

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ПРАВОСУДИЯ

Еременко В.Д., Остапенко В.С.

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учебное пособие

Москва
2016

УДК 331.45
ББК 68.9ю73
Б 39

Авторы-составители:

Еременко В. Д.,

зам. директора по учебной и воспитательной работе Центрального филиала
Российского государственного университета правосудия, профессор кафедры
гуманитарных и социально-экономических дисциплин, канд. воен. наук, доцент

Остапенко В. С.,

профессор кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин Цент-
рального филиала Российского государственного университета правосудия, д-р пед.
наук, профессор

Рецензенты:

Киреев Е. В.,

профессор кафедры общеобразовательных дисциплин Российского
государственного университета правосудия, канд. филос. наук, доцент

Могильниченко С. В.,

доцент кафедры иностранных языков и культуры речи ФГБОУ ВО Воронежский
институт Государственной противопожарной службы МЧС России, канд. пед. наук

Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Авт.-сост. В. Д. Ере-
менко, В. С. Остапенко. — М.: РГУП, 2016.

ISBN 978-5-93916-485-6

Рассматриваются основные вопросы обеспечения сохранности жизни и здоро-
вья человека, среды обитания: безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных
ситуациях техногенного и социального характера, при природных чрезвычайных
ситуациях, экологическая безопасность и безопасность жизни в бытовых условиях.
В центре внимания также негативное воздействие на человека вредных привычек,
защита населения и территорий в ходе военных действий, правила и приемы оказа-
ния первой медицинской помощи.

Адресуется студентам по направлению подготовки 40.03.01 — Юриспруденция
(бакалавр), а также изучающим основы безопасности жизнедеятельности в системе
среднего профессионального образования.

© Еременко В. Д., 2016
© Остапенко В. С., 2016
© Российский государственный
университет правосудия, 2016

ISBN 978-5-93916-485-6

Содержание

Введение	5
Глава 1. Введение в безопасность. предмет, содержание и задачи курса «Безопасность жизнедеятельности»	
3.3. Предмет и содержание дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», ее основные понятия.	6
3.4. Задачи курса, основные направления его изучения	14
Глава 2. Государственная политика в сфере обеспечения безопасности граждан и государства. Основные структуры обеспечения безопасности	
4.3. Организация и правовое регулирование безопасности граждан и государства	22
4.4. Основные структуры обеспечения безопасности	28
Глава 3. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера	
5.3. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера, источники их возникновения и классификация	59
5.4. Правила и порядок действий населения при чрезвычайных ситуациях техногенного характера	77
Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного происхождения, их воздействие на человека и среду обитания	
6.3. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, источники их возникновения и классификация	85
6.4. Рекомендации населению по поведению во время природных чрезвычайных ситуациях	116
Глава 5. Безопасность граждан при опасных ситуациях социального характера	
7.3. Сущностные характеристики опасных и чрезвычайных ситуаций социального происхождения	129
7.4. Меры безопасности при чрезвычайных ситуациях социального характера	141
Глава 6. Экологическая безопасность в условиях обострения противоречий системы «человек — природа»	
8.3. Понятие экологической безопасности. Экологические факторы опасности.	162
8.4. Вредное влияние загрязнения окружающей среды и направления обеспечения экологической безопасности	168

Глава 7. Основы безопасности жизни в бытовых условиях	
9.3. Пожарная безопасность в жилых помещениях	199
9.4. Безопасность при обращении с бытовыми приборами и инструментами	205
9.5. Безопасность при пользовании бытовым газом	209
9.6. Безопасность при использовании бытовых химических препаратов	211
9.7. Безопасность пищи и питания	214
9.8. Безопасность на отдыхе	218
Глава 8. Защита населения и территорий от оружия массового поражения и обычных средств поражения в ходе военных действий	
10.3. Поражающие факторы ядерного взрыва. Правила поведения и действия населения в очаге ядерного поражения	220
10.4. Химическое оружие. Правила поведения и действия населения в очаге химического поражения	230
10.5. Биологическое (бактериологическое) оружие. Правила поведения и действия населения в очаге бактериологического поражения	237
10.6. Характеристика обычных средств поражения и способы защиты от них	247
10.7. Назначение и порядок использования средств индивидуальной защиты	251
10.8. Инженерные защитные сооружения	257
10.9. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в зонах поражения	262
10.10. Рассредоточение и эвакуация населения при чрезвычайных ситуациях военного характера	267
Глава 9. Первая (доврачебная) медицинская помощь	
11.3. Цели и задачи первой медицинской помощи	274
11.4. Правила и приемы оказания первой медицинской помощи	279
Глава 10. Негативное воздействие на жизнь и здоровье человека вредных привычек	
12.3. Табакокурение и его вред для здоровья человека	322
12.4. Алкоголь и его вредное влияние на жизнь и здоровье человека	325
12.5. Наркомания и вред, наносимый здоровью наркотическими препаратами	330
Заключение	349
Глоссарий	351
Список литературы	361

Введение

В жизни современного человека все большее место занимают проблемы, связанные с безопасностью жизнедеятельности. К опасным и вредным факторам естественного происхождения прибавились многочисленные негативные факторы антропогенного происхождения (шум, вибрация, электромагнитные излучения и др.). Резкое увеличение антропогенного давления на природу привело к нарушению экологического равновесия и вызвало деградацию не только среды обитания, но и здоровья людей.

Возникновение науки «Безопасность жизнедеятельности» — объективная потребность современного общества. На Земле нет такого человека, которому не угрожают опасности. Реализуясь в пространстве и времени, опасности угрожают не только человеку, но и обществу, государству и в целом всему миру. Поэтому обеспечение безопасности и защита от угроз — актуальнейшая проблема, в решении которой должны быть заинтересованы не только отдельные личности, но и государство, и все мировое сообщество. В то же время нельзя обеспечить абсолютную безопасность для личности, общества, государства. Под безопасностью понимается такой уровень опасности, с которым на данном этапе развития человечества можно смириться. Безопасность — это приемлемый риск. Чтобы его достичь, необходима выработка идеологии безопасности — формирования соответствующего уровня мышления и поведения человека и общества в целом. Именно этими проблемами и занимается указанная наука.

Подготовка студентов предполагает не только наличие у них знаний по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности», но и углубленное изучение современных вопросов безопасности личности и общества, значимых для профессиональной деятельности.

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» играет важную роль в подготовке практически всех специалистов, так как формирует необходимые знания, умения и навыки действий в чрезвычайных ситуациях, соблюдения правил безопасности в быту, в профессиональной деятельности.

Учебное пособие написано с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования и предназначено прежде всего для студентов высшего профессионального образования. Оно будет полезным и обучающимся основам безопасности жизнедеятельности в системе среднего профессионального образования.

5. *Губанов В. М., Михайлов А. А., Соломин В. П.* Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них: учеб. пособие / В. М. Губанов. М.: Дрофа, 2007. 285, [3] с. (Высшее педагогическое образование).

6. *Коханов В. Н.* Безопасность жизнедеятельности: Учебник / В. Н. Коханов, А. Д. Емельянова, П. А. Некрасов. М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. 400 с. (Высшее образование: бакалавриат).

7. *Личная безопасность в чрезвычайных ситуациях / Н. А. Крючек, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, С. В. Петров; под ред. Г. Н. Кириллова.* М.: ЭНАС, 2008. 64 с.

8. *Масленникова И. С.* Безопасность жизнедеятельности: учебник / И. С. Масленникова, О. Н. Еронько. М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. 304 с.: (ЭБС znanium.com). (Высшее образование: бакалавриат).

9. *Маслов В. М.* Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие / В. М. Маслова, И. В. Кохова, В. Г. Ляшко; Под ред. В. М. Масловой. 3 изд., перераб. и доп. М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. 240 с.

10. *Никифоров А. А., Персиянов В. В.* Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: Учеб. пособие для бакалавров. М.: Дашков и К°, 2013. 496 с. (ЭБС znanium.com).

11. *Оноприенко М. Г.* Безопасность жизнедеятельности. Защита территорий и объектов экономики в чрезвычайных ситуациях: Учеб. пособие. М.: Форум: НИЦ ИНФРА-М, 2014. 400 с. (Высшее образование: бакалавриат).

12. *Основы противодействия терроризму: учебное пособие для студентов вузов / Я. Д. Вишняков, Г. А. Бондаренко, С. Г. Васин и др.; под ред. Я. Д. Вишнякова.* М.: Академия, 2006. 240 с. (Высшее профессиональное образование).

13. *Позняковский В. М.* Гигиенические основы питания, качество и безопасность пищевых продуктов [Электронный ресурс]: Учебник. Электрон. текстовые данные. Саратов, 2014. 453 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/4175>. ЭБС «IPRbooks».

14. *Сычев Ю. Н.* Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях [Электронный ресурс]: Учеб. пособие. Электрон. текстовые данные. М.: Финансы и статистика, 2014. 224 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18791>. ЭБС «IPRbooks».

15. *Чуприна Е. В., Закирова М. Н.* Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: Учеб. пособие. Электрон. текстовые данные. Самара: Самар. гос. архит.-строит. ун-т, ЭБС АСВ, 2013. 216 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22619>. ЭБС «IPRbooks».

16. Физиологические основы здоровья: Учеб. пособие / Н. П. Абаскалова и др.; Отв. ред. Р. И. Айзман. 2-е изд., перераб. и доп. М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. (ЭБС znanium.com). (Высшее образование: бакалавриат).

17. *Ястребинская А. В., Едаменко А. С., Лубенская О. А.* Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: Учеб. пособие. Электрон. текстовые данные. Белгород: Белгор. гос. технолог. ун-т им. В. Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2013. 164 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/28355>. ЭБС «IPRbooks».

Дополнительная

1. *Аверченков В. И., Ерохин В. В., Рытов М. Ю., Голембиовска О. М.* Структура системы обеспечения безопасности Российской Федерации [Электронный ресурс]: Учеб. пособие. 2-е изд., стереотип. М.: Флинта, 2011. 140 с. (ЭБС znanium.com).

2. *Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический. справочник. М.: Дрофа, 2008. 285с.

3. *Алтунин А. Т.* Гражданская оборона: Учеб. пособие. М., 2009.

4. *Антипов В. В.* Психологическая адаптация к экстремальным ситуациям. М.: Владос-Пресс, 2002.

5. *Бароненко В. А., Рапопорт Л. А.* Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие для студентов учреждений СПО. М.: Альфа, 2007.

6. *Ботыгин В. И., Кисляков П. А.* Гражданская оборона. М., 2011.

7. *Бубнов В. Г., Бубнова Н. В.* Атлас добровольного спасателя. М.:Астрель АСТ, 2005.

8. *Васильчук М. В., Медведь М. В., Сачков Л. С.* Сборник нормативных документов по безопасности жизнедеятельности. М.: Феникс, 2000. 896 с.

9. *Вольхин С. Н., Ляшко В. Г., Снегирев А. В.* Основы защиты от терроризма: Учеб. пособие. М.: Дрофа, 2007. 124 с.

10. *Воробьев Ю. Л., Локтионов Н. И., Фалеев М. И.* Катастрофы и человек. М.: АСТ-ЛТД, 2007.

11. *Гичев Ю. П.* Загрязнение окружающей среды и здоровье человека. (Печальный опыт России). Новосибирск: Сиб.отд. РАМН, 2002.

12. *Губанов В. М., Михайлов Л. А., Соломин В. П.* Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них. М., 2007.

13. *Данилов-Данильян В. И.* Экологическая безопасность. Общие принципы и российский аспект. М., 2001.

14. *Ефремов С. В., Цаплин В. В.* Безопасность в чрезвычайных ситуациях [Электронный ресурс]: Учеб. пособие. Электрон. текстовые данные.

СПб.: С.-Петербург. гос. архит.-строит. ун-т, ЭБС АСВ, 2011. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18988>. ЭБС «IPRbooks».

15. *Занько Н. Г.* Медико–биологические основы безопасности жизнедеятельности: лабораторный практикум: Учеб. пособие для студентов вузов. 2-е изд., стер. М.: Академия, 2007. 256 с. (Высшее профессиональное образование).

16. Законодательство о пожарной безопасности и чрезвычайных ситуациях: словарь-справочник [Электронный ресурс] / В. П. Гринев. М.: ЦПП, 2009. 56 с. (ЭБС znanium.com).

17. *Зорин А. М.* Действия населения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера. М.: ГУП МО «Коломенская типография», 2004. 343 с.

18. *Козлов А. И.* Экология питания. М., 2002. 184 с.

19. *Лопанов А. Н., Климова Е. В.* Мониторинг и экспертиза безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: Учеб. пособие. Электрон. текстовые данные. Белгород: Белгор. гос. технол. ун-т им. В. Г. Шухова, ЭБС АСВ, 2013. 123 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/28362>. ЭБС «IPRbooks».

20. *Михайлов А. А., Соломин В. П.* Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них: Учебник для вузов / Под ред. А. А. Михайлова. СПб.: Питер, 2008. 235 с. (Серия: «Учебник для вузов»).

21. *Нарыцин Н. К.* Азбука психологической безопасности. М.: Русский журнал, 2000. 266 с.

22. Обучение работников организаций и других групп населения основам гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций: учебно-методическое пособие / Под общ. ред. Н.А.Крючка. М.: Ин-т риска и безопасности, 2007. 477 с.

23. Подготовка гражданских организаций к гражданской обороне. Учебно-методическое пособие / Под общ. ред. Г. Н. Кириллова. М.: Ин-т риска и безопасности, 2003. 432 с.

24. Предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций, обусловленных террористическими акциями, взрывами, пожарами. Учебное пособие / Под общ. ред. М.И.Фалеева. М.: Ин-т риска и безопасности, 2003. 465 с.

25. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма: система работы в образовательном учреждении / Авт.-сост. Т. А. Кузьмина, В. В. Шумилова. Волгоград: Учитель, 2007. 112 с.

26. Психология деятельности в экстремальных условиях: учебное пособие для студентов вузов / В. Н. Непопалов, В. Ф. Сопов, А. В. Родионов

и др.; под ред. А. Н. Блеера. М.: Академия, 2008. 256 с. (Высшее профессиональное образование).

27. *Саркисов О. Р.* Экологическая безопасность и эколого-правовые проблемы в области загрязнения окружающей среды [Электронный ресурс]: Учеб. пособие / Саркисов О. Р., Любарский Е. Л., Казанцев С. Я. Электрон. текстовые данные. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. 231 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/1283>. ЭБС «IPRbooks».

28. *Самыгин С. И.* Школа выживания (обеспечение безопасности жизнедеятельности): учебное пособие для учащихся средних и средних специальных учебных заведений. Ростов н/Д: Феникс, 2006. 544 с. (Среднее профессиональное образование).

29. *Соколов Э. М., Панарин В. М., Воронцова Н. В.* Информационные технологии в безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: Учебник для вузов. М.: Машиностроение, 2006. 238 с.: ил. (ЭБС znanium.com).

30. *Скрыпник А. И., Яременко С. А., Шагин А. В.* Основы экологической безопасности и эксплуатации зданий, сооружений и инженерных систем [Электронный ресурс]: Учеб. пособие. Электрон. текстовые данные. Воронеж: Воронеж. гос. архит.-строит. ун-т, ЭБС АСВ, 2013. 84 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22664>. ЭБС «IPRbooks».

31. *Соловьев С. С.* Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: Учеб.-метод. пособие. 2-е изд., стер. М.: Дрофа, 2006. 192 с. (Библиотека учителя).

32. *Сычев Ю. Н.* Основы информационной безопасности [Электронный ресурс]: Учеб.-метод. комплекс. Электрон. текстовые данные. М.: Евраз. откр. ин-т, 2012. 342 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14642>. ЭБС «IPRbooks».

33. *Хван Т. А., Хван П. А.* Безопасность жизнедеятельности: Практикум. Ростов-н/Д, 2006. 316 с. (Высшее образование).

34. *Хотунцев Ю. Л.* Экология и экологическая безопасность. М., 2002. 480 с.

35. *Худолей В. В., Ливанов Г. А.* Диоксины: воздействие на организм и меры профилактики // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. 2003. № 1. С. 18–29.

36. *Чиж И. М., Баженов В. Г.* Экстремальная медицина: Краткий курс. М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2014. 192 с.

37. *Тен Е. Е.* Основы медицинских знаний: Учебник для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. 4-е изд. стер. М.: Академия, 2008. 256 с.

38. *Шойгу С. К., Фалеев М. И., Кириллов Ш. Н.* Учебник спасателя. М., 2002. 528с.

39. *Шуленина Н. С., Ширишова В. М., Волобуева Н. А.* Практикум по безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. Электрон. текстовые данные. Новосибирск: Сиб. универ. изд-во, 2010.190 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/5674>. ЭБС «IPRbooks».

40. Экономическая безопасность современной России в условиях кризиса: монография / Т. Р. Орехова, О. В. Карагодина и др.; Под науч. ред. Т. Р. Ореховой. М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014–105с. (ЭБС znanium.com).

41. *Ярошевская В. М.* Словарь терминов и понятий по безопасности жизнедеятельности. М.: НМЦ, 2004. 255 с.

Учебное издание

Еременко Валерий Дмитриевич
Остапенко Владимир Савельевич

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учебное пособие

Редактор *Е. В. Алферова*
Корректор *В. В. Паламарчук*
Верстка: *Т. Б. Егорова*

Подписано в печать 15.12.2015.
Формат 60 × 90¹/₁₆. Усл. печ. л. 23. Тираж 650.

Российский государственный университет правосудия
117418, г. Москва, ул. Новочеремушкинская, д. 69а