

Министерство культуры Республики Беларусь  
Белорусский государственный университет  
культуры и искусств

**Б. Т. Виленчик**

# **БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА**

*Рекомендовано УМО*

*по образованию в области культуры и искусств*

*в качестве учебно-методического пособия*

*для студентов всех специальностей*

*учреждения образования «Белорусский государственный*

*университет культуры и искусств»*

Минск  
БГУКИ  
2015

## СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ .....	3
<b>Раздел I. Защита населения и объектов от чрезвычайных ситуаций</b>	
1. Чрезвычайные ситуации и рекомендации по защите от них...	5
2. Другие чрезвычайные ситуации природного характера.....	14
3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их характеристика и классификация.....	26
4. Коллективные защитные сооружения и средства индивидуальной защиты .....	39
5. Способы оказания первой помощи.....	44
6. Само- и взаимопомощь при внезапных заболеваниях и несчастных случаях.....	56
7. Закон Республики Беларусь «О гражданской обороне» от 27 ноября 2006 г. № 183-З, его содержание и интерпретация. Основные задачи гражданской обороны .....	65
<b>Раздел II. Радиационная безопасность</b>	
1. История развития ядерной физики и энергетики. Радиоактивность и единицы измерения.....	78
2. Дозы ионизирующего излучения.....	90
3. Биологическое действие ионизирующей радиации. Детерминированные и стохастические эффекты.....	96
4. Аварии на радиационно опасных объектах. Государственная программа по преодолению последствий катастрофы на Чернобыльской АЭС .....	104
5. Определение уровня зараженности радиоактивными веществами человека и объектов внешней среды .....	118
<b>Раздел III. Основы экологии</b>	
1. Учение о биосфере и экологических факторах среды.....	124
2. Экология популяций. Понятие о биоценозе, биогеоценозе, экосистеме, экологической сукцессии .....	134
3. Гидросфера и литосфера как среда жизни.....	147
4. Атмосфера, солнечная радиация, климат и погода.....	157
5. Глобальные экологические проблемы современности и основные законы экологии.....	169

#### **Раздел IV. Основы энергосбережения**

1. Организация энергосбережения и проблемы энергетики Беларуси.....	178
2. Нетрадиционные и возобновляемые источники энергии. Альтернативные виды топлива.....	185
3. Электроэнергия – основа цивилизации.....	195

#### **Раздел V. Охрана труда**

1. Предмет и задачи охраны труда. Охрана труда в Республике Беларусь.....	199
2. Профессиональные вредности и охрана труда в учреждениях Министерства культуры.....	206
3. Профилактика профессиональных заболеваний в учреждениях культуры. Основы пожарной безопасности .....	216

#### **Раздел VI. Здоровый образ жизни (валеология)**

1. Профилактика вредных привычек.....	230
2. Основы рационального питания и культура приема пищи. Профилактика избыточной массы тела.....	235
3. Сексуальная культура и здоровье. Венерические заболевания	242