

Предисловие.....	3
------------------	---

## РАЗДЕЛ I. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ БЖД

<b>Глава 1. Основы охраны окружающей среды и природопользования.....</b>	<b>6</b>
1.1. Научно-технический прогресс и современное состояние окружающей среды .....	6
1.2. Взаимодействие человека и техносферы .....	8
1.3. Формы негативной деятельности человека по отношению к природной среде .....	9
1.4. Современные концепции гармонизации человека и природы. Международное сотрудничество России .....	10
1.5. Виды и формы природопользования .....	12
1.6. Методы инженерной экологической защиты.....	16
1.7. Мотивы охраны природы и рационального природопользования. Обоснование мер по борьбе с экокризисом .....	20
1.8. Правовые и организационные основы защиты окружающей природной среды.....	24
1.9. Экологически обусловленные заболевания. Эпидемиология экологически обусловленных заболеваний .....	33
1.10. Экология Москвы .....	35
<b>Глава 2. Обеспечение безопасности жизнедеятельности в условиях производства.....</b>	<b>38</b>
2.1. Физиология и психология трудовой деятельности человека. Формы трудовой деятельности .....	38
2.2. Правовые и организационные основы безопасности жизнедеятельности при выполнении производственных процессов.....	39
2.3. Нормирование опасных факторов производственной среды.....	40
2.4. Контроль за обеспечением безопасности при выполнении производственных процессов .....	43
2.5. Влияние опасных факторов производственной среды.....	46
2.6. Правила техники безопасности при эксплуатации компьютерной техники.....	49

2.7. Производственные вредности и пути их профилактики и минимизации .....	53
<b>Глава 3. Обеспечение БЖД в условиях чрезвычайных ситуаций</b> ....	59
3.1. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций .....	59
3.2. Принципы и способы обеспечения БЖД в условиях чрезвычайных ситуаций .....	68
3.3. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций .....	71
3.4. Реализация установок БЖД в условиях чрезвычайных ситуаций .....	74
3.5. Восстановление психоэмоционального статуса.....	79
<b>Глава 4. Биотерроризм</b> .....	82
<b>Глава 5. Правовые основы военной службы</b> .....	86
5.1. Военная обязанность и комплектование Вооруженных Сил личным составом .....	86
5.2. Военная служба и порядок ее прохождения солдатами, матросами, сержантами и старшинами Вооруженных Сил РФ.....	93
<b>Глава 6. Учебно-материальная база по БЖД</b> .....	102
<b>Глава 7. Основы медицинских знаний</b> .....	111
7.1. Первая медицинская помощь при травматических повреждениях, кровотечении, переломах, отравлениях, синдроме длительного сдавливания, ожогах и обморожениях, электротравмах. Реанимационные мероприятия .....	111
7.2. Первая медицинская помощь пострадавшим с острыми психическими нарушениями.....	136
7.3. Аптечки .....	138

## РАЗДЕЛ II. БЖД В СПОРТЕ И ТУРИЗМЕ

<b>Глава 8. БЖД как составная часть здорового образа жизни студента спортсмена</b> .....	143
8.1. Биоритмы и адаптация к физическим нагрузкам.....	143
8.2. Гигиена зубов и полости рта .....	147
8.3. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек.....	151
8.4. Инфекции, передающиеся половым путем.....	161
8.5. Реализация положений БЖД в физическом воспитании детей и подростков с девиантным поведением.....	167
<b>Глава 9. Экологизация спортивной деятельности: состояние и перспективы развития</b> .....	175
<b>Глава 10. Экоспортивные факторы, ухудшающие состояние здоровья и физическую работоспособность при спортивной деятельности</b> .....	180

Глава 11. Обеспечение производственного контроля в учреждениях, осуществляющих физкультурно-спортивную деятельность .....	188
Глава 12. Требования безопасности к рабочему месту тренера-преподавателя ФК .....	196
Глава 13. Безопасность туристской деятельности .....	199
Глава 14. Предупреждение инфекционных заболеваний у туристов .....	219
14.1. Инфекционные заболевания .....	219
14.2. Опасные для жизни туриста растения и грибы .....	223
14.3. Аллергические реакции .....	224
14.4. Действие туриста при происшествиях за границей .....	228
Глава 15. Безопасность спортивного питания .....	237
15.1. Продовольственная безопасность как существенная часть БЖД .....	237
15.2. Особенности контроля за питанием спортсменов и пищевые добавки .....	245
15.3. Обеспечение доброкачественности. Фальсификация питания .....	253
15.4. Профилактика пищевых отравлений .....	262
15.5. Требования к тепловой обработке продуктов и хранение готовой пищи .....	267
15.6. Экологические символы .....	269
15.7. Безопасность питания туриста за границей .....	276
15.8. Правила адекватного безопасного питания спортсменов от академика А. А. Кудряшевой .....	282
Глоссарий .....	286
Приложения .....	315
Список литературы .....	361