наружу, но и попадает через слезоносный канал в полость носа, смывая тем самым раздражающее вещество (поэтому "хлопают" носом при плаче).

Боль возникает при нарушении нормального течения физиологических процессов в организме при раздражении рецепторов при повреждении органов и тканей вследствие воздействия вредных факторов. Боль является сигналом опасности для организма и одновременно боль - это защитное приспособление, вызывающее специальные защитные рефлексы и реакции. Субъективно человек воспринимает боль как тягостное, гнетущее ощущение. Объективно боль сопровождается некоторыми вегетативными реакциями (расширение зрачков, повышение кровяного давления, бледность кожных покровов лица и др.). При боли увеличивается выделение биологически активных веществ (например, в крови увеличивается концентрация адреналина). Болевая чувствительность присуща практически всем частям нашего тела. Характер болевых ощущений зависит от особенностей конкретного органа и силы разрушительного воздействия. Например, боль при повреждении кожи отличается от головной боли, при травме нервных стволов возникает жгучее болевое ощущение - каузалгия. Болевое ощущение как защитная реакция нередко указывает на локализацию патологического процесса.

Человеку необходимы постоянные сведения о состоянии и изменении внешней среды, переработка этой информации и составление программ жизнеобеспечения. Способность организма отвечать на воздействия окружающей среды называется реактивностью. Реактивность – свойство организма как целого отвечать изменением жизнедеятельности на воздействие окружающей среды. Реактивность обеспечивается защитно-компенсаторными системами и механизмами, решающая роль в осуществлении которых принадлежит нервной системе.

Человек постоянно приспосабливается к изменяющимся условиям окружающей среды благодаря гомеостазу – универсальному свойству сохранять и поддерживать стабильность работы различных систем организма в ответ на воздействие, нарушающее эту стабильность.

Гомеостаз – относительное динамическое постоянство состава и свойств внутренней среды и устойчивость основных физиологических функций организма. Любые физиологические, физические, химические или эмоциональные воздействия, будь то температура воздуха, изменение атмосферного давления, волнение, радость, печаль могут быть поводом к выходу организма из состояния динамического равновесия. Автоматически, на основе единства гуморальных (от слова гумор – жидкость) и нервных

защиты глазного яблока, предохраняя орган зрения от чрезмерного светового потока и механического повреждения, способствует увлажнению его поверхности и удалению со слезой инородных тел.

Уши при чрезмерно громких звуках обеспечивают защитную реакцию: две самые маленькие мышцы среднего уха резко сокращаются и три самых маленьких косточки (молоточек, наковальня и стремечко) перестают колебаться, наступает блокировка и система косточек не пропускает во внутреннее ухо чрезмерно сильных звуковых колебаний.

Вопросы и задания:

1. Системы восприятия человеком состояния среды обитания
2. Органы чувств
3. Нервная система
4. Гомеостаз и адаптация
5. Естественные системы защиты организма
6. Допустимое воздействие негативных факторов на человека

Список литературы: 1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Л.А. Михайлов, В.П. Соломин, Т.А. Беспамятных и др. ; под. Ред. Л.А. Михайлова. – 2-е изд. – СПб. : ПИТЕР, 2014. – 461 с. : ил. – (Учебник для вузов). – На учебнике гриф: Доп.УМО. – Прил.: с. 442-453. – Библиогр.: с. 456-460. – ISBN 978-5-496-00054-32. Айзман Р.И. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 247 с. —

978-5-379- 02005-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65282.html> 3. Шуленина Н.С. Практикум по безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] / Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова, Н.А. Волобуева. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 190 с. — 978-5-379- 02014-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65287.html>

4. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Л.А. Муравей [и др.]. — 2-е изд. — Электрон. текстовые данные.

— М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 431 с. — 978-5-238-00352-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71175.html>

5. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Э.А. Арустамов, А.Е. Волощенко, Г.В. Гуськов и др. ; под ред. Э.А. Арустамов. – 19-е изд.,

перераб. ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2015. – 448 с. : табл., ил., граф., схемы – (Учебные издания для бакалавров). – Библиогр. В кн. – ISBN 978-5- 394-02494-8 ; То же [Электронный ресурс]. –

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шибзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=375807> (28.03.2016).

6.Никифоров Л.Л. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]:

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

учебное пособие/ Никифоров Л.Л., Персиянов В.В.— Электрон. Текстовые данные.— М.: Дашков и К, 2015.— 494 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14035>.— ЭБС «IPRbooks»,

Практическое занятие 3.

Негативные факторы техносферы

Цель: Рассмотреть эволюцию среды обитания под воздействием деятельности человека. Тенденции изменения экологической обстановки, сопровождающее научно-технический прогресс.

Формируемые компетенции:

Теоретическая часть:

Создавая техносферу, человек стремиться к повышению комфортности среды обитания, к обеспечению защиты от естественных негативных воздействий. Всё это благоприятно отразилось на условиях жизни и в совокупности с другими факторами сказалось на продолжительности жизни людей.

Однако биосфера во многих регионах нашей планеты стала активно замещаться техносферой. Человек и окружающая его среда гармонично взаимодействуют и развиваются лишь в условиях, когда потоки энергии, вещества и информация находятся в пределах, благоприятно воспринимаемых человеком и природной средой. Любое превышение привычных уровней потоков сопровождается негативными воздействиями на человека и (или) природную среду.

В естественных условиях такие изменения наблюдаются при изменении климата и стихийных явлениях.

В условиях техносферы негативные воздействия обусловлены элементами техносферы (машины, механизмы, оборудование, инструмент, сооружения и т.п.), действиями человека.

”

Существует ряд характерных состояний взаимодействия в системе человек-среда обитания”:

комфортное (оптимальное), когда потоки соответствуют оптимальным условиям взаимодействия (создают оптимальные условия деятельности и отдыха; предпосылки для проявления наивысшей работоспособности, гарантии сохранения здоровья и среды обитания);

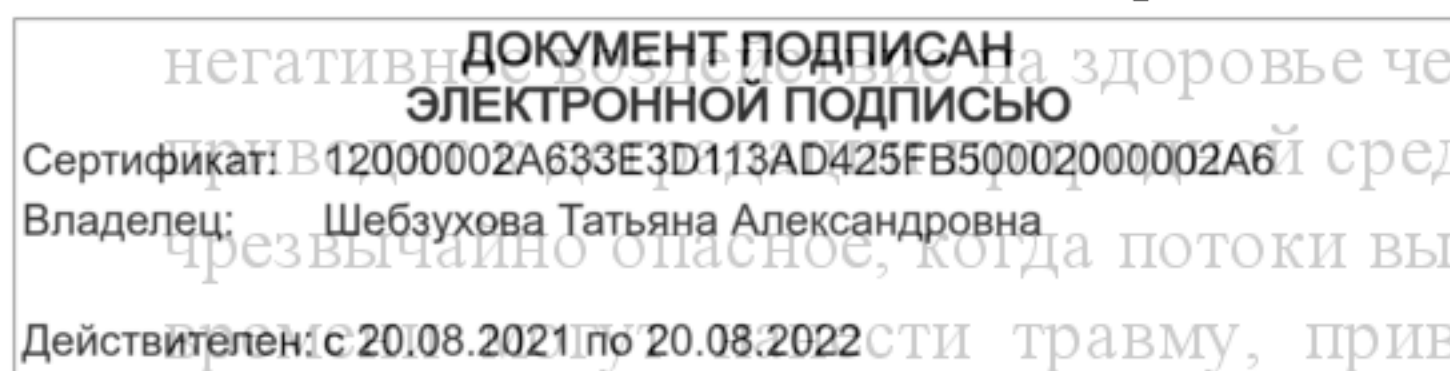
допустимое, когда потоки не оказывают негативного влияния на здоровье, но приводят к дискомфорту, снижая эффективность деятельности;

опасное, когда потоки превышают допустимые уровни и оказывают

негативное воздействие на здоровье человека, вызывая заболевания, и (или)

чрезвычайно опасное, когда потоки высоких уровней за короткий период

приводят к травме, привести человека к летальному исходу,



заболеваниям верхних дыхательных путей (астма и др.) и легочным заболеваниям (туберкулез, силикоз и др.), которые могут стать причиной инвалидности или даже летального исхода. Очистку воздуха от пыли производят пылеуловителями (фильтрами) грубой, полутонкой и тонкой очистки ("циклоны", скрубберы, электрофильтры).

Загазованность воздуха имеет место во всех производственных системах, где применяются плавильные и нагревательные печи, работающие на газообразном, жидком или твердом топливе, а также электрические плавильные печи. Помимо этого, многие газы, применяемые на предприятиях химической, фармацевтической, парфюмерной промышленности и других отраслях, при утечке в воздух вызывают острые и хронические заболевания. Большую опасность для населения и окружающей среды представляют их аварийные выбросы в атмосферу. Основным способом предотвращения загазованности воздуха на рабочих местах и в производственных помещениях является тщательная герметизация производственного оборудования, трубопроводов и других средств транспортировки.

Токсичные (ядовитые), вредные для здоровья человека вещества (газообразные, жидкие, твердые) довольно широко применяются в современной промышленности. Перечень некоторых из них приводится ниже.

1. Углеводороды насыщенные и ненасыщенные (циклические, ароматические, галогенопроизводные, хлоропроизводные и др.).
2. Спирты (метиловый, тетрафторпропиловый и др.).
3. Фенолы (хлорфепол, гидрохинон и др.).
4. Эфиры (диэтиловый, диметиловый, этиленгликолевый и др.).
5. Органические окиси и перекиси, альдегиды, кислоты и их ангидриды, тиоспирты, тиофенолы, тиоэфиры и др.
6. Нитро- и аминсоединения (нитроэтан, нитротолуол, анилин и др.).
7. Органические красители (нитрокраски и др.).
8. Галогены (хлор, фтор, бром, йод и их производные).
9. Соединения серы, селена, теллура, фосфора, мышьяка, сурьмы, кремния, ртути, марганца, бериллия, таллия, титана, ванадия, хрома, молибдена, никеля, свинца, щелочно-земельных элементов – лития, цезия и т.д., редкоземельных элементов – лантанидов, кадмия, кобальта, марганца.
10. Антибиотики (тетрациклин и др.).
11. Компоненты микробиологического происхождения.
12. Аэрозольные раздражающие и ядовитые вещества (СДЯВ).

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

телевизионные станции, блоки передатчиков, антенные системы и т.д.

Вопросы и задания:

1. Источники загрязнения биосферы
2. Идентификация и классификация опасных и вредных производственных факторов.
3. Виды, источники и уровни негативных факторов производственной и бытовой среды.
4. Последствия местного загрязнения, антропогенного воздействия на атмосферу.
5. Химические загрязнения среды.
6. Биологические загрязнения.
7. Разгармонизация ландшафта.
8. Влияние погоды на самочувствие человека.
9. Нарушения в питании человека.
10. Проблемы адаптации человека к окружающей среде.

Список литературы: 1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Л.А. Михайлов, В.П. Соломин, Т.А. Беспмятных и др. ; под. Ред. Л.А. Михайлова. – 2-е изд. – СПб. : ПИТЕР, 2014. – 461 с. : ил. – (Учебник для вузов). – На учебнике гриф: Доп.УМО. – Прил.: с. 442-453. – Библиогр.: с. 456-460. – ISBN 978-5-496-00054-3

2. Айзман Р.И. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 247 с. — 978-5-379- 02005-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65282.html>

3. Шуленина Н.С. Практикум по безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] / Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова, Н.А. Волобуева. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 190 с. — 978-5-379- 02014-9. — Режим доступа:

<http://www.iprbookshop.ru/65287.html> 4. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Л.А. Муравей [и др.]. — 2-е изд. — Электрон. текстовые данные. — М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 431 с. — 978-5-238-00352-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71175.html>

5. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Э.А. Арустамов, А.Е. Волощенко, Г.В. Гуськов и др. ; под ред. Э.А. Арустамов. – 19-е изд., перераб. И доп. – М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°»,

2015. — ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ — (Учебные издания для бакалавров). — Библиогр. В кн. — ISBN 978-5-394-02494-8 ; То же [Электронный ресурс]. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=375807> (28.03.2016).

6.Никифоров Л.Л. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Никифоров Л.Л., Персиянов В.В.— Электрон. Текстовые данные.— М.: Дашков и К, 2015.— 494 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14035>.— ЭБС «IPRbooks»,

Практическое занятие 4.

Воздействие негативных факторов на человека и их нормирование.

Цель: Изучить акустические колебания. Рассмотреть основные характеристики шума и действие шума на человека и его нормирование.

Формируемые компетенции:

Теоретическая часть:

В настоящее время хозяйственная деятельность человека все чаще становится основным источником загрязнения биосферы. В природную среду во все больших количествах попадают газообразные, жидкие и твердые отходы производств. Различные химические вещества, находящиеся в отходах, попадая в почву, воздух или воду, переходят по экологическим звеньям из одной цепи в другую, попадая в конце концов в организм человека.

Попадание в организм человека больших концентраций токсических веществ может привести к потере сознания, острому отравлению и даже смерти.

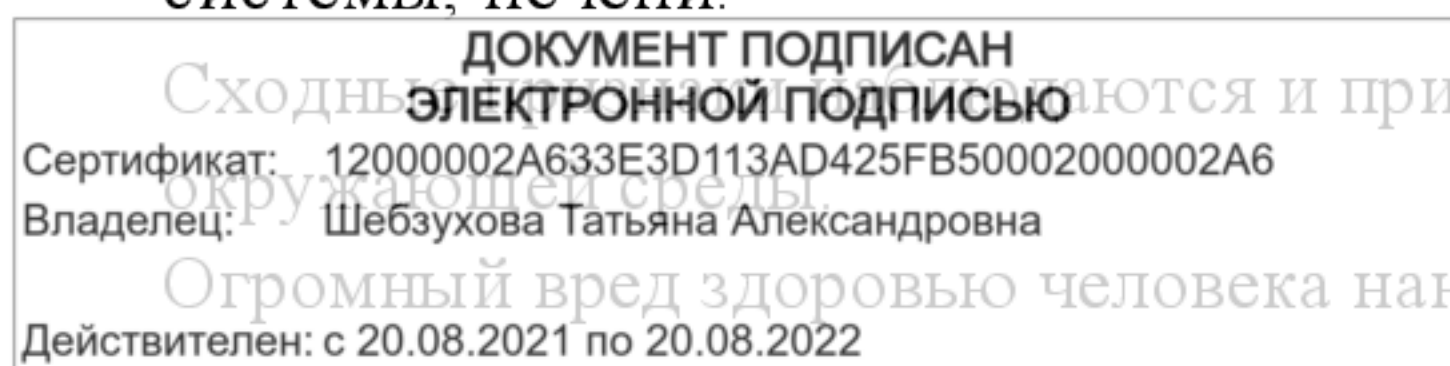
Примером подобного действия могут являться смоги, образующиеся в крупных городах в безветренную погоду, или аварийные выбросы токсичных веществ промышленными предприятиями в атмосферу.

Реакции организма на загрязнения зависят от индивидуальных особенностей: возраста, пола, состояния здоровья. Как правило, более уязвимы дети, пожилые и престарелые, больные люди.

При систематическом или периодическом поступлении организм сравнительно небольших количеств токсичных веществ происходит хроническое отравление.

Признаками хронического отравления являются нарушение нормального поведения, привычек, а также нейропсихического отклонения: быстрое утомление или чувство постоянной усталости, сонливость или, наоборот, бессонница, апатия, ослабление внимания, рассеянность, забывчивость, сильные колебания настроения.

При хроническом отравлении одни и те же вещества у разных людей могут вызывать различные поражения почек, кроветворных органов, нервной системы, печени.



радиоактивном загрязнении

курение. Курильщик не только

Практическое занятие 7.

Чрезвычайные ситуации и их поражающие факторы.

Цель: Выявить причины возникновения, характеристику и классификацию

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

[Электронный ресурс]: учебное пособие/ Никифоров Л.Л., Персиянов В.В.
—
Электрон. Текстовые данные.— М.: Дашков и К, **2015**.— 494 с.— Режим
доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14035>.— ЭБС «IPRbooks»,

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Пятигорский институт (филиал) СКФУ

Методические рекомендации

по организации самостоятельной работы обучающихся
по дисциплине «**Безопасность жизнедеятельности**»
для студентов направления подготовки /специальности
54.03.01 Дизайн

Направленность (профиль) Графический дизайн

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Методические рекомендации рассмотрены и утверждены на заседании кафедры технологии продуктов питания и товароведения

Протокол №__от «__»_____2022 г.

Зав. кафедрой ТППТ

Е.Н. Холодова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	4
2. Виды самостоятельной работы, ее оценка и контроль.....	5
3. План-график выполнения самостоятельной работы	6
4. Методические рекомендации к самостоятельной работе	9
5. Требования к представлению и оформлению результатов.....	11
6. Рекомендуемая литература.....	16

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

В ходе подготовки к занятиям бакалаврам следует учиться точно выражать свои мысли в докладе или выступлении по вопросу, активно отстаивать свою точку зрения, аргументировано возражать, опровергать ошибочную позицию.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

3. План-график выполнения самостоятельной работы студента

№	Раздел (тема) дисциплины	Реализуемые компетенции, индикаторы	Контактная работа обучающихся с преподавателем, часов				Самостоятельная работа, часов			
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Групповые консультации				
1 семестр										
Раздел 1. Человек и среда обитания										
1	Теоретические основы БЖД	УК-8	1,5	-	-	-	2,25			
2	Тема 2. Естественные системы защиты человека от негативных воздействий		1,5	-	-	-	3,0			
Раздел 2. Техногенные негативные факторы										
3	Тема 3. Негативные факторы техносферы	УК-8	-	1,5	-	-	6,0			
4	Тема 4. Воздействие негативных факторов на человека и их нормирование		-	1,5	-	-	6,0			
Раздел 3. Безопасность жизнедеятельности в условиях производства (охрана труда)										
5	Тема 5. Общие положения. Организация охраны труда	УК-8	-	-	-	-	6,0			
6	Тема 6. Пожарная безопасность		-	-	-	-	6,0			
Раздел 4. Защита в чрезвычайных ситуациях										
7	Тема 7.		-	-	-	-	6,0			

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6
Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна
Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

	ситуации и их поражающие факторы							
8	Характеристики Тема 8. ка и классификация ЧС техногенно го происхождения	УК-8	-	-	-	-	6,0	
Итого за 1 семестр			3	3	-	-	41,25	
Итого			3	3	-	-	41,25	

4. Методические рекомендации к самостоятельной работе

Для успешного освоения дисциплины необходимо самостоятельно детально изучить представленные темы по рекомендуемым источникам информации:

№ п/п	Темы для самостоятельного изучения	Рекомендуемые источники информации (№ источника)			
		Основная	Дополнительная	Методическая	Интернет-ресурсы

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Цель: Рассмотреть эволюцию среды обитания под воздействием деятельности человека. Тенденции изменения экологической обстановки, сопровождающее научно-технический прогресс.

Форма контроля СРС: опрос.

Задания для СРС:

Задание 1. Изучите вопрос: Экологические опасности.

Задание 2. Загрязнение атмосферы, источники выбросов, образование смога, «парниковый эффект», кислотные дожди, разрушения озонового слоя.

Тема 4. Воздействие негативных факторов на человека и их нормирование. Цель: Изучить акустические колебания. Рассмотреть основные характеристики шума и действие шума на человека и его нормирование. **Форма контроля СРС:** опрос; проверка конспекта.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

5. Требования к представлению и оформлению результатов

Самостоятельное изучение теоретического курса

Самостоятельное изучение теоретического материала

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

Задания и упражнения для самостоятельной работы преимущественно содержатся в учебно-методическом комплексе дисциплины (методических указаниях к семинарским занятиям и методических указаниях по самостоятельной работе студентов). Кроме того, задания и упражнения могут предлагаться преподавателями

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

наглядные пособия (например, подготовить доклад с презентацией или раздаточным материалом), использовать яркие примеры.

5. Важно потренироваться в чтении доклада. Если есть возможность, то записать свое выступление на видео- или

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

В тексте не должно быть рисунков и таблиц без ссылок на них. Рисунки и таблицы располагаются в тексте сразу после ссылок на них. Рисунки должны иметь поясняющую надпись – название рисунка, которая помещается под ним. Рисунки обозначаются словом «Рис». Точка в конце названия не ставится. Рисунки следует нумеровать последовательно арабскими цифрами в сквозном порядке в пределах

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для вузов / Л.А.Михайлов (и др.) ; ред.

Л.А.Михайлов – СПб.: Питер, 2009.

3.Бобкова О.В. Охрана труда и техника безопасности: обеспечение прав работника. Законодательные и нормативные акты с комментариями: О.В.Бобкова- М.: Омега-Л, 2010.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022

4. О гражданской обороне: Закон РФ от 26 декабря 1997г. № 28-ФЗ(в ред. от 9 октября 2002г.) СЗ РФ. 1998. №7 Ст.799; 2002. № 41.Ст.3970.
5. О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: Федеральный закон от 21 декабря 1994г. № 68-ФЗ(в ред. от 28 октября 2002г.).

Методическая литература:

Электронный курс лекций по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» для студентов направления 54.03.01 Дизайн

Интернет-ресурсы:

1. <http://biblioclub.ru> ЭБС «Университетская библиотека онлайн»;
2. www.elibrary.ru Научная электронная библиотека e-library;
3. www.library.stavsu.ru Электронная библиотека и электронный каталог научной библиотеки СКФУ;
4. www.window.edu.ru Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам».

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 12000002A633E3D113AD425FB50002000002A6

Владелец: Шебзухова Татьяна Александровна

Действителен: с 20.08.2021 по 20.08.2022