

Предисловие.....	6
Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	8
1.1. Человек как элемент среды обитания.....	8
1.2. Опасности и их источники, количественная характеристика опасности, концепция приемлемого риска.....	12
1.3. Понятие безопасности, ее системы, принципы и методы обеспечения безопасности	16
1.4. Безопасность и устойчивое развитие общества	19
1.5. Аксиомы безопасности жизнедеятельности	21
<i>Контрольные вопросы</i>	23
Глава 2. ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	24
2.1. Психические процессы, свойства и состояния, влияющие на безопасность труда	24
2.2. Понятие и основные задачи физиологии труда	27
2.3. Виды и формы трудовой деятельности	29
2.4. Условия трудовой деятельности	33
2.5. Работоспособность и ее динамика.....	36
2.6. Основные направления повышения работоспособности	39
<i>Контрольные вопросы</i>	42
Глава 3. ОБЕСПЕЧЕНИЕ КОМФОРТНЫХ УСЛОВИЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	43
3.1. Микроклимат производственных помещений.....	43
3.2. Методы обеспечения комфортных климатических условий в помещениях.....	49
3.3. Освещение и световая среда в производственных помещениях.....	54
<i>Контрольные вопросы</i>	56
Глава 4. ВРЕДНЫЕ ФАКТОРЫ В СИСТЕМЕ «ЧЕЛОВЕК — СРЕДА ОБИТАНИЯ» И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА.....	58
4.1. Опасные и вредные факторы системы «человек — среда обитания»	58
4.2. Влияние на организм человека неблагоприятных параметров микроклимата.....	59
4.3. Производственный шум и его воздействие на организм человека.....	63
4.4. Производственная вибрация и ее влияние на организм человека	69

4.5. Влияние электромагнитных излучений на организм человека.....	73
4.6. Влияние вредных веществ на организм человека	77
<i>Контрольные вопросы</i>	81

Глава 5. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ МИРНОГО И ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ

83

5.1. Общее понятие и классификация чрезвычайных ситуаций.....	83
5.2. ЧС природного происхождения	87
5.3. ЧС техногенного происхождения.....	105
5.4. Антропогенные опасности	121
5.5. Социальные опасности	138
<i>Контрольные вопросы</i>	148

Глава 6. НАУЧНЫЕ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ЗАЩИТЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ И ЛИКВИДАЦИИ ПОСЛЕДСТВИЙ АВАРИЙ, КАТАСТРОФ, СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ.....

150

6.1. Организация защиты в мирное и военное время	150
6.2. Инженерная защита от ЧС	163
6.3. Средства индивидуальной защиты	169
6.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС	175
6.5. Навыки и способы оказания первой помощи в экстремальных ситуациях.....	177
<i>Контрольные вопросы</i>	196

Глава 7. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ УСТОЙЧИВОСТИ ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ ОБЪЕКТОВ И ТЕХНИЧЕСКИХ СИСТЕМ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

200

7.1. Общие понятия об устойчивости объектов экономики в условиях ЧС.....	200
7.2. Мероприятия и принципы обеспечения устойчивости работы объектов экономики	203
<i>Контрольные вопросы</i>	209

Глава 8. ПРАВОВЫЕ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ УПРАВЛЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТЬЮ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

211

8.1. Национальная и военная безопасность Российской Федерации	211
8.2. Права, обязанности и ответственность граждан России в условиях чрезвычайных ситуаций	212
8.3. Государственное управление безопасностью жизнедеятельности	215
8.4. Организация мониторинга, диагностики и контроля окружающей среды	221

<i>Контрольные вопросы</i>	223
Глава 9. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБЛАСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	225
9.1. Правовые основы обеспечения безопасности труда	225
9.2. Основные мероприятия по предупреждению производственного травматизма	235
9.3. Порядок расследования и учета несчастных случаев на производстве	238
<i>Контрольные вопросы</i>	245
Литература	246