

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Зекрин Фанави Хайбрахманович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 04.11.2023 15:01:27  
Уникальный программный ключ:  
8d1b39193cdad8918b8873b6591d9ef237c1a2d2

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ»  
(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)**

**Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности**

**Методические указания по выполнению контрольной работы для  
студентов заочной формы обучения по дисциплине  
«Безопасность жизнедеятельности»**

по направлению подготовки  
49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (адаптивная физическая культура)  
Профиль «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая  
реабилитация»

Чайковский 2020

УДК 355/359  
ББК 68.9  
Б 40

Рецензент: Соломенников Д.В., ст.преподаватель

Обсуждено и рекомендовано к утверждению  
на заседании кафедры Теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «ЧГИФК».  
Протокол № 13 от 06.03.2020 г.

Печатается по решению учебно-методического совета  
ФГБОУ ВО «ЧГИФК».  
Протокол № 08 от 22.04.2020 г.

Б 40            Безопасность жизнедеятельности: методические указания к  
выполнению контрольных работ для обучающихся заочной формы  
по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц  
с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая  
культура) профили «Адаптивное физическое воспитание»,  
«Физическая реабилитация» / сост. Т.В. Кугушева. – Чайковский,  
ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2020. – 24 с.

Методические указания содержат варианты контрольных работ,  
списки учебной литературы, рекомендации обучающимся для выполнения  
контрольной работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности», а  
также указания по выбору своего варианта работы.

Методические указания адресованы обучающимся заочной формы по  
направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)  
профили «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая  
реабилитация».

УДК 355/359  
ББК 68.9

Кугушева Т.В., составление, 2020  
© ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2020

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.....	4
1 Организационно-методические указания.....	5
1.1 Общие положения.....	5
1.2 Структура и оформление работы.....	6
1.3 Правила выбора варианта контрольной работы.....	9
1.4 Защита контрольной работы.....	9
1.5 Критерии оценки контрольной работы.....	10
2 Варианты контрольной работы.....	12
Список рекомендуемой литературы.....	17
Приложения .....	19

## ПРЕДИСЛОВИЕ

В вузовской системе подготовки высококвалифицированных специалистов большая роль отводится самостоятельной работе студентов. Одной из форм организации такой работы является контрольная работа.

Контрольная работа выполняется в соответствии с рабочей программой дисциплины и способствует развитию необходимых навыков практического использования методов, изучаемых на лекционных занятиях.

В то же время практика показала, что у многих студентов нет чёткого представления об основных этапах подготовки контрольной работы, структуре и содержании основных её разделов. Допускается много ошибок в оформлении текста, рисунков, таблиц, списка использованных источников.

В настоящих методических рекомендациях установлены требования к составу, содержанию и оформлению контрольной работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» в Чайковском государственном институте физической культуры для студентов заочной формы обучения по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) профили «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация».

# 1 ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

## 1.1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Контрольная работа является формой текущего контроля (оценки) знаний. Данный вид контроля позволяет объективно оценить уровень подготовленности и самостоятельности студента по одной из ключевых тем изучаемого курса «Безопасность жизнедеятельности» в межсессионный период.

Выполнение работы предполагает самостоятельную работу студента по выбранной теме на основе изучения научной литературы.

*Цель* выполнения контрольной работы - формирование прочных знаний, навыков и умений студентов по предлагаемому курсу на основе следующих компонентов образовательного процесса:

1. Понимание теоретического материала изучаемого курса.
2. Формирование навыков:
  - самостоятельной работы с различными видами источников по выбранной проблеме (теме);
  - подбора, обработки и систематизации материала (информации) по выбранной теме;
  - обобщения, формулирования выводов и оформления их в различной форме (текст, таблицы, графики, схемы).
3. Формирование умения грамотно и логично излагать письменно материал (информацию) по заявленной теме.

## 1.2 СТРУКТУРА И ОФОРМЛЕНИЕ РАБОТЫ

Контрольная работа должна быть оформлена согласно требованиям, предъявляемым к данному виду работы.

### *Необходимые требования для оформления контрольной работы:*

- наличие титульного листа (приложение 1);
- задание на контрольную работу (приложение 2);
- основной текст;
- список литературы (приложение 3);
- приложения (при наличии).

### *Титульный лист.*

Титульный лист содержит следующие реквизиты: наименование министерства, вуза, кафедры, название дисциплины и темы, номер группы, фамилия, имя и отчество исполнителя, фамилия, имя и отчество проверяющего.

Номер варианта контрольной работы на титульном листе должен соответствовать последней цифре номера зачетной книжки. Изменения допускаются только по согласованию с преподавателем, ведущим данный курс.

### *Задание на контрольную работу*

Задание (вариант вопросов контрольной работы) включается в текстовую часть после титульного листа, не нумеруется, но включается в общее количество листов.

### *Основной текст контрольной работы*

Структура основного текста контрольной работы представляет собой полный ответ на поставленные теоретические вопросы на основе изучения литературных источников. В работе следует обязательно делать сноски на список использованных источников. Ответ заканчивается выводами.

### *Список литературы*

В список литературы включаются все источники, которые были изучены и использованы при выполнении работы. Список литературы рекомендуется приводить в алфавитном порядке.

Библиографический список содержит не менее 5 источников и оформляется согласно ГОСТ 7.1 - 2003 «Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления», введенному с 01.06.2004 г.

### *Приложения*

К тексту контрольной работы как иллюстративный материал могут быть сделаны «Приложения» в виде графиков, схем, таблиц, диаграмм. Приложения должны иллюстрировать, дополнять, объяснять информацию, изложенную в работе (в основном тексте делаются сноски или ссылки на них). Каждое приложение начинается на новой странице, на которой в правом углу пишется слово «ПРИЛОЖЕНИЕ», рядом указывается порядковый номер (цифрой без указания №), если приложений больше одного. Название приложения пишется по центру страницы.

*К оформлению контрольной работы предъявляются следующие требования:*

1. Текст представляется в печатном варианте, без стилистических и грамматических ошибок.

2. Текст должен иметь книжную ориентацию, набираться через 1,5 интервала на листах формата А4 (210 х 297 мм). Для набора текста в текстовом редакторе Microsoft Word рекомендуется использовать шрифты: Times New Roman, размер шрифта – 14 пт. При использовании других текстовых редакторов шрифт выбирается самостоятельно, исходя из требований – 60 строк на лист (через 2 интервала).

3. Поля страницы: левое – 3 см., правое – 1,5 см., нижнее – 2 см., верхнее – 2. Абзац (красная строка) должен равняться четырем знакам (1,25 см).

4. Выравнивание текста на листах должно проводиться по ширине строк.

5. Каждая структурная часть контрольной работы (введение, разделы основной части, заключение и т. д.) начинается с новой страницы.

6. Заголовки разделов, введение, заключение, библиографический список набираются прописным полужирным шрифтом.

7. Не допускаются подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовков.

8. После заголовка, располагаемого посередине строки, точка не ставится.

9. Расстояние между заголовком и следующим за ней текстом, а также между главой и параграфом составляет 2 интервала.

10. Формулы внутри контрольной работы должны иметь сквозную нумерацию и все пояснения используемых в них символов.

11. Иллюстрации, рисунки, чертежи, графики, фотографии, которые приводятся по тексту работы, должны иметь нумерацию.

12. Ссылки на литературные источники оформляются в квадратных скобках, где вначале указывается порядковый номер по библиографическому списку.

13. Все страницы контрольной работы, кроме титульного листа, нумеруются арабскими цифрами. Номер проставляется внизу в центре страницы.

14. Титульный лист контрольной работы включается в общую нумерацию, но номер страницы на нем не проставляется.

15. Объем контрольной работы в среднем - 15-20 страниц (или 25-40 тыс. печатных знаков) формата А4, набранных на компьютере на одной (лицевой) стороне.



16. В списке использованной литературы в контрольной работе должно быть не менее пяти источников.

17. Все структурные части контрольной работы сшиваются в той же последовательности, как они представлены в структуре.

### 1.3 ПРАВИЛА ВЫБОРА ВАРИАНТА КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Студенты сами выбирают вариант контрольной работы по предложенному списку (предлагается 15 вариантов: вариант определяется в соответствии с последней(-ми) цифрой(-ами) зачетной книжки.). Номер варианта контрольной работы выбирается в соответствии с таблицей 1.

Таблица 1 - Таблица выбора варианта контрольной работы

<i>Последняя цифра номера зачетной книжки студента</i>	<i>Номер варианта контрольной работы (на выбор студента)</i>
1	01
2	02
3	03
4	04
5	05
6	06
7	07
8	08
9	09
0	10
11	11
12	12
13	13
14	14
15	15

*Внимание!* Контрольная работа, выполненная **не по своему варианту**, к проверке и защите **не допускается**.

### 1.4 ЗАЩИТА КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Защита работы может проходить в разных формах:

- в форме собеседования (автор работы выступает с коротким сообщением (5-7 мин.), освещает состояние проблемы, ход и результат

работы, выводы и предложения. После этого выступающий отвечает на вопросы);

- заочная форма (работы, соответствующие требованиям, могут быть защищены заочно, и по итогам работы выставляется оценка).

В случае возникновения вопросов по выполнению контрольной работы студенту следует обратиться к преподавателю за консультацией. Срок выполнения контрольной работы определяется преподавателем, и она должна быть сдана не позднее, чем за неделю до экзамена.

### ***1.5 КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ***

Подготовленная и оформленная в соответствии с требованиями контрольная работа оценивается преподавателем по следующим критериям:

- достижение поставленной цели и задач исследования (новизна и актуальность поставленных в контрольной работе проблем, правильность формулирования цели, определения задач исследования, правильность выбора методов решения задач и реализации цели; соответствие выводов решаемым задачам, поставленной цели, убедительность выводов);
- уровень эрудированности автора по изученной теме (знание автором состояния изучаемой проблематики, цитирование источников, степень использования в работе результатов исследований);
- личные заслуги автора контрольной работы (новые знания, которые получены помимо образовательной программы, новизна материала и рассмотренной проблемы, научное значение исследуемого вопроса);
- культура письменного изложения материала (логичность подачи материала, грамотность автора);
- культура оформления материалов работы (соответствие работы всем стандартным требованиям);

- знания и умения на уровне требований стандарта данной дисциплины: знание фактического материала, усвоение общих понятий и идей;
- степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, корректность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстративного материала, наличие знаний интегрированного характера, способность к обобщению);
- качество и ценность полученных результатов (степень завершенности реферативного исследования, спорность или однозначность выводов);
- использование литературных источников.

Объективность оценки работы преподавателем заключается в определении ее положительных и отрицательных сторон, по совокупности которых он окончательно оценивает представленную работу.

При положительном заключении работа допускается к защите, о чем делается запись на титульном листе работы.

При отрицательной рецензии работа возвращается на доработку с последующим представлением на повторную проверку с приложением замечаний, сделанных преподавателем.

**Внимание. 1. Не допускается сдача взятых из сети Internet контрольных работ,** поскольку, **во-первых,** это будет рассматриваться как попытка обмана преподавателя, **во-вторых,** это приводит к формализации получения знаний, **в-третьих,** в мировой практике ведется борьба с плагиатом при сдаче контрольных работ вплоть до отчисления студентов от обучения.

**В подобном случае работа не принимается к защите, и студент получает новую тему.**

**2. Студент, не подготовивший контрольную работу, считается не выполнившим учебный план и не может быть допущен к экзамену.**

## 2 ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Прилагается примерный перечень вариантов контрольной работы. Возможно изменение плана, выстраивание его в выбранной студентом логике. Обязательным условием является доработка вопроса и представление его в виде развернутого сложного плана.

Требования: полное, логичное, грамотное рассмотрение вопросов.

### *Вариант 1*

1. Пожароопасность веществ и материалов, зданий и сооружений, огнестойкость строительных конструкций. Классификация горючих веществ.
2. Дать характеристику поражающим факторам при аварии на радиационно-опасном объекте.
3. Условия протекания процесса горения и причины возникновения очага загорания (пожара).
4. Дать классификацию и характеристику гидрологических морских (речных) чрезвычайных ситуаций.

### *Вариант 2*

1. Определить порядок действия населения при землетрясении при невозможности покинуть здание.
2. Радиоактивность. Естественные и искусственные источники радиации на земле. Радиационный фон.
3. Определить порядок действия населения во время покидания помещения (дома) при заблаговременном оповещении о возникновении ЧС. Жизнеобеспечение населения в зоне ЧС.
4. Характеристика интенсивности землетрясений, шкалы оценки землетрясений.

### *Вариант 3*

1. Человек и среда обитания. Факторы окружающей среды - физические, химические, биологические, информационные, социальные (привести примеры).

2. Дать характеристику радиационно-опасного объекта (РОО). Перечислите виды ионизирующего излучения.
3. Перечислить и дать характеристики метеорологическим чрезвычайными ситуациями.
4. Землетрясения. Поражающие факторы землетрясений. Пояса землетрясений.

#### *Вариант 4*

1. Взрыв: физико-химические основы, виды взрывоопасных веществ, пожаровзрывоопасность технологических процессов на производстве. Поражающие факторы взрывов.
2. Дать характеристику химически опасного объекта (ХОО).
3. Дать характеристику ионизирующего излучения и его свойства. Действие населения при введении режима радиационной защиты.
4. Дать характеристику твердой оболочке земного шара (или земной коры, литосферы), ее строение. Тектонические плиты, их количество и название.

#### *Вариант 5*

1. Биолого-социальные ЧС. Инфекции, эпидемии, возбудители болезней. Защитные мероприятия (карантин, обсервация и т.д.).
2. Нормативно-правовая база в области охраны труда. Ее организация на предприятиях, в учреждениях и организациях.
3. Перечислить и дать краткую характеристику поражающим факторам опасных техногенных ЧС.
4. Перечислить и дать краткую характеристику основополагающим законодательным актам РФ в области организации и обеспечения защиты населения от ЧС.

#### *Вариант 6*

1. Техногенные опасности, оказывающие влияние на жизнедеятельность человека в месте проживания.
2. Средства пожаротушения. Основные виды первичных средств пожаротушения. Огнетушители.

3. Терроризм. Основные мероприятия, проводимые в организациях по защите от терроризма (мероприятия по антитеррору).
4. Виды и характеристика взрывов и поражающие факторы взрыва.

#### *Вариант 7*

1. Естественные опасности, оказывающие влияние на жизнедеятельность человека в месте проживания.
2. Организация пожарной безопасности на предприятиях, в учреждениях и организациях. Мероприятия по пожарной безопасности.
3. Средства пожаротушения. Характеристика пожарного водовода. Средства пожарной сигнализации (их виды, датчики автоматической пожарной сигнализации, установки автоматического пожаротушения).
4. Перечислить и дать краткую характеристику основным органам государственного надзора за соблюдением всех видов безопасности в РФ (населением, на производстве и т.д.).

#### *Вариант 8*

1. Дать классификацию и характеристику природным (ландшафтным) пожарам.
2. Аттестация рабочих мест по условиям труда.
3. Характеристика и оценка негативных и вредных производственных факторов.
4. Определить порядок действия населения при землетрясении при невозможности покинуть здание.

#### *Вариант 9*

1. Электрический ток. Действие электрического тока на организм человека, виды поражений электрическим током, источники поражения электрическим током, пороговые значения электрического тока.
2. Методы и способы защиты населения. Средства коллективной защиты.
3. Перечислить и дать краткую характеристику источникам ЧС.
4. Пути поступления АХОВ (ОВ) в организм человека, охарактеризовать способы защиты.

### *Вариант 10*

1. Основной принцип классификации ЧС.
2. Перечислить и дать краткую характеристику поражающим факторам опасных природных ЧС.
3. Закон, определяющий общие организационно-правовые и экономические основы создания и деятельности аварийно-спасательных служб и формирований на территории РФ.
4. Цели и задачи, решаемые ГО.

### *Вариант 11*

1. Определить порядок действия населения при угрозе наводнения.
2. Обучение работников в области охраны труда: организация обучения и проверки знаний требований охраны труда, виды инструктажа по охране труда.
3. Дать характеристики и физико-химические свойства химически опасных веществ. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.
4. Виды и характеристика пожаров в населенных пунктах (на производстве). Поражающие факторы пожара.

### *Вариант 12*

1. Средства индивидуальной защиты. Классификация, характеристика, порядок проверки и применения.
2. Дать характеристику и раскрыть взаимосвязь между понятиями: неприятный случай, инцидент, происшествие, авария, катастрофа, ЧС.
3. Перечислить и дать характеристику катастрофам экологического характера.
4. Определить порядок действия населения при угрозе и сходе обвала, оползня.

### *Вариант 13*

1. Источники загрязнения водоемов, классификация основных загрязняющих веществ, нормирование стоков, методы очистки.
2. Сель, селевой поток, их классификация и поражающие факторы.

Определить порядок действия населения при угрозе и сходе селевого потока.

3. Организация контроля и мониторинга состояния природной среды и производственных объектов в РФ. Прогнозирование аварий, катастроф, опасных природных явлений и ЧС.

4. Структура РСЧС ее составляющие. Порядок действия населения по сигналу «Внимание всем!».

#### *Вариант 14*

1. Средства обеспечения электробезопасности. Средства индивидуальной защиты от поражения электрическим током.

2. Основные внутренние и внешние причины возникновения техногенной ЧС. Стадии развития чрезвычайных ситуаций и их характеристика.

3. Нормативно-правовой акт, регулирующий санитарные правила, нормы, гигиенические нормативы в области радиационной безопасности

4. Цели и задачи, решаемые РСЧС

#### *Вариант 15*

1. Лава и лавовый поток, их поражающие факторы. Определить порядок действия населения при угрозе и извержении вулкана.

2. Дать определение понятия «Риска» как меры количественного измерения опасности. Вероятность возникновения источника опасности.

3. Охарактеризовать основные объекты по обеспечению безопасности в соответствии с Федеральным законом "О безопасности"

4. Перечислить и охарактеризовать органы управления РСЧС.



## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айзман Р.И. и др. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности: уч. пос.-Новосибирск: АРТА, 2011.
2. Айзман, Р. И. Безопасность жизнедеятельности : словарь-справочник / Р. И. Айзман, С. В. Петров, А. Д. Корощенко ; под редакцией В. Б. Рубанович, С. В. Петров. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 352 с.
3. Алексеев В.С. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие/ Алексеев В.С., Жидкова О.И., Ткаченко И.В.— Электрон. текстовые данные. — Саратов: Научная книга, 2012. — 159 с.
4. Алексеев, В. С. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В. С. Алексеев, О. И. Жидкова, И. В. Ткаченко. — 2-е изд. — Саратов : Научная книга, 2019. — 158 с.
5. Безопасность жизнедеятельности : учебник для бакалавров / В. О. Евсеев, В. В. Кастерин, Т. А. Коржинек [и др.]. — 2-е изд. — Москва : Дашков и К, 2019. — 453 с.
6. Безопасность жизнедеятельности : учебник для бакалавров / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко ; под редакцией Э. А. Арустамова. — 21-е изд. — Москва : Дашков и К, 2018. — 446 с.
7. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.: учеб. пособ. / Вишняков Я.Д. и др.- М.: Академия, 2008. - 304с.
8. Безопасность жизнедеятельности: учебник/ под ред. Полиевского С.А. —М.: Академия, 2013.
9. Еременко, В. Д. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В. Д. Еременко, В. С. Остапенко. — Москва : Российский государственный университет правосудия, 2016. — 368 с.
10. Занько Н.Г. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник. - СПб: Лань, 2012. - 672с.

11. Кузьминов, А. В. Безопасность жизнедеятельности. Ч.1 : учебно-методическое пособие в 2 частях / А. В. Кузьминов. — Симферополь : Университет экономики и управления, 2018. — 112 с.
12. Кузьминов, А. В. Безопасность жизнедеятельности. Ч.2 : учебно-методическое пособие в 2 частях / А. В. Кузьминов. — Симферополь : Университет экономики и управления, 2018. — 152 с.
13. Курс по основам безопасности жизнедеятельности / . — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, Норматика, 2017. — 119 с.
14. Михайлов Л.А., Соломин В.П. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них: учебник. - СПб: Питер,2008.
15. Никифоров, Л. Л. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Л. Л. Никифоров, В. В. Персиянов. — 2-е изд. — Москва : Дашков и К, 2019. — 494 с.
16. Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях: учеб. пособ. /авт. сост.- Шаховец В.В., Виноградов А.В.-М.: Военные знания, 2007. – 10 экз.
17. Рысин, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 122 с.
18. Сычев Ю.Н. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Сычев Ю.Н.— Электрон. текстовые данные. — М.: Финансы и статистика, 2014. — 224 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18791>.— ЭБС «IPRbooks»
19. Чепегин, И. В. Безопасность жизнедеятельности в условиях чрезвычайных ситуаций. Теория и практика : учебное пособие / И. В. Чепегин, Т. В. Андрияшина. — Казань : Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2017. — 116 с.



## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

ПРИЛОЖЕНИЕ 1 – Образец оформления титульного листа

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 – Примерное оформление содержания

ПРИЛОЖЕНИЕ 3 – Примеры библиографических записей документов в  
списке литературы

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

*Образец оформления титульного листа*

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЧАЙКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»  
(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)

Кафедра Теории и методики физической культуры, спорта  
и безопасности жизнедеятельности

**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА**  
по дисциплине  
**«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Вариант № \_\_\_\_

Выполнил: студент \_\_\_\_\_ группы

\_\_\_\_\_  
(фамилия, инициалы студента)

Проверил: ст. преподаватель

Соломенников Д.В.  
(фамилия, инициалы преподавателя)

Чайковский, 2020

Студент при самостоятельном составлении содержания должен придерживаться приведенной ниже структуры:

**ЗАДАНИЕ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

1. Биолого - социальные ЧС. Инфекции, эпидемии, возбудители болезней. Защитные мероприятия (карантин, обсервация и т.д.)....	2
1. Нормативно-правовая база в области охраны труда. Её организация на предприятиях, в учреждениях и организациях.....	5
2. Перечислить и дать краткую характеристику поражающим факторам опасных техногенных ЧС.....	9
3. Перечислить и дать краткую характеристику основополагающим законодательным актам РФ в области организации и обеспечения защиты населения от ЧС.....	12
Список литературы.....	16
Приложения (при наличии).....	17

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3**  
*Примеры библиографических записей  
документов в списке литературы*

**Библиографические записи оформляются в соответствии с требованиями ГОСТ 7.1 – 2003 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления»**

*Для книг:*

1. Шойгу, С. К. Учебник спасателя / С. К. Шойгу, М. И. Фалеев, Г. Н. Кириллов [и др.]; под общ. ред. Ю. Л. Воробьева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Краснодар: Советская Кубань, 2018.
2. Одинцов, Л. Г. Технология и технические средства ведения поисково-спасательных и аварийно-спасательных работ: справочное пособие / Л. Г. Одинцов, В. В. Парамонов. — М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2014.

*Нормативные правовые акты*

1. Конституция Российской Федерации: офиц. текст. – М.: Маркетинг, 2019. – 39 с.

*Стандарты*

ГОСТ 12.4.100 – 80 Комбинезоны мужские для защиты от нетоксичной пыли, механических воздействий и общих производственных загрязнений. — М.: Стандартиформ, 2017. — 5 с.

*Многотомное издание:*

Защита населения в чрезвычайных ситуациях [Текст]. Вып. 2: сб. методич. разработок. — М.: Библиотечка «Военные знания», 2000.

*Для учебных материалов:*

1. Михайлов Л.А., Соломин В.П. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них: учебник. - СПб: Питер, 2018
2. Емельяненко, В. Л. Действия населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени [Текст]: учеб. -метод. пособие / В. Л.

Емельяненко, С. П. Мордвинков, С. В. Песков. — Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 2018. — 220 с.

*Оформление статей в списке литературы (1 автор):*

Петров, Н.Н. Проблемы безопасности населения в мирное время/ Н.Н. Петров // Военные знания. – 2017. – №8. – С.34-39.

*Оформление статей в списке литературы (до 4 авторов):*

Илюшин, И.В. Организация и технология ведения аварийно-спасательных и других неотложных работ при чрезвычайных ситуациях / И.В. Илюшин, А.И. Горелов // Военные знания. – 2016. – №5. – С.45 –47.

*Оформление статей в списке литературы (4 автора):*

К вопросу о подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера/ А.В. Путилов, С.С. Решетников, В.Н. Петров, А.Н. Огурцов // Военное дело. – 2017. – №7. – С.13-16.

*Оформление статей в списке литературы (более 4 авторов):*

Современные войны и гражданская оборона/ Ю.Л. Воробьев, А.И. Воложин, А.Н. Казимирский и др. // Военное дело. – 2018. – №1. – С.8 –15.

*Оформление электронных источников:*

1. Электронный журнал «Гражданская оборона XXI века» [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://www.mchs.gov.ru>
2. О безопасности: Федеральный закон от 5 марта 1992 года № 2446-1 (в ред. Закона РФ от 25.12.1992 г. № 4235-1, Указа Президента РФ от 24.12.1993 г. № 2288, Федеральных законов от 25.07.2002 г. № 116-ФЗ, от 07.03.2005 г. № 15-ФЗ, от 25.07.2006 г. № 128-ФЗ, от 02.03.2007 г. № 24-ФЗ) [Электронный ресурс]: – Режим доступа: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 17.02.2020)



Учебное издание

## **БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Методические указания

Составитель: **КУГУШЕВА** Татьяна Вячеславовна

Редактор Г. В. Кошкина

Подписано в печать 18.05.2020. Формат 60x84 1/8. Уч. изд. л. 0,7.

Объем данных 0,1 Мб. Заказ № 1018.

Федеральное государственное образовательное учреждение высшего образования  
«Чайковский государственный институт физической культуры»

(ФГБОУ ВО «ЧГИФК»)

617764, Пермский край, г. Чайковский, ул. Ленина, 67, ауд. 201.

[www.chifk.ru](http://www.chifk.ru)