

МІЖРЕГІОНАЛЬНА  
АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



МАУП

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ  
ЩОДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ  
РОБОТИ СТУДЕНТІВ  
з дисципліни  
“МЕДИКО-СОЦІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ БЕЗПЕКИ”  
(для спеціалістів)**

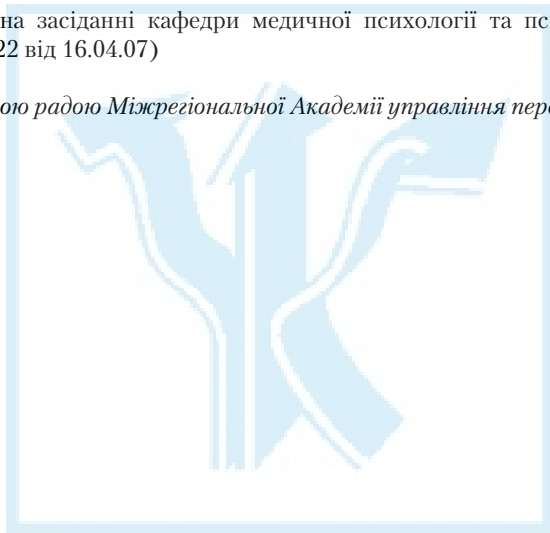
МАУП

Київ 2007

Підготовлено викладачем кафедри медичної психології та психокорекції  
*Л. Г. Тарасенко*

Затверджено на засіданні кафедри медичної психології та психокорекції  
(протокол № 22 від 16.04.07)

*Схвалено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом*



**Тарасенко Л. Г.** Методичні рекомендації щодо забезпечення самостійної роботи студентів з дисципліни “Медико-соціальні проблеми безпеки” (для спеціалістів). — К.: МАУП, 2007. — 34 с.

Методичні рекомендації містять пояснювальну записку, загальні методичні рекомендації, рекомендації щодо організації та форм самостійної роботи студентів, питання для самоконтролю, тести, список літератури.

© Міжрегіональна Академія  
управління персоналом (МАУП), 2007

## **ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Навчальна дисципліна “Медико-соціальні проблеми безпеки” характеризується тісними міждисциплінарними зв’язками з безпекою життєдіяльності, медициною катастроф та невідкладних станів, соціологією, психологією, правознавством, соціальною й санітарною гігієною та іншими галузями соціологічних, психологічних і медичних знань. Вивчення курсу сприяє поглибленому та всебічному розумінню організації безпеки як особистої, так і суспільної.

Мета вивчення дисципліни — здобути теоретичні знання і навчитися застосовувати їх на практиці завдяки усвідомленню проблем безпеки в умовах сучасного суспільства з урахуванням природних і соціальних чинників.

У результаті вивчення курсу студенти повинні засвоїти матеріал курсу; усвідомити концепцію припустимого ризику і вміти визначити небезпечні та шкідливі фактори для життя людини; вплив анатомо-фізіологічних особливостей людини на її безпеку; засвоїти основи гігієни, екології та валеології.

На заняттях студенти повинні виконати статистичну оцінку небезпечних і шкідливих факторів для життя людини на підставі соціологічного опитування за бальною системою, провести тести на визначення темпераменту людини, рівня уваги та ступеня задоволення основних потреб людини і проаналізувати одержані результати з позицій безпеки.

Програма курсу охоплює вивчення таких питань: порядок визначення небезпек та рівня ризику; визначення коефіцієнта індивідуального ризику; перша медична допомога при нещасних випадках та інших загрозливих станах; методика визначення психологічних особливостей людини та їх оцінка; способи вирішення конфліктів та шляхи їх подолання; організація та забезпечення безпеки на різних рівнях та ін.

Програма розроблена на основі сучасних підходів до розуміння безпеки та з урахуванням конституційних засад особистої безпеки і Концепції ООН “Про сталий розвиток людського суспільства”.

Наведені у програмі питання для модульного контролю забезпечують поточний зріз і контроль засвоєння студентами навчального матеріалу і будуть покладені в основу формування залікових білетів з курсу “Медико-соціальні проблеми безпеки”.

Відповідно до прийнятого в МАУП навчального плану програма курсу “Медико-соціальні проблеми безпеки” передбачає лекційні та семінарські форми занять, а також самостійну роботу студентів під керівництвом викладача.

Самостійна робота студентів охоплює засвоєння теоретичного матеріалу з використанням відповідних літературних джерел, аналіз сучасних форм забезпечення безпеки, поданих в останніх публікаціях, формування шляхів вирішення медико-соціальних проблем безпеки, що склалися на сучасному етапі розвитку суспільства та особистості.

### ***ЗАГАЛЬНІ МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ***

Сучасна людина живе у світі небезпек — природних, технічних, екологічних та ін. Небезпеки часто взаємодіють і тим самим ускладнюються їх наслідки. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я у світі збільшується кількість хворих на неврози, налічується понад 500 млн інвалідів, кожний п'ятий з яких дістав інвалідність внаслідок нещасного випадку.

За даними МНС України стрімко погіршується стан безпеки в усіх галузях народного господарства та сферах життя суспільства.

З огляду на це особливо важливим виявляється вивчення дисципліни “Медико-соціальні проблеми безпеки”, що охоплює теорію і практику захисту людини від небезпечних і шкідливих факторів природного та антропогенного походження в усіх сферах її життєдіяльності.

Опанування студентами таких питань формує базу знань, пов'язаних з класифікацією надзвичайних ситуацій, їх попередженням, діями в надзвичайних ситуаціях; небезпеками, що виникають у повсякденному житті, і безпечною поведінкою; засвоєнням знань про безпеки при взаємодії організму і факторів навколишнього середовища (природних і соціальних) та заходів, здійснення яких забезпечує попередження хвороб, створення оптимальних умов для життєдіяльності та самопочуття людини; ознайомленням із сучасними засобами індивідуального і колективного захисту в мирний та воєнний час.

При викладанні дисципліни багато уваги приділяється розвитку навичок безпечної поведінки в системі “людина — середовище проживання”.

Основна мета викладання дисципліни — озброїти майбутнього спеціаліста теоретичними знаннями і практичними навичками з питань особистої безпеки і безпеки оточуючих; фундаментальними знаннями і вміннями розпізнавати і оцінювати небезпечні та шкідливі фактори навколишнього середовища, визначати засоби захисту від них, а також ліквідувати негативні наслідки і подавати само- і взаємодопомогу при проявах небезпеки.

Завдання вивчення курсу:

- засвоєння необхідного обсягу теоретичних знань, пов'язаних з безпекою життєдіяльності;
- формування усвідомленого і відповідального ставлення до питань особистої безпеки і безпеки оточуючих;
- практичне засвоєння способів розпізнавання і оцінки небезпечних ситуацій та шкідливих факторів середовища проживання людини;
- здобуття знань фізичних і психологічних якостей особистості, необхідних для адаптації до умов проживання людини.

### ***ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ФОРМИ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ***

Самостійна робота студентів з дисципліни “Медико-соціальні проблеми безпеки” потребує наявності стійкої мотивації, що визначається необхідністю ефективної професійної діяльності.

Активізація самостійної роботи студентів може забезпечуватись такими факторами:

- участю у творчій діяльності;
- використанням у навчальному процесі активних методів навчання;
- мотивуючими факторами контролю знань (рейтингова та накопичувальна системи оцінювання знань);
- необхідністю обов'язкового виконання індивідуальних завдань;
- розширенням обсягу знань з дисципліни за рахунок роботи з додатковими літературними джерелами.

Основне завдання організації самостійної роботи студентів з дисципліни “Медико-соціальні проблеми безпеки” полягає в навчанні студентів свідомо працювати не тільки з навчальним матеріалом, а

й з науковою інформацією, закласти основи самоорганізації та само-визначення, сформувати вміння та навички постійно підвищувати власну кваліфікацію.

При вивченні дисципліни “Медико-соціальні проблеми безпеки” необхідністю організації самостійної роботи є єдність таких її взаємопов’язаних форм:

- аудиторна робота;
- позааудиторна пошуково-аналітична робота;
- творча наукова робота.

**Аудиторна самостійна робота** реалізується у процесі лекцій-них, практичних і семінарських занять.

Так, на практичних заняттях студенти детально аналізують основні проблеми безпеки в умовах сучасного суспільства з урахуванням природних і соціальних чинників; основи гігієни, екології та валеології; вплив анатомо-фізіологічних особливостей людини на її безпеку; закріплюють знання теоретичних положень медико-соціальних проблем безпеки, набувають вмінь і навичок індивідуального виконання відповідно до сформульованих завдань.

У процесі практичних занять перевіряється рівень засвоєння теоретичних знань шляхом застосування попередньо підготовленого методичного матеріалу — тестів для виявлення ступеня опанування студентами необхідних теоретичних і практичних положень.

Крім того, застосовуються такі форми аудиторної діяльності, як опитування, аналіз типових помилок, дискусії, семінари, рефлексійний аналіз розуміння матеріалу. Підготовка до таких занять потребує ґрунтовної теоретичної і практичної самостійної роботи студентів.

На практичних заняттях студенти здійснюють статистичну оцінку небезпечних і шкідливих факторів для життя людини на підставі соціологічного опитування за бальною системою, проводять тести на визначення темпераменту людини, рівня уваги та ступеня задоволення основних потреб людини і аналізують отримані результати з позицій безпеки.

На семінарах обговорюються попередньо визначені питання, до яких студенти готують тези виступів, реферати. При проведенні семінарів визначаються:

- уміння студентів аналізувати навчальний матеріал;
- здатність формулювати та обстоювати власну позицію;
- активність,

- здатність науково мислити;
- навички самостійної роботи з літературою, першоджерелами з дисципліни та методикою їх опрацювання;
- якість написання рефератів тощо.

Дискусії дають змогу виявити індивідуальні особливості розуміння обговорюваного питання, навчитись у творчій суперечці встановлювати істину, особисту і спільну точки зору з обговорюваної проблеми. У процесі дискусії студенти збагачують зміст вже відомого матеріалу, впорядковують і закріплюють його.

Форми семінарів і дискусій можуть бути різні. З дисципліни “Медико-соціальні проблеми безпеки” застосовуються такі їх форми:

- у вигляді запитань і відповідей з коментарями;
- розгорнуті бесіди;
- дискусії;
- обговорення та оцінювання письмових рефератів студентів;
- розв’язання проблемних питань та розбір конкретних ситуацій;
- майстер-класи.

**Позааудиторна робота** з дисципліни “Медико-психологічні проблеми безпеки” має характер пошуково-аналітичної і наукової роботи. Завдання, які виконують студенти у процесі самостійної роботи, сприяють мисленню, формуванню необхідних умінь та навичок, поглибленню та закріпленню знань та вмінь, які студенти отримують на лекціях та практичних заняттях. При вивченні дисципліни “Медико-соціальні проблеми безпеки” доцільні такі форми проведення самостійної роботи:

- пошук та огляд наукових джерел за заданою проблематикою;
- підготовка рефератів;
- формулювання понять;
- відповідальне виконання домашніх завдань;
- ретельна підготовка до семінарських занять і дискусій різних видів.

## **ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ**

### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Надзвичайні ситуації природного характеру.
2. Надзвичайні ситуації техногенного характеру.

3. Зміст поняття “навколишнє середовище” і діяльність людини в ньому.
4. Негативні фактори міського середовища, які впливають на життєдіяльність людини.
5. Правила безпечної поведінки в екстремальних ситуаціях.

#### **Завдання для самостійної роботи**

1. Провести тести на визначення темпераменту людини, проаналізувати отримані результати з позицій безпеки.
2. Провести тести на визначення рівня уваги та ступеня задоволення основних потреб людини і проаналізувати одержані результати з позицій безпеки.
3. Опрацювати теоретичні засади подання першої медичної допомоги при нещасних випадках та інших загрозливих станах.
4. Провести методичку визначення психологічних особливостей людини, їх оцінка.
5. Проаналізувати способи вирішення різних видів конфліктів.

### **Змістовий модуль I. Наукові засади безпеки. Людина і середовище в системі “людина – середовище”**

#### ***Тема 1. Науково-технічний прогрес, розвиток і безпека цивілізації***

##### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Життєдіяльність людини та довкілля: основні поняття та сучасні проблеми.
2. Системи безпеки та ефективність їх функціонування.
3. Основні умови безпечної життєдіяльності людини та глобальної безпеки.

##### **Завдання для самостійної роботи**

Проаналізувати методи управління ризиком та проблеми допустимого ризику.

*Література [2–5; 7–10]*

#### ***Тема 2. Основні завдання та проблеми безпеки***

##### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Класифікація небезпек за сферами походження, часом виявлення, природою матеріального носія та наслідками від реалізації.



2. Небезпечні ситуації як сукупність багатofакторних подій.
3. Принципи забезпечення безпеки.

#### **Завдання для самостійної роботи**

Проаналізувати методика визначення рівня дії небезпечних і шкідливих факторів в індивідуальному середовищі діяльності.

*Література [2–4; 7–10]*

### ***Тема 3. Фізіологічні, психологічні та соціальні засади забезпечення безпеки***

#### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Захисні властивості людського організму. Імунітет. Адаптація.
2. Основні потреби людини та її активність.
3. Соціалізація особистості та безпека життєдіяльності.
4. Світогляд та мораль як фактори особистої безпеки.

#### **Завдання для самостійної роботи**

Визначити психологічні особливості людини: пам'ять, мислення, увага, емоції, характер і темперамент.

*Література [2; 4–6; 8–10; 14; 15]*

### ***Тема 4. Основи здорового способу життя***

#### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Рациональне та здорове харчування.
2. Харчові добавки як можливі забруднення.
3. Зберігання продуктів та їх обробка.
4. Шкідливі звички та їх вплив на безпеку людини.
5. Вплив алкоголю, наркотиків, нікотину на життєдіяльність людини.

#### **Завдання для самостійної роботи**

1. Ознайомитися з оздоровчими традиційними та нетрадиційними системами.
2. Проаналізувати методи профілактики шкідливих звичок.

*Література [1–3; 7; 8; 10–13]*

### ***Тема 5. Природне середовище як критерій безпеки***

#### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Гігієнічна характеристика факторів природного середовища.
2. Екологічна характеристика життєдіяльності та основи екологічної безпеки.

3. Забруднення природного середовища — один з основних чинників порушення екологічної рівноваги.

#### **Завдання для самостійної роботи**

Проаналізувати шляхи оптимізації життєдіяльності людини в системі “людина — природна сфера — техногенна сфера”.

*Література* [1–5; 8; 9]

### **Змістовий модуль II. Забезпечення безпеки**

#### **Тема 6. Техногенна сфера та її негативні фактори**

##### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Способи захисту людей від ураження електричним струмом.
2. Шляхи надходження небезпечних хімічних речовин в організм людини.
3. небезпечні фактори побутового середовища та їх залежність від соціального розвитку суспільства.
4. Причини побутових травм і соціальні аспекти побутового травматизму.

##### **Завдання для самостійної роботи**

1. Проаналізувати дію електромагнітних полів та випромінювань на людину, методи та засоби захисту від них.
2. Ознайомитися з принципами навчання і пропаганди безпеки руху та побуту.

*Література* [2–4; 7–10]

#### **Тема 7. Безпека техногенного середовища**

##### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Культура життєдіяльності як фактор попередження виникнення небезпечних ситуацій та зменшення їх шкідливого впливу.
2. Оптимальні умови, параметри та норми забезпечення безпеки життєдіяльності.

##### **Завдання для самостійної роботи**

Ознайомитися з правилами пожежобезпеки при експлуатації електрообладнання та користуванні природним газом. Способи та засоби гасіння пожеж.

*Література* [1–4; 7–10]

## **Тема 8. Елементи соціальної безпеки**

### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Кримінальні ситуації та характерні умови їх прояву.
2. Поведінка в конфліктних ситуаціях кримінального характеру.
3. Безпека в натовпі.
4. Зовнішні та внутрішні джерела загроз безпеці об'єкта економіки.

### **Завдання для самостійної роботи**

Подання першої медичної допомоги при нещасних випадках та інших загрозливих станах організму людини.

*Література* [2–4; 7–10; 15]

## **Тема 9. Організаційно-правове забезпечення та управління безпекою**

### **Питання для самостійного опрацювання**

1. Законодавчі та нормативні акти, кодекси та інші документи з питань безпеки життєдіяльності.
2. Діяльність ООН – основа міжнародної безпеки та безпеки особи.
3. Стратегічний розвиток України у світлі завдань забезпечення сталого розвитку людства.

### **Завдання для самостійної роботи**

Відповідальність за порушення законодавства з питань безпеки.

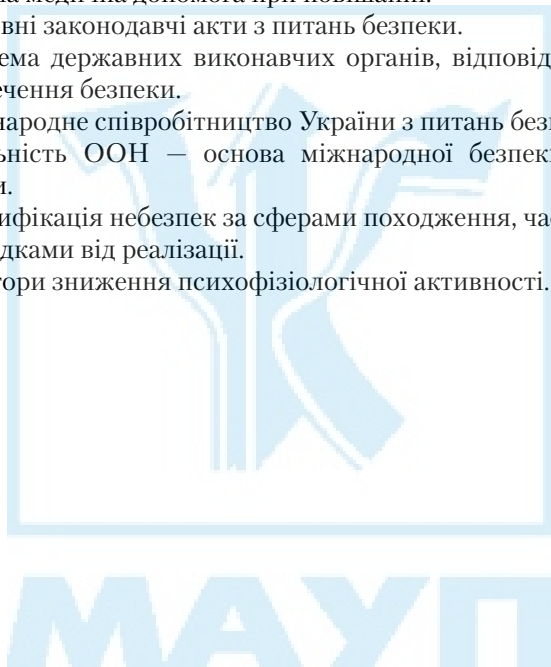
*Література* [2–4; 7–10]

## **ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ**

1. Модель життєдіяльності людини.
2. Небезпеки та їх кількісні оцінки.
3. Коефіцієнт індивідуального ризику та методичні підходи до його визначення.
4. Соціально-економічна система безпеки.
5. Технічна система безпеки.
6. Розподіл коштів між соціально-економічною та технічною системами безпеки. Основні умови безпечної життєдіяльності.
7. Основне завдання безпеки життєдіяльності.
8. Порядок вивчення небезпек та визначення рівня ризику.

9. Основні принципи забезпечення безпечної життєдіяльності.
10. Небезпечні та шкідливі фактори, їх класифікація.
11. Психологічні особливості людини та методи їх оцінки.
12. Властивості аналізаторів людини та психофізіологічна надійність людини.
13. Фактори, які змінюють психофізіологічну надійність людини.
14. Соціалізація особистості та безпека життєдіяльності.
15. Конфлікти та їх вирішення.
16. Енергетична та фізіологічна цінність їжі.
17. Безпека харчових продуктів.
18. Складові природного середовища та їх характеристика.
19. Гігієнічна характеристика факторів природного середовища.
20. Забруднення природного середовища як основний фактор порушення екологічної рівноваги.
21. Сучасні екологічні проблеми.
22. Виробниче середовище та його параметри.
23. Дія електричного струму на організм людини.
24. Характерні ознаки електричного струму при його проходженні тілом людини.
25. Заходи захисту від ураження електричним струмом.
26. Основні характеристики іонізуючого випромінювання.
27. Біологічна дія іонізуючих випромінювань та її кількісна оцінка.
28. Шкідливі речовини та профілактика захворювань.
29. Дія електромагнітних полів та випромінювання на людину і захист від них.
30. Шкідливості, які супроводжують роботу персональних комп'ютерів.
31. Просторове розміщення відеодисплейних терміналів.
32. Мікроклімат приміщень з відеодисплейними терміналами.
33. Режим роботи та відпочинку при роботі з персональним комп'ютером.
34. Побутове та позавиробниче середовище і безпека життєдіяльності.
35. Гігієнічна класифікація умов праці.
36. Мікроклімат внутрішніх приміщень.
37. Засоби нормування параметрів мікроклімату.
38. Освітлення приміщень та його нормування.
39. Умови виникнення та припинення горіння.
40. Пожежна профілактика та первинні засоби гасіння пожеж.

41. Пожежебезпека при експлуатації електроустановок.
42. Пожежо-вибухонебезпечні властивості речовин.
43. Безпека в умовах кримінальної злочинності та тероризму.
44. Основи корпоративної безпеки.
45. Перша медична допомога при нещасних випадках та інших загрозованих станах.
46. Перша медична допомога при кровотечах.
47. Перша медична допомога при отруєнні чадним газом.
48. Перша медична допомога при втопленні.
49. Перша медична допомога при повішанні.
50. Основні законодавчі акти з питань безпеки.
51. Система державних виконавчих органів, відповідальних за забезпечення безпеки.
52. Міжнародне співробітництво України з питань безпеки.
53. Діяльність ООН — основа міжнародної безпеки та безпеки особи.
54. Класифікація небезпек за сферами походження, часом прояву та наслідками від реалізації.
55. Фактори зниження психофізіологічної активності.



**ТЕСТИ**  
**для підготовки до рубіжного (модульного)**  
**контролю знань і вмінь з дисципліни**  
**“МЕДИКО-СОЦІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ БЕЗПЕКИ”**

Зміст тесту	Правильна відповідь
<b>Змістовий модуль I. Наукові засади безпеки. Людина і середовище в системі “людина – середовище”</b>	
<b>Тема 1. Науково-технічний прогрес, розвиток і безпека цивілізації</b>	
<b>Варіант 1</b>	
<p><i>1. Мета безпеки життєдіяльності полягає в такому:</i></p> <p>а) поданні постраждалим регіонам гуманітарної допомоги;  б) створенні менеджерами компанії відповідних структур;  в) забезпеченні безпеки життя людей у навколишньому середовищі;  г) побудові бомбосховищ і протирадіаційних укриттів.</p>	<b>1. 1в</b>
<p><i>2. Об'єкт вивчення безпеки життєдіяльності – це:</i></p> <p>а) середовище чи умови проживання людини;  б) небезпечні та шкідливі фактори;  в) надзвичайні ситуації;  г) діяльність людини.</p>	<b>1. 2а</b>
<p><i>3. Безпека – це:</i></p> <p>а) стан діяльності, коли з певною вірогідністю виключено нанесення шкоди здоров'ю людини;  б) забезпечення комфортних умов діяльності людини і допустимих рівнів впливу негативних факторів;  в) попередження впливу негативних факторів на здоров'я.</p>	<b>1. 3а</b>



<p>3. До визначення ризику не належать такі методичні підходи:</p> <p>а) інженерний;  б) експертний;  в) модельний;  г) випадковий;  д) соціологічний.</p>	<p><b>3. 3г</b></p>
<p><b>Тема 2. Основні завдання та проблеми безпеки</b></p>	
<p style="text-align: center;"><b>Варіант 4</b></p>	
<p>1. До завдань безпеки життєдіяльності не належать:</p> <p>а) створення і підтримка нормальних умов життєдіяльності людини;  б) ідентифікація шкідливих і небезпечних факторів;  в) створення нових робочих місць;  г) захист людей від шкідливих і небезпечних факторів;  д) ліквідація наслідків при прояві шкідливих і небезпечних факторів.</p>	<p><b>4. 1в</b></p>
<p>2. До типового причинного ланцюга небезпечних випадків не належать:</p> <p>а) помилка людини;  б) відмовлення устаткування;  в) неприпустимі зовнішні впливи;  г) вимкнення устаткування.</p>	<p><b>4. 2г</b></p>
<p>3. До шкідливих факторів не належать:</p> <p>а) запиленість та загазованість повітря;  б) шум, вібрації, ударна хвиля, електричний струм;  в) транспортні засоби і рухомі частини автомобілів;  г) недостатнє і неправильне освітлення;  д) важка фізична праця.</p>	<p><b>4. 3д</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>Варіант 5</b></p>	
<p>1. Зазначте, яка група хімічних речовин не входить у класифікацію за небезпекою та токсичністю:</p> <p>а) малонебезпечні;  б) надзвичайні небезпеки;  в) безпечні;  г) помірно небезпечні;  д) високонебезпечні.</p>	<p><b>5. 1в</b></p>





<p>2. Види впливу радіаційного опромінювання на людей:</p> <p>а) максимальне;  б) зовнішнє і внутрішнє;  в) поверхнєве;  г) летальнє;  д) номінальнє.</p> <p>3. До медичних засобів, які використовуються в надзвичайних ситуаціях, не належить:</p> <p>а) пакет перев'язний індивідуальний;  б) самогон;  в) індивідуальна аптечка;  г) індивідуальний протихімічний пакет;  д) домашня аптечка</p>	<p>7. 26</p> <p>7. 36</p>
<p><b>Тема 3. Фізіологічні, психологічні та соціальні засади забезпечення безпеки</b></p>	
<p style="text-align: center;"><b>Варіант 8</b></p>	
<p>1. Значення реактивності у пристосовних реакціях організму така:</p> <p>а) змінює стан організму, що, у свою чергу, забезпечує його пристосування;  б) формує душевний стан людини і в такий спосіб впливає на її ставлення до збуджуючих факторів, допомагаючи їх подоланню;  в) забезпечує адекватність реагування організму на різні подразники і характеризує його стан.</p> <p>2. Поняття “людський фактор” охоплює:</p> <p>а) характеристику функціональних можливостей організму при певній діяльності;  б) комплекс функціональних можливостей людини, які забезпечують їй надійність роботи в екстремальних умовах;  в) вміння оцінювати труднощі, що виникають, і аналізувати їх.</p> <p>3. Психофізіологічна сутність надійності в екстремальних умовах полягає в такому:</p> <p>а) підвищенні активності фізіологічних систем;</p>	<p>8. 1в</p> <p>8. 26</p>

<p>б) проявах дій, прийнятті дій та необхідних рішень у стані психофізіологічної напруженості; в) здатності визначати несприятливі фактори середовища</p>	<p><b>8. 3б</b></p>
<p><b>Варіант 9</b></p>	
<p><i>1. До адаптаційних реакцій не належать:</i></p> <p>а) реакція на слабкі впливи — реакція тренування; б) реакція на впливи середньої сили — реакція активації; в) реакція на впливи приємних новин — реакція радості; г) реакція на значні, надзвичайні впливи — стрес-реакція.</p>	<p><b>9. 1в</b></p>
<p><i>2. Функціональні стани організму в різні фази загального адаптаційного синдрому такі:</i></p> <p>а) спочатку активуються всі функції організму, а потім гальмуються і нормалізуються; б) організм адаптується до збуджуючих факторів, потім поступово змінює функції так, щоб забезпечити економізацію життєдіяльності до мінімальних рівнів; в) першою реакцією є опирання організму, потім поступове зниження всіх реакцій до рівня основного обміну, що закінчується повним пристосуванням; г) початковою є реакція тривоги, потім змінюється опирання організму дії стресора — рівень функціонування підвищується, закінчується процес повним незворотним виснаженням.</p>	<p><b>9. 2г</b></p>
<p><i>3. Загальні уявлення про механізми миттєвої і тривалої адаптації такі:</i></p> <p>а) миттєва адаптація супроводжується частковою мобілізацією функціональних резервів, а тривала — повною; б) при миттєвій адаптації змінюються лише зовнішні прояви вегетативних реакцій, а при тривалій — нервові; в) первинною реакцією організму на подразник є повна мобілізація фізіологічних резервів, а згодом, якщо подразнення повторюється, функція набирає нової якості; г) у відповідь на регулярний подразник організм реагує тривалими проявами змін нервових процесів, а незнайомий подразник зумовлює специфічні реакції</p>	<p><b>9. 3в</b></p>

### Варіант 10

1. *Зазначте психофізіологічний характер функціональних перебудов в організмі у процесі адаптації:*

10. 1г

- а) утримання внутрішньої сталості організму при змінах впливу зовнішнього середовища;
- б) здатність пристосовних механізмів змінювати функції систем організму під впливом факторів внутрішнього і зовнішнього середовища;
- в) певні зміни захисних і регуляторних реакцій організму на збуджуючі фактори;
- г) пристосовні перебудови організму, які супроводжуються зміною регуляції функцій в умовах нового існування.

2. *Зазначте, які зміни відбуваються в організмі у процесі адаптації:*

10. 2б

- а) усі регуляторні процеси в організмі поступово вивільняються від зайвих дій, що створює сприятливі умови для фізіологічних процесів;
- б) термінові реакції організму мобілізують фізіологічні резерви, потім формується нова програма гомеостатичного регулювання, змінюється чутливість сенсорних систем; перебудови в організмі забезпечують тривале пристосування організму до нових умов;
- в) при миттєвій адаптації організм реагує зміною рухомості нервових процесів, після чого мобілізуються психічні процеси.

3. *Адаптаційні можливості людини залежать від:*

10. 3г

- а) функціональних ресурсів організму, які сформувалися у процесі індивідуального життя;
- б) спроможності швидко та ефективно ліквідувати або компенсувати дію несприятливих факторів;
- в) можливості підтримання гомеостазу та забезпечення необхідної розумової і фізичної працездатності;
- г) накопичення життєвого досвіду протидіяти факторам зовнішнього середовища

<b>Варіант 11</b>	
<p><i>1. Причини пароксизмальних станів на виробництві такі:</i></p> <p>а) органічні захворювання головного мозку, епілепсія, запаморочення;</p> <p>б) алкоголізм, наркоманія, виробничі травми;</p> <p>в) травматизм, порушення техніки безпеки, порушення режиму роботи.</p>	<b>11. 1в</b>
<p><i>2. Афективний стан з позицій безпеки праці — це:</i></p> <p>а) виникаюче після сильного потрясіння (загибель близької людини) звуження обсягу свідомості і як наслідок неадекватні реакції;</p> <p>б) виникаючі після сильної емоційної події (день народження) і вживання алкоголю неадекватні реакції;</p> <p>в) виникаючі після сильного емоційного потрясіння (загибель близької людини) запаморочення свідомості і як наслідок амнезія.</p>	<b>11. 2а</b>
<p><i>3. Психофізіологічна характеристика стресу така:</i></p> <p>а) змінюються фізіологічні процеси регулювання нервової і ендокринної систем, активізуються вегетативні реакції, розвивається загальний адаптаційний синдром;</p> <p>б) стан організму, за якого підвищуються захисні можливості;</p> <p>в) стан, який супроводжується руйнівними процесами в нервовій системі</p>	<b>11. 3а</b>
<b>Тема 4. Основи здорового способу життя</b>	
<b>Варіант 12</b>	
<p><i>1. Гігієна як наука — це:</i></p> <p>а) профілактична дисципліна, що вивчає дії факторів навколишнього середовища на життєдіяльність людини;</p> <p>б) наука про здоров'я, профілактична дисципліна, яка розробляє на основі вивчення взаємодії організму і факторів навколишнього середовища (природних і соціальних) нормативи і заходи, що забезпечують попередження хвороб, створюють оптимальні умови для життєдіяльності та самопочуття людини.</p>	<b>12. 16</b>

<p>2. У завдання гігієни не входять:</p> <p>а) обґрунтування санітарних заходів;</p> <p>б) розробка санітарних нормативів та законодавства і санітарна експертиза;</p> <p>в) пропаганда досягнень міністерства надзвичайних ситуацій;</p> <p>г) охорона здоров'я.</p> <p>3. До складу елемента загальна культура суб'єкта не входить:</p> <p>а) моральна та правова культура;</p> <p>б) загальноосвітня культура та культура спілкування;</p> <p>в) культурні заходи та міністерство культури</p>	<p><b>12. 2в</b></p> <p><b>12. 3в</b></p>
<b>Варіант 13</b>	
<p>1. Механізм розвитку втоми зумовлений:</p> <p>а) зниженням рівня розумової і фізичної працездатності;</p> <p>б) розпадом функціональної системи організму, яка сформувалася для сприяння певній діяльності;</p> <p>в) виникненням нервово-психічного напруження.</p> <p>2. Перевтома — це:</p> <p>а) підвищений стан психоемоційного напруження;</p> <p>б) знижене опирання організму під час функціонального навантаження;</p> <p>в) комплекс функціональних змін в організмі, які виявляються в зовнішніх негативних реакціях, головних болях, невротичних зривах.</p>	<p><b>13. 1б</b></p> <p><b>13. 2в</b></p>
<p>3. До ознак перевтоми належать:</p> <p>а) виснаження внутрішніх ресурсів організму і погіршення сенсорного сприйняття;</p> <p>б) зниження стійкості уваги, інтелектуальних можливостей, підвищена чутливість до подразників;</p> <p>в) психогенні захворювання, які супроводжуються неврологічними, вегетативними та емоційними порушеннями</p>	<p><b>13. 3б</b></p>
<b>Варіант 14</b>	
<p>1. Найчастішою причиною виробничого травматизму є:</p> <p>а) алкоголізм;</p>	<p><b>14. 1в</b></p>

<p>б) неухажність; в) порушення техніки безпеки; г) недоліки техніки.</p> <p>2. <i>Охорона праці як наука охоплює такі розділи:</i> а) техніка безпеки, виробнича санітарія, законодавство з охорони праці; б) техніка безпеки, санітарія на виробництві, законодавство з охорони праці; в) інструкції з техніки безпеки, гігієну та фізіологію праці.</p> <p>3. <i>Обов'язки працівника з охорони праці такі:</i> а) дотримувати інструкцій, трудової дисципліни, працювати у спецодязі; б) купувати спецодяг, слідкувати за небезпечними і шкідливими факторами виробництва; в) забезпечувати безпеку, дотримання законодавства з охорони праці, працювати у спецодязі</p>	<p><b>14. 2в</b></p> <p><b>14. 3а</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>Варіант 15</b></p> <p>1. <i>Метеоумови на робочих місцях визначаються інтенсивністю:</i> а) теплового опромінювання, температурою повітря, температурою поверхні, відносною вологістю, швидкістю руху повітря; б) іонізуючого опромінення, температурою повітря і поверхні робочого місця, абсолютною вологістю, швидкістю руху повітря; в) освітлення і вентиляції, температурою повітря, температурою поверхні, відносною вологістю.</p>	<p><b>15. 1а</b></p>
<p>2. <i>Заходи оздоровлення повітряного середовища:</i> а) герметизація, вентиляція, кондиціонування, теплові екрани; б) посилене харчування, дотримання техніки безпеки, спецодяг; в) зменшення іонізуючого опромінення, вентиляція, кондиціонування.</p> <p>3. <i>Види вентиляції:</i> а) природна і механічна;</p>	<p><b>15. 2в</b></p> <p><b>15. 3а</b></p>





**Тема 5. Природне середовище як критерій безпеки**

**Варіант 18**

*1. До небезпечних і шкідливих виробничих факторів за природою дії не належать:*

**18. 1г**

- а) фізичні;
- б) хімічні;
- в) біологічні;
- г) побутові;
- д) психофізіологічні.

*2. Джерело забруднення повітря в жилих приміщеннях таке:*

**18. 2б**

- а) сонячна активність;
- б) персональний комп'ютер;
- в) підвищена вологість атмосферного повітря;
- г) продукти харчування.

*3. До провідних тенденцій зміни міського середовища не належать:*

**18. 3г**

- а) акселерація;
- б) радіоактивне забруднення;
- в) санітарна обробка;
- г) алергізація

**Варіант 19**

*1. Негативні фактори в побуті такі:*

**19. 1б**

- а) повітря, забруднене продуктами згоряння природного газу, викидами ТЕЦ, промислових підприємств, автотранспорту і сміттєспалюючого обладнання;
- б) вода з надлишковим вмістом шкідливих домішок, недоброякісна їжа, алкоголь, отруйні речовини, важка фізична праця;
- в) алкоголь, отруйні речовини, гострі та падаючі предмети, ударна хвиля.

*2. На життєдіяльність людини впливає такий побутовий фактор:*

**19. 2в**

- а) професійна діяльність;
- б) політичні фактори;

в) використання побутової техніки; г) податкова політика держави.	
<i>3. Аварійно-хімічні небезпечні речовини такі:</i> а) промислові та токсичні речовини; б) військові токсичні речовини; в) промислові токсичні відходи; г) побутові токсичні речовини	<b>19. 3а</b>
<b>Змістовий модуль II. Забезпечення безпеки</b>	
<b>Тема 6. Техногенна сфера та її негативні фактори</b>	
<b>Варіант 20</b>	
<i>1. Основні елементи виробничого середовища такі:</i> а) праця і природне середовище; б) природне середовище та індивідуальна культура суб'єкта; г) загальна культура суб'єкта.	<b>20. 1а</b>
<i>2. Основні елементи невиробничої сфери такі:</i> а) праця; б) природне середовище і загальна культура суб'єкта; в) праця і загальна культура суб'єкта.	<b>20. 2б</b>
<i>3. Склад елемента праці такий:</i> а) суб'єкт праці, процес праці, продукт праці, виробничі відносини; б) суб'єкт праці, виробничі відносини, заробітна плата, автомобілі; в) процес праці, природний компонент, продукт праці, автомобілі	<b>20. 3а</b>
<b>Варіант 21</b>	
<i>1. Заходи захисту від сильнодіючих, отруйних речовин:</i> а) плануються; б) виникають стихійно; в) не здійснюються.	<b>21. 1а</b>
<i>2. Особливості ураження людини від аварійно-хімічних небезпечних речовин такі:</i> а) відсутні ураження через шкіру, воду і продукти харчування;	<b>21. 2в</b>

<p>б) високий ризик ураження через шкіру; в) високий ризик ураження через шкіру, воду і харчові продукти.</p>	
<p><i>3. Особливості зараження місцевості при аваріях на АЕС (порівняно з ядерним вибухом) такі:</i></p> <p>а) тривалість радіаційного зараження, складність конфігурації меж зон ураження; б) короткочасність радіаційного зараження, складність конфігурації меж зон зараження; в) тривалість радіаційного зараження, відсутність конфігурації меж зон ураження</p>	<b>21. 3а</b>
<b>Варіант 22</b>	
<p><i>1. Забруднення навколишнього середовища відбувається за такими напрямками:</i></p> <p>а) забруднення атмосфери, водного басейну і землі; б) парниковий ефект, забруднення атмосфери, руйнування озонового шару; в) забруднення водного басейну і землі.</p>	<b>22. 1б</b>
<p><i>2. До уражуючих факторів ядерної зброї не належать:</i></p> <p>а) ударна хвиля; б) світлове випромінення і електромагнітний імпульс; в) лазерне випромінення; г) проникаюча радіація і радіоактивне зараження.</p>	<b>22. 2в</b>
<p><i>3. Зазначте аспект, не пов'язаний з організацією евакуації:</i></p> <p>а) вміння подавати медичну допомогу; б) принципи і способи евакуації; в) підготовка і правила поведінки при евакуації; г) роль евакуаційних органів</p>	<b>22. 3а</b>
<b>Тема 7. Безпека техногенного середовища</b>	
<b>Варіант 23</b>	
<p><i>1. До пожежо- і вибухонебезпечних речовин та сумішей не належать:</i></p> <p>а) вибухові речовини і порох; б) пари бензину; в) гранітний і сахарний пил; г) пари азоту і фреону.</p>	<b>23. 1в</b>





<p><i>3. Перша допомога при електротравмах така:</i></p> <p>а) звільнити людину від дротів, зробити штучного дихання і зовнішній масаж серця, викликати швидку медичну допомогу;</p> <p>б) зробити штучне дихання, звільнити від дротів і викликати лікаря;</p> <p>в) звільнити від дротів і викликати швидку медичну допомогу</p>	<p><b>26. 3а</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>Варіант 27</b></p> <p><i>1. У домашній аптеці не повинно бути:</i></p> <p>а) валідола;</p> <p>б) йоду;</p> <p>в) активованого вугілля;</p> <p>г) купоросу;</p> <p>д) градусника.</p> <p><i>2. Зазначте, який типовий випадок потребує подання першої медичної допомоги:</i></p> <p>а) падіння котирувань акцій;</p> <p>б) куріння;</p> <p>в) ураження сильнодіючими отруйними речовинами, утоплення;</p> <p>г) недосипання та переїдання.</p> <p><i>3. Складові вироблення стресостійкості такі:</i></p> <p>а) робота у складі груп і з персоналом;</p> <p>б) підготовка медичного обладнання і спорядження;</p> <p>в) підготовка до евакуації і розробка планів евакуації;</p> <p>г) робота з адміністрацією</p>	<p><b>27. 1г</b></p> <p><b>27. 2в</b></p> <p><b>27. 3а</b></p>
<p style="text-align: center;"><b>Варіант 28</b></p> <p><i>1. Завдання психологічної підтримки в надзвичайних ситуаціях такі:</i></p> <p>а) зменшення травматизму в надзвичайній ситуації;</p> <p>б) професійна перепідготовка;</p> <p>в) зменшення потреби в медикаментах;</p> <p>г) психологічна підготовка населення;</p> <p>д) зниження матеріальної шкоди від стихії.</p>	<p><b>28. 1г</b></p>

<p>б) раптові ушкодження внаслідок дії факторів зовнішнього і внутрішнього середовища;</p> <p>в) порушення цілісності шкіри внаслідок дії факторів зовнішнього і внутрішнього середовища.</p> <p><i>3. Послідовність подання першої медичної допомоги при відкритих травмах нижніх кінцівок така:</i></p> <p>а) подавати допомогу швидко, не насосаячи постраждалому зайвого болю, зняти одяг, спочатку зі здорової кінцівки, потім з травмованої, зупинити кровотечу, обробити рану, зафіксувати травмовану ділянку кінцівки і викликати швидку медичну допомогу;</p> <p>б) подавати допомогу швидко, зняти одяг спочатку з травмованої кінцівки, потім зі здорової, зафіксувати травмовану ділянку кінцівки, зупинити кровотечу, обробити рану, транспортувати до лікарні;</p> <p>в) подавати допомогу повільно, не насосаячи постраждалому зайвого болю, зняти одяг спочатку зі здорової кінцівки, потім з травмованої, зупинити кровотечу, обробити рану, зафіксувати травмовану ділянку кінцівки і викликати швидку медичну допомогу</p>	<p><b>28. 2в</b></p> <p><b>28. 3а</b></p>
<p><b>Тема 9. Організаційно-правове забезпечення та управління безпекою</b></p>	
<p style="text-align: center;"><b>Варіант 29</b></p> <p><i>1. Зазначте, що не входить в обов'язки громадян у надзвичайних ситуаціях:</i></p> <p>а) негайно ліквідувати наслідки надзвичайних ситуацій;</p> <p>б) застосовувати заходи безпеки в побуті та повсякденній трудовій діяльності;</p> <p>в) вивчати основні способи захисту населення і територій від надзвичайних ситуацій;</p> <p>г) знати сигнали повідомлень і порядок дій щодо них;</p> <p>д) чітко виконувати правила поведінки при загрозі та виникненні надзвичайних ситуацій.</p> <p><i>2. Зазначте, яка відповідальність покладається на організації в надзвичайних ситуаціях:</i></p> <p>а) кримінальна;</p> <p>б) виконавча;</p>	<p><b>29. 1а</b></p>

<p>в) суспільна;  г) адміністративна і громадянсько-правова;  д) моральна.</p>	29. 2а
<p>3. <i>Зазначте, що не належить до прав громадян у надзвичайних ситуаціях:</i></p> <p>а) захист життя, здоров'я і особистого майна;  б) відшкодування моральної шкоди;  в) отримувати інформацію про небезпеку, ризик та засоби безпеки;  г) медичне обслуговування, компенсації і пільги</p>	29. 3б
<b>Варіант 30</b>	
<p>1. <i>Обов'язки роботодавця з охорони праці – це забезпечення:</i></p> <p>а) безпеки, дотримання законодавства з охорони праці, санітарно-гігієнічного стану приміщень, режиму роботи, спецодягом;  б) заробітною платою, дотримання законодавства з охорони праці, санітарно-гігієнічного стану приміщень, спецодягом;  в) сплати податків, дотримання законодавства з охорони праці, санітарно-гігієнічного стану приміщень, спецодягом.</p>	30. 1а
<p>2. <i>Відповідальність за порушення законів з охорони праці:</i></p> <p>а) дисциплінарна, адміністративна, матеріальна, кримінальна;  б) догана, сувора догана, звільнення з роботи;  в) дисциплінарна, адміністративна.</p>	30. 2а
<p>3. <i>Державні органи, що здійснюють нагляд за станом охорони праці такі:</i></p> <p>а) Укрпрацеінспекція, Держміськтехнагляд, держенергонагляд, держсаннагляд, ДАІ, прокуратура, держкомприрода, держпроматомнагляд;  б) міліція, СБУ, прокуратура, суд;  в) прокуратура, суд, адміністрація суб'єкта, законодавчі збори суб'єкта</p>	30. 3а



## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

### Основна

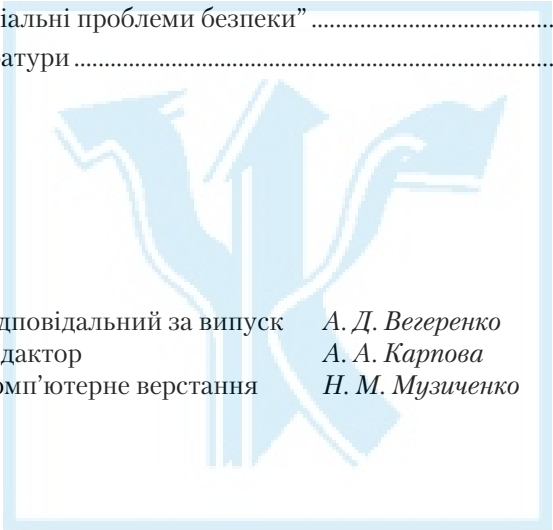
1. *Габович Р. Д.* Гигиєна: Учебник. — 5-е изд., перераб. и доп. — М.: Медицина, 1982. — 320 с.
2. *Гайченко В. А., Коваль Г. М.* Основи безпеки життєдіяльності. — К.: МАУП, 2002. — 232 с.
3. *Желібо Є. П., Заверуха Н. П., Зацарний В. В.* Безпека життєдіяльності. — Л.: Новий Світ, 2001. — 320 с.
4. *Жидецький В. Ц., Джигирей В. С.* Безпека життєдіяльності. — Л.: Афіша, 2000. — 246 с.
5. *Майерс Д.* Социальная психология. — СПб.: Питер Ком., 1998.
6. *Основи психології: Підручник / За заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця.* — К.: Либідь, 1997. — 632 с.
7. *Салтиковський О. І.* Основи соціальної екології: Навч. посіб. — К.: Центр навч. літ., 2004. — 382 с.

### Додаткова

8. *Безпека життєдіяльності / За ред. акад. Н. В. Захарченка.* — Л., 1997. — 275 с.
9. *Збірник документів з безпеки життєдіяльності в системі освіти.* — Л.: ТОВ “Марка Лтд”, 1997. — 200 с.
10. *Пістун І. П.* Курс лекцій з безпеки життєдіяльності. — Л.: Сполох, 1997. — 282 с.
11. *Студеникин М. Я.* Книга о здоровье детей. — М., 1986. — 98 с.
12. *Сухарев А. Г.* Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. — М.: Медицина, 1997. — 344 с.
13. *Тихомиров И. И.* О закаливании. — М., 1989. — 64 с.
14. *Філіппов М. М.* Психофізіологія людини: Навч. посіб. — К.: МАУП, 2003. — 158 с.
15. *Пірен М. І.* Конфліктологія: Підручник. — К.: МАУП, 2003. — 360 с.

## ***ЗМІСТ***

Пояснювальна записка.....	3
Загальні методичні рекомендації .....	4
Організація та форми самостійної роботи студентів .....	5
Завдання для самостійної роботи .....	7
Питання для самоконтролю .....	11
Тести для підготовки до рубіжного (модульного) контролю знань і вмінь з дисципліни	
“Медико-соціальні проблеми безпеки” .....	14
Список літератури .....	35



Відповідальний за випуск *А. Д. Везеренко*  
Редактор *А. А. Карпова*  
Комп'ютерне верстання *Н. М. Музиченко*

**МАУП**

Зам. № ВКЦ-3097

Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП)  
03039 Київ-39, вул. Фрометівська, 2, МАУП