

УТВЕРЖДЕНО  
на заседании кафедры  
спортивной медицины  
«29» мая 2025 г. протокол № 15

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН  
по учебной дисциплине  
«Безопасность жизнедеятельности человека»  
для студентов 1 курса дневной формы получения образования  
на 2025/2026 учебный год**

**Лекции – 28 часов**

1. Понятие о чрезвычайных ситуациях. Классификация чрезвычайных ситуаций. Государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций
2. Обеспечение пожарной безопасности на объектах производственного и гражданского назначения
3. Предупреждение чрезвычайных ситуаций на химически опасных объектах, организация и содержание мероприятий противохимической защиты
4. Особенности социальных чрезвычайных ситуаций на современном этапе
5. Мероприятия по проведению сердечно-легочной реанимации. Первая помощь при отравлении, утоплении, обморожении
6. Понятия о радиоактивности и источниках ионизирующих излучений
7. Воздействие ионизирующего излучения на организм человека, критерии оценки
8. Радиоэкологическая ситуация в Республике Беларусь после катастрофы на Чернобыльской АЭС
9. Экологические последствия антропогенного загрязнения биосферы
10. Международное экологическое сотрудничество. Законодательство Республики Беларусь в области охраны окружающей среды и рационального использования природных ресурсов
11. Законодательство Республики Беларусь в области энергосбережения. Энергетика Республики Беларусь
12. Основные технические решения энергосбережения в Республике Беларусь. Пути компенсации последствий энергоиспользования
13. Законодательство Республики Беларусь в области охраны труда. Основные методы обеспечения охраны труда.
14. Основы предупреждения производственного травматизма в сфере физической культуры и спорта

**Практические занятия – 30 часов**

1. Подготовка населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера
2. Чрезвычайные ситуации на транспорте общего пользования и порядок действий пассажиров при опасных происшествиях
3. Подготовка населения к защите от биологических чрезвычайных ситуаций

4. Мероприятия по проведению сердечно-легочной реанимации. Первая помощь при отравлении, утоплении, обморожении
5. Правила оказания первой помощи при поражении электрическим током, ранениях, наружном кровотечении, укусах насекомых и пресмыкающихся
6. Порядок оказания первой помощи пострадавшим с переломами костей и травмами, захватывающими несколько областей тела
7. Срочные меры защиты населения от радиационного воздействия. Порядок оказания первой помощи пострадавшим в чрезвычайной ситуации радиационной природы
8. Основные меры защиты населения от радиационного воздействия при авариях на атомных электростанциях
9. Демографическая ситуация в мире и Республике Беларусь. Пути решения продовольственного кризиса
10. Влияние электромагнитных полей на организм человека
11. Экологические проблемы питания. Основные источники и последствия загрязнения питьевой воды
12. Эффективные способы энергосбережения в быту
13. Безопасность проведения земляных и строительных работ в быту
14. Расследование, учет и анализ несчастных случаев на производстве как основа для разработки профилактических мероприятий с травматизмом

### **Управляемая самостоятельная работа – 10 часов**

1. Природные чрезвычайные ситуации: правила поведения
2. Крупнейшие техногенные катастрофы в мире
3. Охраняемые территории Республики Беларусь и перспективы их использования в целях рекреации
4. Использование альтернативных источников энергии в практической деятельности
5. Особенности обеспечения безопасных условий труда в сфере физической культуры и спорта (в избранном виде спорта).

### **Контрольные работы**

1. «Защита населения и объектов от чрезвычайных ситуаций»
2. «Радиационная безопасность»
3. «Основы экологии», «основы энергосбережения»
4. «Охрана труда»