

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
спортивной медицины
«28» мая 2026 г. протокол № 12

ТЕМАТИКА ПИСЬМЕННЫХ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ
по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности человека»
для студентов 1 курса дневной формы получения образования
на 2026/2027 учебный год

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА № 1

«ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ И ОБЪЕКТОВ ОТ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ»

Вариант № 1

1. Основные принципы и способы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.
2. Правила иммобилизации при переломах с помощью подручных средств.

Вариант № 2

1. Меры профилактики биологических чрезвычайных ситуаций.
2. Особенности оказания первой помощи при переломах позвоночника, фиксация шейного отдела позвоночника подручными средствами.

Вариант № 3

1. Системы обеспечения пожарной безопасности и порядок действий пассажиров при аварии на городском (автобус, трамвай, троллейбус, метрополитен) транспорте.
2. Мероприятия по оказанию первой помощи при проникающих ранениях живота.

Вариант № 4

1. Порядок действий пассажиров при пожаре в вагоне железнодорожного транспорта.
2. Особенности оказания первой помощи при проникающих ранениях грудной клетки.

Вариант № 5

1. Понятие о биологических чрезвычайных ситуациях, причины возникновения источников инфекций.
2. Виды наружного кровотечения.

Вариант № 6

1. Утопление. Виды утопления, способы извлечения тонущего человека из воды, особенности оказания первой помощи.
2. Понятие об иммобилизации. Правила иммобилизации при переломах с помощью подручных средств.

Вариант № 7

1. Обморожения, мероприятия по оказанию первой помощи.
2. Экстренные меры безопасности при опасных происшествиях на водном и воздушном транспорте.

Вариант № 8

1. Ожоги пламенем. Классификация ожогов по глубине поражения. Последовательность и содержание мероприятий по оказанию первой помощи.
2. Определение понятия и разновидности социальной чрезвычайной ситуации.

Вариант № 9

1. Последовательность и содержание мероприятий по оказанию первой помощи пострадавшему от действия электрического тока.
2. Виды очага биологического заражения.

Вариант № 10

1. Факторы, влияющие на исход поражения электрическим током.
2. Основы организации и проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСиДНР) в различных очагах поражения.

Вариант № 11

1. Источники опасностей для жизни и здоровья людей, проживающих на территории Республики Беларусь.
2. Профилактика и первая помощь при укусе клеща.

Вариант № 12

1. Понятие о клинической и биологической смерти.
2. Краткая характеристика наиболее распространенных аварийно химически опасных веществ (аммиак, хлор, цианистый водород), их влияние на организм человека и способы защиты.

Вариант № 13

1. Понятие «первая помощь». Определение признаков жизни человека при отсутствии сознания.
2. Определение понятия «чрезвычайная ситуация». Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам и сферам распространения.

Вариант №14

1. Понятие и проведение эвакуации населения.
2. Алгоритм проведения непрямого (закрытого) массажа сердца.

Вариант № 15

1. Укрытие населения в защитных сооружениях. Средства индивидуальной защиты населения в чрезвычайных ситуациях.
2. Синдром длительного сдавливания («Crush-синдром»). Последовательность оказания первой помощи.

Вариант № 16

1. Причины и опасные факторы пожара.
2. Искусственная вентиляция легких способом «рот в нос».

Вариант № 17

1. Средства коллективной защиты населения в чрезвычайных ситуациях. Классификация защитных сооружений.
2. Искусственная вентиляция легких способом «рот в рот»

Вариант № 18

1. Система противопожарной защиты зданий и сооружений.
2. Определение понятия отравления. Классификация отравлений по типу токсического вещества и по характеру воздействия на организм человека.

Вариант № 19

1. Организация и содержание мероприятий химической защиты.
2. Первая помощь при капиллярном кровотечении.

Вариант № 20

1. Обморок, причины обморочного состояния, первая помощь.
2. Характеристика очага и зоны химического заражения.

Вариант № 21

1. Алгоритм оказания первой помощи при отравлении.
2. Понятие об особо опасных заболеваниях людей и животных. Карантин и обсервация.

Вариант № 22

1. Способы оказания первой помощи при венозном кровотечении.
2. Задачи и структура гражданской обороны Республики Беларусь.

Вариант № 23

1. Правила оказания первой помощи при укусах насекомых.
2. Виды воздействия электрического тока на организм человека.

Вариант № 24

1. Симптомы укуса змей и оказание первой помощи.
2. Средства индивидуальной защиты органов дыхания.

Вариант № 25

1. Признаки инфекционного заболевания. Опасные инфекционные заболевания людей, животных и растений.
2. Понятие о сочетанных и множественных травмах.

Вариант № 26

1. Первичные средства пожаротушения.
2. Признаки и первая помощь при артериальном кровотечении.

Вариант № 27

1. Понятие и проведение рассредоточения населения.
2. Обморок, причины обморочного состояния, первая помощь.

Вариант № 28

1. Алгоритм проведения непрямого (закрытого) массажа сердца.
2. Виды электрических травм.

Вариант № 29

1. Последовательность и содержание мероприятий по оказанию первой помощи.
2. Задачи и структура гражданской обороны Республики Беларусь.

Вариант № 30

1. Понятие карантина и обсервации.
2. Искусственная вентиляция легких способом «рот в рот».

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА № 2
«РАДИАЦИОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

Вариант № 1

1. Современное представление о строении атома.
2. Понятие об уровне радиации на местности, гамма-фон в Республике Беларусь.

Вариант № 2

1. Понятие об изотопах и их применение.

2. Что такое «летальная» и «полулетальная» доза облучения.

Вариант № 3

1. Радиоактивность, виды радиоактивных превращений.
2. Прямое и косвенное действие радиации на живой организм.

Вариант № 4

1. Что такое лучевая болезнь, степени и формы ее проявления.
2. Методы, ускоряющие выведение радионуклидов из организма человека.

Вариант № 5

1. Особенности биологического действия ионизирующего излучения на живой организм.
2. Острая лучевая болезнь: классификация по степени тяжести и клиническим проявлениям.

Вариант № 6

1. Оценка экономического ущерба, нанесенного Республике Беларусь Чернобыльской катастрофой.
2. Основы рационального питания в условиях воздействия радиации.

Вариант № 7

1. Характеристика альфа-излучения, способы защиты.
2. Что такое «критические органы» при действии радиации на живой организм и какие системы органов к ним относятся.

Вариант № 8

1. Характеристика бета-излучения, способы защиты.
2. Химический этап действия ионизирующего излучения на биологическую ткань.

Вариант № 9

1. Характеристика гамма-излучения, способы защиты.
2. Определение эквивалентной дозы облучения.

Вариант № 10

1. Характеристика нейтронного и рентгеновского излучения, способы защиты.
2. Что такое «период биологического полувыведения» ионизирующего излучения.

Вариант № 11

1. Период полураспада вещества, единицы измерения радиоактивности.
2. Как определяется эффективная доза облучения.

Вариант № 12

1. Понятие об экспозиционной дозе, единицы измерения.
2. Физический этап действия ионизирующего излучения на организм.

Вариант № 13

1. Понятие о поглощенной дозе, единицы измерения.
2. Характер радиоактивного загрязнения территории Республики Беларусь

Вариант № 14

1. Биологический этап действия ионизирующего излучения на биологическую ткань.
2. Анализ причин катастрофы на Чернобыльской атомной электростанции, ее развитие и ликвидация.

Вариант № 15

1. Дать понятие внешнего и внутреннего облучения организма.
2. Способы снижения концентрации радионуклидов в основных продуктах питания населения.

Вариант № 16

1. Детерминированные эффекты воздействия ионизирующего излучения на организм.
2. Период полураспада и краткая характеристика основных радионуклидов на территории Республики Беларусь после аварии на Чернобыльской атомной электростанции.

Вариант № 17

1. Стохастические эффекты воздействия ионизирующего излучения на организм.
2. Срочные меры защиты населения при аварии на атомной электростанции.

Вариант № 18

1. Особенности течения хронической лучевой болезни.
2. Мероприятия по снижению уровня доз облучения людей, проживающих на территории радиоактивного загрязнения Республики Беларусь.

Вариант № 19

1. Радионуклидный состав выпадений на территории Республики Беларусь после аварии на Чернобыльской атомной электростанции.
2. Физико-химический этап действия ионизирующего излучения на живой организм.

Вариант № 20

1. Деление территории Республики Беларусь на зоны в зависимости от плотности загрязнения радионуклидами после аварии на Чернобыльской атомной электростанции.
2. Радиоактивность, виды радиоактивных превращений.

Вариант № 21

1. Понятие об изотопах и их применение.
2. Что такое лучевая болезнь, степени и формы ее проявления.

Вариант № 22

1. Острая лучевая болезнь: классификация по степени тяжести и клиническим проявлениям.
2. Современное представление о строении атома.

Вариант № 23

1. Методы, ускоряющие выведение радионуклидов из организма человека.
2. Характеристика альфа-излучения, способы защиты.

Вариант № 24

Что такое «критические органы» при действии искусственной радиации на живой организм и какие системы органов к ним относятся.

1. Характер радиоактивного загрязнения территории Республики Беларусь

Вариант № 25

1. Способы снижения концентрации радионуклидов в основных продуктах питания населения.
2. Особенности течения хронической лучевой болезни.

Вариант № 26

1. Срочные меры защиты населения при аварии на атомной электростанции.
2. Детерминированные эффекты воздействия ионизирующего излучения на организм.

Вариант № 27

1. Период полураспада и краткая характеристика основных радионуклидов на территории Республики Беларусь после аварии на Чернобыльской атомной электростанции.

2. Понятие об экспозиционной дозе, единицы измерения.

Вариант № 28

1. Мероприятия по снижению уровня доз облучения людей, проживающих на территории радиоактивного загрязнения Республики Беларусь.

2. Период полураспада вещества, единицы измерения радиоактивности.

Вариант № 29

1. Определение эквивалентной дозы облучения.

2. Что такое «период биологического полувыведения» ионизирующего излучения из организма.

Вариант № 30

1. Анализ причин катастрофы на Чернобыльской атомной электростанции, ее развитие и ликвидация.

2. Стохастические эффекты воздействия ионизирующего излучения на живой организм.

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА № 3

«ОСНОВЫ ЭКОЛОГИИ», «ОСНОВЫ ЭНЕРГОСБЕРЕЖЕНИЯ»

Вариант № 1

1. Влияние природных процессов и антропогенной деятельности на глобальное изменение климата на планете.

2. Демографическая политика. Демографические процессы в Республике Беларусь.

Вариант № 2

1. Основные техногенные источники выбросов парниковых газов (диоксид углерода, метан и др.) в атмосферу Земли. Суть «парникового эффекта».

2. Продовольственная безопасность в мире и в Республике Беларусь.

Вариант № 3

1. Прямое и опосредованное воздействие глобального потепления на здоровье людей. Основные причины уменьшения общего количества молекул озона в стратосфере.

2. Понятие об электромагнитных волнах, их характеристики (длина, частота, скорость).

Вариант № 4

1. Техногенные источники химических соединений, разрушающих озоновый слой.

2. Естественные источники электромагнитных волн. Искусственные источники электромагнитных волн.

Вариант № 5

1. Состояние озонового слоя на нынешнем этапе и последствия его разрушения для здоровья людей.

2. Биологическое действие электромагнитных полей на организм человека.

Вариант № 6

1. Природные и антропогенные источники загрязнения тропосферы.

2. Защитные мероприятия при работе с источниками электромагнитного излучения.

Вариант № 7

1. Основные химические элементы и соединения, загрязняющие атмосферный воздух, их роль в развитии заболеваний человека. Фотохимический смог.
2. Международное экологическое право. Основные принципы международного экологического сотрудничества.

Вариант № 8

1. Пути разрешения проблемы экологического неблагополучия атмосферы в мире и в Республике Беларусь.
2. Объекты природы, подлежащие международной правовой охране. Деятельность международных организаций по охране природы.

Вариант № 9

1. Антропогенные источники химического загрязнения рек, озер и водоемов.
2. Роль Организации Объединенных Наций (ООН), Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), Международная сельскохозяйственная организация (ФАО), Международное агентство по атомной энергетике (МАГАТЭ), учреждение ООН по вопросам образования, науки и культуры (ЮНЕСКО).

Вариант № 10

1. Роль техногенных катастроф и испытаний ядерного оружия в загрязнении вод Мирового океана.
2. Законодательство Республики Беларусь в области охраны природы.

Вариант № 11

1. Прямое и опосредованное воздействие ксенобиотиков на биосферу и здоровье людей в ближайшей и отдаленной перспективе.
2. Экологические права и обязанности граждан Республики Беларусь.

Вариант № 12

1. Рост численности населения Земли. Основные причины и факторы, влияющие на рост численности.
2. Виды ответственности при нарушении экологического законодательства.

Вариант № 13

1. Основные демографические понятия. Демографический взрыв.
2. Экологическая обстановка в районе проживания: определяющие факторы и их классификация.

Вариант № 14

1. Современная демографическая ситуация в мире. Демографические показатели.
2. Экология современного жилища: что это такое, от чего она зависит и как сделать свой дом чистым и безопасным.

Вариант № 15

1. Принципы регулирования численности населения.
2. Принципы экологии в быту: что может сделать каждый для сохранения окружающей среды и чистоты планеты.

Вариант № 16

1. Определение понятия «энергосбережение». Приоритетные направления государственной политики в области энергосбережения в Республике Беларусь. Закон Республики Беларусь «Об энергосбережении».
2. Пути разрешения проблемы экологического неблагополучия атмосферы в мире и в Республике Беларусь.

Вариант № 17

1. Демографическая политика. Демографические процессы в Республике Беларусь.
2. Основные принципы обеспечения энергетической безопасности и энергетической независимости Республики Беларусь.

Вариант № 18

1. Определение понятия «топливно-энергетические ресурсы». Не возобновляемые и возобновляемые источники энергии.
2. Антропогенные источники химического загрязнения рек, озер и водоемов.

Вариант № 19

1. Ископаемые виды топлива (уголь, нефть, газ, торф, горючие сланцы). Основные месторождения ископаемых ресурсов в Республике Беларусь.
2. Пути разрешения проблемы экологического неблагополучия атмосферы в мире и в Республике Беларусь.

Вариант № 20

1. Возобновляемые источники энергии (энергия солнца, ветра, тепла земли, естественного движения водных потоков, древесного топлива, биомассы, биогаза и др.).
2. Основные химические элементы и соединения, загрязняющие атмосферный воздух, их роль в развитии заболеваний человека.

Вариант № 21

1. Основные принципы государственной политики в области использования возобновляемых источников энергии в Республике Беларусь.
2. Техногенные источники химических соединений, разрушающих озоновый слой.

Вариант № 22

1. Роль местных видов топлива (торф, дрова, отходы растениеводства, фитомасса) в топливном балансе страны.
2. Демографическая политика. Демографические процессы в Республике Беларусь.

Вариант № 23

1. Роль техногенных катастроф и испытаний ядерного оружия в загрязнении вод Мирового океана.
2. Экология современного жилища: что это такое, от чего она зависит и как сделать свой дом чистым и безопасным.

Вариант № 24

1. Экологические права и обязанности граждан Республики Беларусь.
2. Возобновляемые источники энергии (энергия солнца, ветра, тепла земли, естественного движения водных потоков, древесного топлива, биомассы, биогаза и др.).

Вариант № 25

1. Основные демографические понятия. Демографический взрыв.
2. Антропогенные источники химического загрязнения рек, озер и водоемов.

Вариант № 26

1. Современная демографическая ситуация в мире. Демографические показатели.
2. Ископаемые виды топлива (уголь, нефть, газ, торф, горючие сланцы). Основные месторождения ископаемых ресурсов в Республике Беларусь.

Вариант № 27

1. Определение понятия «энергосбережение». Приоритетные направления государственной политики в области энергосбережения в Республике Беларусь. Закон Республики Беларусь «Об энергосбережении».
2. Защитные мероприятия при работе с источниками электромагнитного излучения.

Вариант № 28

1. Определение понятия «топливно-энергетические ресурсы». Не возобновляемые и возобновляемые источники энергии.
2. Техногенные источники химических соединений, разрушающих озоновый слой.

Вариант № 29

1. Антропогенные источники химического загрязнения рек, озер и водоемов.
2. Биологическое действие электромагнитных полей на организм человека.

Вариант № 30

1. Пути разрешения проблемы экологического неблагополучия атмосферы в мире и в Республике Беларусь.
2. Рост численности населения Земли. Основные причины и факторы, влияющие на рост численности.

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА № 4 **«ОХРАНА ТРУДА»**

Вариант № 1

1. Безопасность труда при земляных работах и разработке грунтов.
2. Основные методы обеспечения охраны труда.

Вариант № 2

1. Механизмы минимизации профессиональных рисков
2. Ответственность за нарушение законодательства о труде, правил и норм по охране труда в сфере физической культуры и спорта.

Вариант № 3

1. Определение понятия «охрана труда».
2. Инструктаж и обучение безопасным условиям труда.

Вариант № 4

1. Нормативно-правовые акты, регулирующие порядок расследования несчастных случаев в спорте.
2. Функции и методы обязательного страхования от профессиональных рисков.

Вариант № 5

1. Правовое регулирование труда спортсменов моложе восемнадцати лет, женщин-спортсменов.
2. Право работающего на охрану труда.

Вариант № 6

1. Классификация несчастных случаев, связанных с трудовой деятельностью человека.
2. Безопасность труда при каменных работах.

Вариант № 7

1. Обязанности работодателя по обеспечению охраны труда.
2. Порядок расследования несчастных случаев на производстве.

Вариант № 8

1. Неблагоприятные погодно-климатические условия, влияющие на профессиональную деятельность спортсменов
2. Права работодателя в области охраны труда.

Вариант № 9

1. Безопасность труда при выполнении работ по валке и обрезке деревьев
2. Организационно-профилактические меры, обеспечивающие безопасность трудовой деятельности на физкультурно-спортивных сооружениях.

Вариант № 10

1. Общие требования к спортивному оборудованию и инвентарю.
2. Безопасность труда при выполнении погрузочно-разгрузочных работ.

Вариант № 11

1. Основные формы трудовой деятельности человека.
2. Права работника в области охраны труда.

Вариант № 12

1. Нормативно-правовая база Республики Беларусь в области профилактики профессиональных заболеваний спортсменов, предупреждения спортивного травматизма и несчастных случаев в спорте.
2. Вибрация и ее воздействие на организм человека. Предельно допустимые уровни. Основные методы борьбы с вибрацией.

Вариант № 13

1. Потенциальная опасность трудовой деятельности.
2. Виды и классификация несчастных случаев.

Вариант № 14

1. Правовое регулирование труда спортсменов.
2. Профессиональные заболевания работников, осуществляющих деятельность в сфере профессионального спорта.

Вариант № 15

1. Безопасность выполнения работ на высоте.
2. Тяжесть и напряженность трудового процесса.

Вариант № 16

1. Классификация несчастных случаев, связанных с трудовой деятельностью человека.
2. Методы охраны труда, обеспечивающие безопасность труда.

Вариант № 17

1. Определение и характеристика основных понятий безопасности труда.
2. Профилактические мероприятия с травматизмом в различных видах спорта.

Вариант № 18

1. Категории работ, зависящие от общих энергетических затрат человека.
2. Безопасность труда при выполнении отделочных работ.

Вариант № 19

1. Вредные и опасные показатели производственной среды и трудового процесса в сфере физической культуры и спорта.
2. Соблюдение правил безопасности при выполнении физических упражнений.

Вариант № 20

1. Специальные нормы, составляющие содержание безопасной трудовой деятельности работников физической культуры и спорта.
2. Инструктаж по охране труда при проведении земляных и строительных работ.

Вариант № 21

1. Нормативно-правовая база Республики Беларусь в области охраны труда.
2. Производственная среда. Опасные и вредные показатели производственной среды.

Вариант № 22

1. Факторы, влияющие на возникновение профессиональных заболеваний у спортсменов.
2. Статическое электричество в профессиональной деятельности. Влияние на организм. Профилактика вредного воздействия.

Вариант № 23

1. Безопасность труда при выполнении кровельных работах.
2. Неблагоприятные эколого-эпидемиологические условия, влияющие на профессиональную деятельность спортсменов

Вариант № 24

1. Понятие производственного травматизма и профессиональных заболеваний.
2. Методы и средства защиты работников, осуществляющих деятельность в сфере профессионального спорта.

Вариант № 25

1. Энергетические затраты человека при различных видах трудовой деятельности.
2. Порядок расследования несчастных случаев на производстве

Вариант № 26

1. Механизмы минимизации профессиональных рисков.
2. Основные направления государственной политики в области охраны труда в Республике Беларусь.

Вариант № 27

1. Нормативно- правовая база Республики Беларусь в области регулирования труда работников, осуществляющих деятельность в сфере профессионального спорта.
2. Порядок расследования несчастного случая в отношении спортсменов, занимающихся профессиональным спортом.

Вариант № 28

1. Специфические особенности профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта, воздействующие на формирование условий труда.
2. Безопасность труда при электромонтажных работах.

Вариант № 29

1. Основные формы труда и их классификация.
2. Классификация причин спортивного травматизма.

Вариант № 30

- 1.Использование индивидуальных средств защиты и средств страховки.
2. Правовое регулирование труда тренеров.

Вариант № 31

1. Безопасность труда при изоляционных работах.
2. Шум как вредный фактор производственной среды. Меры профилактики и защиты от шума.

Вариант № 32

1. Средства индивидуальной защиты работающих.
2. Требования безопасности к устройству и содержанию физкультурно-спортивных объектов.

Вариант № 33

1. Рискобразующие факторы в сфере физической культуры и спорта.
2. Превентивные меры для профилактики травматизма в спорте