

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Тобольский педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал)  
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДАЮ  
Директор

Шилов С.П.



ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ**  
05.03.06 Экология и природопользование  
Профиль Экология и техносферная безопасность

## 1.Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины (модуля) в ходе текущего контроля, вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен, с указанием семестра)	Код и содержание контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного Средства (количество вариантов, заданий и т.п.)
1	2	3	4
1.	Предмет и задачи психофизиологии	ПК-7 владением знаниями о правовых основах природопользования и охраны окружающей среды, способностью критически анализировать достоверную информацию различных отраслей экономики в области экологии и природопользования; ПК-12- владеет навыками работы в административных органах управления предприятий, фирм и других организаций; проведения экологической политики на предприятиях	Отчет по практическим занятиям, реферат презентация, экзамен
2.	Психофизиологические основы безопасности	ПК-12- владеет навыками работы в административных органах управления предприятий, фирм и других организаций; проведения экологической политики на предприятиях	Отчет по практическим занятиям, тест, экзамен
3.	Психофизиология профессиональной деятельности	ПК-12- владеет навыками работы в административных органах управления предприятий, фирм и других организаций; проведения экологической политики на предприятиях	Отчет по практическим занятиям, презентация, тест, экзамен
4.	Психологические проблемы опасных и экстремальных ситуаций	ПК-12- владеет навыками работы в административных органах управления предприятий, фирм и других организаций; проведения экологической политики на предприятиях	Отчет по практическим занятиям, тест, экзамен
5.	Психологические основы управления безопасностью	ПК-7 владением знаниями о правовых основах природопользования и охраны окружающей среды, способностью критически анализировать достоверную информацию различных отраслей экономики в области экологии и природопользования; ПК-12- владеет навыками работы в административных органах управления предприятий, фирм и других организаций; проведения экологической политики на предприятиях	Отчет по практическим занятиям, тест, экзамен
6.	Диагностика и регуляция психофизиологических состояний	ПК-12- владеет навыками работы в административных органах управления предприятий, фирм и других организаций; проведения экологической политики на предприятиях	Отчет по практическим занятиям, тест, контрольная работа, экзамен

## 2. Виды и характеристика оценочных средств

Оценивание осуществляется в рамках балльной системы, разработанной преподавателем и доведенной до сведения обучающихся на первом занятии

№	Виды оцениваемой работы	Количество баллов	
		Текущий контроль	Промежуточный контроль
	Посещение лекций (12x0-1)	0-12	0-12
	Защита практических занятий (24x0-2)	0-48	0-48
	Выполнение заданий по СРС	0-40	0-40
	Итого:	0-100	0-100

Перевод баллов в оценки (экзамен)

№	Баллы	Оценки
1.	60 и менее	неудовлетворительно
2.	61-75	удовлетворительно
3.	76-90	хорошо
4.	91-100	отлично

Студенты, набравшие по текущему контролю менее 61 баллов, а также студенты не согласные с итоговой оценкой, полученной по результатам текущего контроля, сдают экзамен в устной форме.

### Отчет по практической работе

Отчет оформляется и защищается индивидуально или в малых группах, должен содержать следующие разделы:

- Описание методики выполнения.
- Результаты: (привести полученные результаты в форме цифровых таблиц, графиков, рисунков, схем), ответы на вопросы.
- Выводы.

Максимальный балл выставляется в случае полноты и достоверности представленных результатов. Оценка снижается в пропорционально снижению качества отчета. При отсутствии отчета оценка не выставляется. При групповой работе оценивается вклад каждого студента.

### Контрольная работа

Одна из форм проверки усвоенных знаний, уровня самостоятельности активности студентов в учебном процессе, эффективности методов, форм и способов учебной деятельности. Используется как средство для установления эффективности осуществления образовательной деятельности. Представлен комплект контрольных заданий по вариантам. Оценка зависит от количества верных ответов на представленные вопросы.

### Тест

Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося. Может быть использован индивидуально и в группе. Задания теста формируются согласно темам учебного плана дисциплины. Представлен фонд тестовых заданий. Оценка выполненных тестов зависит от количества верных ответов на представленные вопросы.

### Реферат, презентация

Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Представлены темы рефератов. При оценивании реферата учитывается объем изученных источников, полнота и глубина раскрытия темы.

### Критерии оценивания ответов при экзамене

Отметка «отлично» ставится, если:

- знания студента отличаются глубиной, содержательностью и не содержит фактических ошибок;

- дается полный исчерпывающий ответ, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные;
- студент способен к самостоятельному пополнению и обновлению знаний в ходе учебной и профессиональной деятельности;
- студент взаимодействовать с участниками образовательного процесса, демонстрирует умение вести диалог и вступать в научную дискуссию.

Отметка «хорошо» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень, однако отличаются слабой структурированностью;
- в ответе имеют место несущественные фактические ошибки, которые студент способен исправить самостоятельно, благодаря наводящему вопросу;
- недостаточно раскрыта проблема по одному из вопросов билета;
- недостаточно логично построено изложение вопроса;

Отметка «удовлетворительно» ставится, если:

- знания имеют фрагментарный характер, отличаются поверхностностью и малой содержательностью, имеются неточности при ответе на основные вопросы билета:
- программные материалы в основном излагаются, но допущены фактические ошибки;
- студент не может обосновать закономерности и принципы, объяснить факты;
- нарушена логика изложения, отсутствует осмысленность представляемого материала;

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- обнаружено незнание или непонимание студентом сущностной части предмета;
- допускаются существенные фактические ошибки, которые студент не может исправить самостоятельно;

на большую часть дополнительных вопросов по содержанию экзамена студент затрудняется дать ответ или не дает верных ответов.

### **3. Оценочные средства**

#### **Темы практических занятий**

##### **Модуль 1**

##### **Тема Психофизиологические основы безопасности**

##### **Практическое занятие 1-2**

##### **Тема Психофизиология профессиональной деятельности**

##### **Практическое занятие 3-4**

1. Особенности условий профессиональной деятельности
2. Работоспособность. Фазы (стадии) сменной работоспособности
3. Физиологические факторы, определяющие уровень трудоспособности
4. Психологические факторы, определяющие работоспособность
5. Профессиональные факторы, воздействующие на трудоспособность
6. Синдром эмоционального выгорания и его физиологические предпосылки
7. Группы риска по развитию синдрома эмоционального выгорания
8. Структура и основные симптомы эмоционального выгорания
9. Меры по предотвращению синдрома эмоционального выгорания.

##### **Психологические проблемы опасных и экстремальных ситуаций**

##### **Практическое занятие 5**

##### **Практическое занятие 6-7**

##### **Тема Диагностика и регуляция психофизиологических состояний**

##### **Практическое занятие 8**

##### **Практическое занятие 9-10**

##### **Практическое занятие 11-12**

## **Задания для контрольной работы**

### **Вариант 1**

1. Понятие и виды человеческих стрессов в общей квалификации
2. Психофизиология стресса
3. Диагностика стрессогенных жизненных ситуаций
4. Стрессогенные жизненные события

### **Вариант 2**

1. Психофизиология эмоций
2. Коммуникации, к которым обращаются люди, пытаясь справиться с отрицательными последствиями стресса
3. Симптоматика посттравматического стрессового расстройства
4. Проблема критической ситуации

### **Вариант 3**

1. Преодоление психологического барьера в условиях угрозы для жизни
2. Воздействие опасности на психику и физиологию человека
3. Аффективные реакции
4. Примеры психической неустойчивости человека в экстремальных ситуациях

### **Вариант 4**

1. Психофизиологическая адаптация
2. Анализ этапов психической и физиологической адаптации, переадаптации, дезадаптации
3. Анализ изменений психического уровня
4. Основные защитные механизмы

### **Вариант 5**

1. Психогенное воздействие экстремальных условий
2. Краткий анализ исследований психогенных и физиологических расстройств в экстремальных ситуациях
3. Клинические особенности психогенов при экстремальных ситуациях
4. Профилактика психогенов в экстремальных условиях

### **Вариант 6**

1. Основные нормативно-правовые акты в сфере безопасности жизнедеятельности.
2. Подзаконные нормативно-правовые акты в сфере безопасности жизнедеятельности

## **Темы презентаций**

1. Государственная экологическая политика: понятие и цель
2. Основные теории, концепции и подходы к государственной экологической политике.
3. Институциональная и правовая инфраструктура государственной экологической

политики.

4. Экологическая политика в Российской Федерации
5. Состояние экологической политики в РФ
6. Проблемы государственной экологической политики
7. Перспективы экологической политики современной России
8. Цели экологической политики предприятия.
9. Задачи экологической политики предприятия.
10. Результаты экологической политики предприятия.
11. Руководящие принципы экологической политики предприятия.
12. Экологические права и обязанности.
13. Источники права в сфере природопользования и охраны окружающей среды.
14. Организационный механизм природопользования, охраны окружающей среды и обеспечения экологической безопасности (экологическое управление).
15. Юридическая ответственность за экологические правонарушения.
16. Экологические требования к хозяйственной деятельности
17. Правовая охрана окружающей среды в городах и иных поселениях
18. Правовой режим особо охраняемых природных территорий и объектов, земель рекреационного назначения.
19. Правовой режим использования и охраны недр.
20. Правовой режим использования и охраны земель (почв).
21. Правовой режим использования и охраны вод.
22. Правовой режим использования, охраны, защиты и воспроизводства лесов
23. Правовой режим использования и охраны животного мира.
24. Правовой режим охраны атмосферного воздуха.

## Вопросы тестовых заданий

### Модуль 1.

#### Тема 1.2 Психофизиологические основы безопасности

1. Психофизиологические опасности возникают (отметьте неправильное утверждение):
  - а) из внутренней среды организма;
  - б) при взаимодействии человека и техносферы;
  - в) при взаимодействии человека и социальной среды;
  - г) при осуществлении работы на производстве.
2. Отметьте правильное утверждение:
  - а) если существует та или иная опасность, она обязательно будет реализована;
  - б) опасности имеют вероятностный характер, могут существовать, но не реализовываться;
  - в) если опасность существует, то вероятность ее возникновения одинакова повсеместно;
  - г) все опасности находятся вне человека и воздействуют на него из внешней среды.
3. Отметьте правильное утверждение:
  - а) реакция оцепенения в экстремальной ситуации зависит от сложности развивающихся событий;
  - б) реакция оцепенения зависит от типа высшей нервной деятельности человека;
  - в) реакция оцепенения развивается практически у всех людей, переживающих чрезвычайную ситуацию;
  - г) развитие реакции оцепенения целиком определяется исходным самочувствием человека.
4. Отметьте правильное утверждение:
  - а) паника — это глубоко индивидуальная реакция на критическую ситуацию;
  - б) паника может быть индивидуальной и коллективной;
  - в) паника всегда возникает в очаге чрезвычайной ситуации;
  - г) паника целиком и полностью зависит только от событий, составляющих основу ЧС.
5. Запредельное торможение — это:
  - а) торможение, развивающееся в ответ на действие чрезвычайно сильного раздражителя;
  - б) торможение всех нейронов центральной нервной системы;

- в) торможение максимально возможное;
  - г) состояние сна.
6. Основная характеристика возбуждения (как процесса, возникающего в возбудимых тканях) — это:
- а) двигательное беспокойство;
  - б) потенциал действия;
  - в) бегство от опасности;
  - г) речевая несдержанность.
7. Иррадиация представляет собой:
- а) распространение возбуждения или торможения;
  - б) наведение одного процесса другим;
  - в) локализацию возбуждения в ограниченном участке центральной нервной системы;
  - г) постепенное снижение интенсивности возбуждения.
8. Индукция представляет собой:
- а) сосредоточение того или иного процесса в ограниченном участке мозга;
  - б) распространение возбуждения;
  - в) наведение одного процесса другим;
  - г) распространение возбуждения или торможения.
9. Условный рефлекс представляет собой:
- а) врожденный механизм мозга;
  - б) ответ, вырабатываемый в процессе онтогенеза на основе безусловного рефлекса;
  - в) сознательно формируемый ответ на изменившиеся обстоятельства;
  - г) периодически возникающую реакцию на изменение условий обитания.
10. Слабый тип высшей нервной деятельности характеризуется:
- а) повышенной раздражительностью;
  - б) повышенной утомляемостью при выполнении монотонной работы;
  - в) плохой ориентировкой в окружающем пространстве;
  - г) отсутствием реакции на слабые раздражители.
11. Безудержный тип — это:
- а) меланхолик;
  - б) флегматик;
  - в) холерик;
  - г) сангвиник.
12. Функциональная асимметрия мозга определяется:
- а) различием величины двух полушарий мозга;
  - б) существенным различием особенностей работы левого и правого полушария;
  - в) повышенной работоспособностью левого полушария;
  - г) пониженной работоспособностью левого полушария.
13. Отражение отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира — это:
- а) восприятие;
  - б) эмоция;
  - в) ощущение;
  - г) внимание.
14. Установление причинно-следственных связей между предметами и явлениями окружающего мира — это:
- а) память;
  - б) воображение;
  - в) представление;
  - г) мышление.
15. Отражение прошлого опыта в виде чувств, переживаний, мыслей, образов — это:
- а) ассоциация;
  - б) память;
  - в) апперцепция;

г) речь.

16. Минимальная сила раздражителя, вызывающая ощущение — это:

- а) абсолютный нижний порог ощущений;
- б) дифференциальный порог;
- в) абсолютный верхний порог;
- г) пространственный порог.

17. Уменьшение чувствительности органов чувств под влиянием действующего раздражителя — это:

- а) сенсбилизация;
- б) адаптация;
- в) синестезия;
- г) апперцепция.

18. Увеличение чувствительности органов чувств под влиянием окружающей обстановки, существования реальной опасности и т.д. — это:

- а) сенсбилизация;
- б) адаптация;
- в) апперцепция;
- г) реминисценция.

19. Неправильное искаженное восприятие предмета или явления, действующего в данный момент на органы чувств — это:

- а) галлюцинация;
- б) иллюзия;
- в) реминисценция;
- г) адаптация.

20. Человек начинает носить контактные линзы, они ему очень мешают, но со временем он перестает их замечать. Причиной этого является:

- а) адаптация;
- б) сенсбилизация;
- в) реминисценция;
- г) иллюзия.

21. Подберите подходящий синоним для термина «инсайт»:

- а) внимание;
- б) интуиция;
- в) память;
- г) импринтинг.

22. Объем кратковременной памяти составляет:

- а) 20 блоков информации;
- б) 7–9 блоков информации;
- в) 3–4 блока информации;
- г) 20–40 блоков информации.

23. Информация в третичной памяти хранится:

- а) от 10 мин. до часа;
- б) несколько лет;
- в) несколько суток;
- г) всю жизнь.

24. Память не обладает свойством:

- а) скоростью;
- б) прочностью;
- в) готовностью;
- г) ригидностью.

25. Внимание полностью отсутствует при ритме на ЭЭГ:

- а) альфа; б) бета; в) тета; г) дельта.

26. Внимание не обладает следующим свойством:

- а) переключаемостью;
- б) устойчивостью;



- в) ригидностью;  
г) концентрацией.
27. Потребность формируется на основе:
- а) мотивации;
  - б) отклонения гомеостатического параметра от контрольной зоны;
  - в) сознательного акта;
  - г) активности клеток коры головного мозга.
28. Страх относится к категории:
- а) стенических эмоций;
  - б) астенических эмоций;
  - в) дисфории;
  - г) гипотимии.
29. Гипертимия — это:
- а) повышение настроения;
  - б) понижение настроения;
  - в) подавление воли;
  - г) усиление мыслительной деятельности.
30. В наибольшей степени с эмоциональной деятельностью связаны следующие структуры мозга:
- а) продолговатый мозг;
  - б) варолиев мост;
  - в) красное ядро;
  - г) зрительный бугор;
  - д) лимбическая система.
31. Дефицит какого медиатора связан в большей степени с развитием депрессии:
- а) гистамина;
  - б) серотонина;
  - в) гамма-аминомасляной кислоты;
  - г) ацетилхолина.
32. Стресс-лимитирующими свойствами обладают вещества:
- а) адреналин;
  - б) норадреналин;
  - в) гамма-аминомасляной кислоты;
  - г) дофамин;
33. Эмоциональный стресс может вызвать:
- а) контрактуру;
  - б) инфаркт миокарда;
  - в) язву желудка;
  - г) развитие опухолевого роста;
  - д) маниакальный синдром;
  - е) шизофрению.
34. К триаде Селье относятся следующие изменения:
- а) резкая головная боль;
  - б) изъязвление желудочно-кишечного тракта;
  - в) увеличение массы надпочечников;
  - г) усиление иммунитета;
  - д) инволюция тимико-лимфатического аппарата;
  - е) усиление мышечного тонуса;
  - ж) повышение артериального давления.
35. Фенотипические адаптации:
- а) наследуются в первом поколении;
  - б) формируются в процессе длительного эволюционного развития;
  - в) формируются в процессе индивидуального развития;
  - г) формируются при первом столкновении организма с новым фактором среды.

## **2.1. Психофизиология профессиональной деятельности**

1. Синонимами понятия «работоспособность» в литературе являются все, кроме:
  - а) способности человека выполнять определенную работу на определенном уровне качества и надежности;
  - б) трудоспособности;
  - в) способности обеспечивать определенный заданный уровень деятельности;
  - г) эффективности работы.
2. Работоспособность является величиной:
  - а) статической, постоянной у всех людей;
  - б) теоретической, условной;
  - в) динамической, изменчивой;
  - г) разной у разных людей, но неизменной у каждого отдельного человека.
3. По отношению к решаемой работником задаче можно выделить работоспособность:
  - а) максимальную, оптимальную, сниженную;
  - б) временную, постоянную, разовую;
  - в) первичную, вторичную, третичную;
  - г) среднюю, минимальную, нулевую.
4. Фаза вработываемости в течение рабочей смены длится:
  - а) 1 час;
  - б) 5–10 минут;
  - в) от 10 минут до 1 часа;
  - г) не менее 2 часов.
5. Стадия спада работоспособности наступает:
  - а) за 20 минут до обеденного перерыва;
  - б) за час до обеденного перерыва;
  - в) в момент наступления обеденного перерыва;
  - г) после 8–10 часов работы.
6. После обеденного перерыва стадия устойчивой работоспособности:
  - а) повторяется и становится длиннее;
  - б) повторяется без изменений;
  - в) повторяется и становится короче;
  - г) не определяется.
7. При суточном ритме работы работоспособность постепенно повышается:
  - а) с 6 утра до 10–12 часов;
  - б) с 10 до 20 часов;
  - в) с 11 до 14 часов;
  - г) с 12 до 15–16 часов.
8. Работоспособность достигает минимума при суточном режиме работы:
  - а) к 22 часам;
  - б) к полуночи;
  - в) к 3 часам ночи;
  - г) к 6 часам утра.
9. В течение года работоспособность:
  - а) практически не меняется;
  - б) снижается до минимума к концу межотпускного периода;
  - в) снижается до минимума к середине межотпускного периода;
  - г) снижается в первые 2–3 месяца после отпуска.
10. Стадия конечного порыва, по Е. А. Деревянко, характерна для:
  - а) высокомотивированных сотрудников;
  - б) всех сотрудников вне зависимости от уровня мотивации;
  - в) сотрудников с пониженной мотивацией;
  - г) сотрудников, у которых отсутствуют или слабы волевые усилия.
11. Стадии работоспособности:
  - а) имеют четко фиксированную длительность и неизменную последовательность;
  - б) всегда следуют в заданном порядке, но могут незначительно менять свою длительность;
  - в) могут менять свою длительность вплоть до выпадения некоторых из них;

г) существуют независимо от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, профессиональной подготовленности работников.

12. В случае техногенных аварий и катастроф:

- а) проводится ретроспективная экспертиза работоспособности персонала;
- б) оценка работоспособности уже невозможна и никогда не проводится;
- в) работоспособность персонала на момент катастрофы не имеет значения;
- г) работоспособность персонала всегда оценивается как пониженная.

13. В суточной активности для трудовой деятельности наиболее неблагоприятные периоды:

- а) 12–14 часов и 22–23 часов;
- б) 6–8 часов и 18–20 часов;
- в) 9–11 часов и 20–22 часов;
- г) 2–4 часов и 15–16 часов.

14. Умственная и физическая работоспособность:

- а) не составляют отдельных понятий;
- б) могут рассматриваться порознь, но в действительности тесно связаны между собой;
- в) никак не связаны друг с другом и всегда рассматриваются отдельно друг от друга;
- г) не зависят от характера труда.

15. В физической работоспособности выделяют:

- а) частую, редкую, выносливую, скоростную;
- б) быструю, медленную, силовую;
- в) длинную, короткую, скоростную, выносливую;
- г) силовую, выносливую, скоростную.

16. Скоростная и выносливая работоспособность достигают возрастного максимума:

- а) одновременно: скоростная достигает максимума раньше;
- б) одновременно: силовая достигает максимума раньше;
- в) всегда в одном и том же возрасте;
- г) в разном порядке, без каких-либо закономерностей.

17. В течение недели максимум работоспособности приходится на:

- а) понедельник;
- б) вторник;
- в) среду;
- г) четверг.

18. Период оптимальной работоспособности, по Е. А. Деревянко, характеризуется тем, что:

- а) максимальная производительность труда сопровождается субъективным состоянием комфорта;
- б) производительность труда постепенно снижается, но удерживается волевым усилием мотивированного работника;
- в) формируется субъективное чувство усталости;
- г) работник начинает «втягиваться» в работу.

19. Циркадианные (циркадные) ритмы активности отражают изменения организма в течение:

- а) рабочего дня;
- б) суток;
- в) рабочей недели;
- г) календарного года.

20. Десинхроноз – это нарушение работоспособности, возникающее вследствие:

- а) работы в дневную смену;
- б) пребывания в отпуске;
- в) смены часовых поясов;
- г) смены времен года.

## **Тема 2.2 Психологические проблемы опасных и экстремальных ситуаций**

1. Гормон стресса адреналин вызывает:

- а) увеличение концентрации глюкозы в плазме крови;
- б) увеличение уровня свободных жирных кислот;
- в) гиперсекрецию половых гормонов;
- г) снижение уровня артериального давления;

д) подавление иммунитета.

2. Гормон стресса кортизол вызывает:

- а) подъем уровня глюкозы в крови;
- б) уменьшение скорости мочеотделения;
- в) увеличение количества эритроцитов;
- г) подавление иммунитета;
- д) повышение артериального давления.

3. Стресс — это реакция организма, которую можно охарактеризовать как:

- а) абсолютно положительную;
- б) абсолютно отрицательную;
- в) нейтральную;
- г) имеющую и положительные, и отрицательные моменты.

4. Системный структурный след необходим для формирования:

- а) стресс реакции;
- б) краткосрочной адаптации;
- в) долговременной адаптации;
- г) формирования привыкания.

5. В классификацию Юнга не входят следующие свойства:

- а) экстраверсия;
- б) интроверсия;
- в) сенсорика;
- г) интуиция;
- д) логика;
- е) этика;
- ж) рациональность;
- з) иррациональность;
- и) чувствительность;
- к) совестливость;
- л) беспечность.

6. К факторам большой пятерки не относятся следующие свойства:

- а) экстра-интроверсия;
- б) нейротизм;
- в) открытость новому;
- г) сознательность;
- д) альтруизм;
- е) мечтательность;
- ж) фрустрированность.

7. В опроснике Кеттела фигурирует ... черт.

- а) 16; б) 25; в) 7; г) 10.

8. Интроверт:

- а) склонен к самоанализу;
- б) открыт и общителен;
- в) легко сходится с людьми;
- г) разговорчив.

9. Экстраверт:

- а) замкнутый;
- б) разговорчивый;
- в) легко сходится с людьми;
- г) застенчив.

10. Среднее детство — это возраст:

- а) от 3 до 15 лет;
- б) от 6 до 11 лет;
- в) от 12 до 16 лет;
- г) от 12 до 21 года.

ЁЁ. Раннее детство — это возраст:

- а) от 0 до 3 лет;
- б) от 3 до 5;
- в) от 6 до 11;
- г) от 3 до 10 лет.

Ё1. Подростковый возраст — это:

- а) от 6 до 11;
- б) от 12 до 16;
- в) от 16 до 21;
- г) от 7 до 15 лет.

13. Наиболее адекватен для воспитания и формирования безопасного поведения у детей метод:

- а) беседы;
- б) нотация и выговор;
- в) игровая форма, с имитацией различных трудных ситуаций;
- г) наказание при неправильном поведении.

14. Реакция на экстремальную ситуацию может включать:

- а) страх;
- б) двигательное беспокойство;
- в) ступор;
- г) потерю сознания.

15. Индукторами паники чаще всего являются:

- а) интроверты;
- б) экстраверты;
- в) художественный тип личности;
- г) мыслительный тип личности.

16. Истерические психозы в экстремальных ситуациях чаще всего развиваются у лиц со следующими особенностями личности:

- а) эгоизм;
- б) общительность;
- в) эмоциональная устойчивость;
- г) совестьливость.

17. В экстремальных условиях у человека могут развиваться следующие состояния:

- а) острый реактивный психоз;
- б) депрессия;
- в) агрессия;
- г) декомпенсация личностных качеств.

18. Важнейшей профилактической задачей в экстремальной ситуации являются:

- а) медицинская помощь;
- б) психологическая помощь;
- в) объективная своевременная постоянная информация;
- г) утаивание правды и приукрашивание действительности.

19. Высокотревожные люди имеют следующие особенности поведения:

- а) лучше работают в стрессовых ситуациях;
- б) боязнь неудачи доминирует над стремлением к достижению успеха;
- в) сообщение о неудаче стимулирует их деятельность;
- г) объективно безопасные ситуации воспринимают адекватно.

20. Первыми признаками перенапряжения организма являются:

- а) нравственные нарушения;
- б) волевые нарушения;
- в) нарушения профессиональной деятельности;
- г) нарушение поведения.

21. Половые различия реагирования в экстремальных ситуациях обуславливают у женщин:

- а) большую эффективность в нестандартной обстановке;
- б) большую продуктивность в стандартных ситуациях;

- в) лучшую двигательную координацию пальцев рук;
  - г) меньшую тревожность и стабильность поведения.
22. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) является преимущественно:
- а) болезнью;
  - б) необратимым изменением личности;
  - в) психическим заболеванием;
  - г) невротической реакцией.
23. Основными признаками ПТСР являются:
- а) повышенная возбудимость;
  - б) депрессия;
  - в) страх и тревога;
  - г) уравновешенность.
24. ПТСР состоит из фаз:
- а) одной; б) двух; в) трех; г) четырех.
25. Первая фаза ПТСР называется:
- а) воздействием;
  - б) тревогой;
  - в) психологическим шоком;
  - г) адаптацией.
26. Травматический синдром изнасилования включает фазы:
- а) одну; б) две; в) три; г) четыре.
27. Выделяют следующие теории агрессии:
- а) гомеостатическая (Кэннон);
  - б) психоаналитическая (Фрейд);
  - в) фрустрационная (Доллард);
  - г) рефлекторная (Павлов).
28. Автор бихевиоральной теории агрессии (теории социального научения):
- а) З. Фрейд;
  - б) К. Лоренц;
  - в) А. Бандура;
  - г) И. Сеченов.
29. Факторами, стимулирующими агрессию, являются:
- а) низкая температура среды;
  - б) викарный опыт;
  - в) малолюдные улицы;
  - г) агрессивное поведение, демонстрируемое в СМИ.
30. Каждому живому существу присуща, в некоторой степени, агрессивность:
- а) да;
  - б) нет.
31. Вербальная агрессия представляет собой:
- а) нанесение удара;
  - б) оскорбление словами;
  - в) насилие;
  - г) суицид.
32. Виды суицидального поведения:
- а) конфликт;
  - б) протест;
  - в) капитуляция;
  - г) шантаж.
33. К факторам суицидального риска относятся:
- а) яркая освещенность;
  - б) лето;
  - в) зима;
  - г) депрессия.
34. В детском возрасте чаще проявляются:

- а) вербальная агрессия;
  - б) инструментальная агрессия;
  - в) целевая агрессия;
  - г) викарный опыт.
35. Сознание характеризуется:
- а) активным бодрствованием;
  - б) сном;
  - в) комой;
  - г) пассивным бодрствованием.
36. Сознание связано с такими процессами мозга, как:
- а) мышление;
  - б) внимание;
  - в) эмоции;
  - г) автоматизм.
37. Критерии сознания:
- а) наличие внимания;
  - б) абстрактное мышление;
  - в) деятельность;
  - г) самооценка.
38. Формы нарушения сознания:
- а) страх;
  - б) аффект;
  - в) делирий;
  - г) онейроид.
39. К аддитивному поведению относят:
- а) гемблинг;
  - б) психическая зависимость;
  - в) чрезмерное увлечение работой;
  - г) интернет-зависимость;
40. Первая стадия алкоголизма характеризуется:
- а) физической зависимостью;
  - б) психической зависимостью;
  - в) изменением обмена веществ;
  - г) деградацией личности.
41. Признаками алкогольной деградации являются:
- а) астения;
  - б) нарушение критичности;
  - в) безразличие к окружающим;
  - г) агрессивность;
  - д) потеря памяти.
42. Синдром абстиненции характерен для:
- а) психической зависимости от наркотиков;
  - б) физической зависимости от препарата;
  - в) отмены или воздержания от приема препарата;
  - г) периодического приема наркотиков.
43. Общий признак состояния организма для всех видов наркотиков:
- а) сужение зрачков;
  - б) эйфория;
  - в) чихание;
  - г) боль в суставах.
44. При каком виде наркомании отсчет времени (индивидуальная минута) резко отличается от реального:
- а) эфедриновой;
  - б) опишной;
  - в) гашишной;

г) героиновой.

45. К коноплевой группе наркотиков относится:

- а) кокаин;
- б) опий;
- в) героин;
- г) гашиш.

46. Формы мотивации употребления алкоголя и наркотиков:

- а) истинная;
- б) атарактическая;
- в) субмиссивная;
- г) бредовая.

### **Тема 3.1 Психологические основы управления безопасностью**

1. Профессиональный отбор включает в себя следующие этапы:

- а) изучение особенности профессии;
- б) изучения технологических процессов;
- в) изучения профессионально значимых качеств человека;
- г) изучение резервных возможностей человека.

2. Свойства личности, изучаемые при профотборе:

- а) физиологические;
- б) морфологические;
- в) биохимические;
- г) психические.

3. Профотбор включает в себя следующие виды отбора:

- а) физический;
- б) медицинский;
- в) психологический;
- г) образовательный.

4. Профотбор отличается от профессионального распределения тем, что:

- а) количество вакантных мест превышает количество претендентов;
- б) количество претендентов соответствует количеству вакантных мест;
- в) количество претендентов больше, чем количество вакантных мест.

5. Профотбор по уровню подготовленности основан на:

- а) оценке способностей претендента;
- б) оценке социально-психологических качеств;
- в) предшествующем опыте;
- г) соответствующем образовании.

6. Профотбор по способностям ставит цели определения:

- а) применении направленности личности;
- б) предшествующего опыта;
- в) использовании уровня знаний;
- г) нервно-психической устойчивости.

7. Психология безопасности труда составляет важное звено в структуре мероприятий по обеспечению БЖД потому, что:

- а) важен прогноз психического состояния и поведения человека в чрезвычайных ситуациях;
- б) позволяет целенаправленно проводить профотбор;
- в) определяет совместимость рабочего места с гигиеническими показателями;
- г) делает упор на опасные действия работника;
- д) в основе БЖД лежит риск-концепция.

8. Личностные качества людей влияют на: а) возникновение аварий; б) ликвидацию аварий; в) профилактику аварий; г) возникновение чрезвычайных ситуаций природного характера.

9. Эмоциональная устойчивость – это:

- а) четкая способность к переключению установок;
- б) предрасположенность к несчастным случаям;
- в) неспособность осуществлять двигательные реакции;
- г) способность человека сохранять



самообладание при воздействии на него сильных эмоциональных качеств; д) способность работать.

10. Что из перечисленного относится к понятию «психология», а что – к понятию «эргономика»? а) психологические знания; б) устойчивость; в) поведение; г) комфортность; д) антропометрия; е) совместимость.

11. Совместимость рабочего места с заданными эргонометрическими параметрами позволяет:

- а) повысить производительность труда;
- б) обеспечить безопасность производственной деятельности;
- в) принимать правильные решения по обеспечению безопасности жизнедеятельности; развивать трудовые навыки.

12. Совместимость рабочего места с эргономическими показателями бывает: а) технико-эстетическая; б) организационная; в) биофизическая; г) нормативная; д) информационная.

13. Человеческий фактор в безопасности жизнедеятельности учитывается в риск-концепции: а) да; б) нет; в) частично.

14. Разработка оптимальных режимов труда специалистов: а) проблема психологическая; б) организационная; в) эстетическая.

15. Какие личностные качества людей приводят к несчастным случаям: а) устойчивость к стрессу; б) самоуверенность; в) оптимизм; г) эгоцентричность; д) самокритичность.

16. Несчастные случаи с мужчинами случаются чаще, чем с женщинами, потому что они: а) работают по правилам; б) создают опасные ситуации; в) склонны к риску; г) лучше выходят из опасных ситуаций; д) более предусмотрительны.

### **Тема 3.2 Диагностика и регуляция психофизиологических**

1. Психотерапия основана преимущественно на:

- а) межличностном взаимодействии;
- б) применении фармакологических препаратов;
- в) использовании психологических методов и средств;
- г) гипнозе.

2. Позитивная психотерапия базируется на способностях человека к:

- а) познанию;
- б) самосовершенствованию;
- в) саморазвитию;
- г) любви.

3. К суггестивной терапии относится:

- а) НЛП;
- б) гипноз;
- в) гештальт;
- г) аутотренинг.

4. Активная мышечная релаксация предполагает:

- а) напряжение мышц на выдохе;
- б) расслабление мышц на выдохе;
- в) напряжение мышц на вдохе;
- г) расслабление мышц на вдохе.

5. Основными элементами аутотренинга являются:

- а) успокоение;
- б) тепло;
- в) релаксация;
- г) мобилизация.

6. К методам психологической защиты относятся:

- а) регрессия;
- б) сублимация;
- в) компенсация;
- г) галлюцинация.

7. К позитивным способам психологической защиты относится:

- а) изоляция;
- б) сублимация;
- в) отрицание;
- г) компенсация.

8. Успех самозащиты зависит в большей степени от:

- а) страха;
- б) уверенности;
- в) гнева;
- г) внезапности нанесения удара.

9. Главные принципы активной самозащиты:

- а) подчинение;
- б) атака;
- в) расчетливость;
- г) внезапность.

## **Перечень тем рефератов**

1. Практическое применение теории адаптации для выживания человека в экстремальных климатических условиях.
2. Виды и средства психологической и первой помощи в очаге катастрофы.
3. Психология окружающей среды: жизнь в большом городе.
4. Прикладная психология в сфере безопасности жизнедеятельности.
5. Восприятие мира и объективная реальность.
6. От рождения до смерти: психофизиологическое развитие на протяжении жизни.
7. Социальное поведение человека: проблемы конфликтности, коммуникаций и социального влияния.
8. Язык тела и движений как выражение эмоций.
9. Познание, интеллект и креативность.
10. Методы развития памяти и внимания.
11. Различные состояния сознания и паттерны поведения.
12. Оценка личности: психологические измерительные инструменты.
13. Типы личности в аспекте опасного и безопасного поведения.
14. Личность в экстремальных ситуациях.
15. Расстройства личности и связанные с ними типы поведения.
16. Половые особенности безопасного поведения.
17. Психофизиологические реакции и расстройства, возникающие при жизнеопасных ситуациях.
18. Факторы, обуславливающие развитие стресса и стратегия борьбы с ним.
19. Биологические основы агрессивного поведения.
20. Виды деструктивного поведения человека в современном мире.
21. Виды и методы психотерапии, их сравнительный анализ.
22. Общественные программы психического здоровья.
23. Человеческий фактор: системный взгляд на проблему в опасной профессии.
24. Стили взаимодействия и эффективное руководство как пути повышения безопасности.
25. Психофизиологически опасные факторы профессиональной деятельности (на примере конкретной профессии).
26. Роль мотивации в профессиональной деятельности, связанной с риском.
27. Риски в профессиональной деятельности.
28. Управление безопасностью в парадигме современной профессиональной деятельности.
29. Психологическая опасность и оценка риска.

## **Перечень вопросов к экзамену**

1. Психофизиологические основы адаптации к экстремальным условиям среды.
2. Роль стресса в развитии общего адаптационного синдрома.
3. Психологические механизмы защиты от стрессовых воздействий.
4. Теория функциональных систем как теоретическая основа психофизиологических реакций организма. Роль П. К. Анохина.
5. Физиологическая основа поведения.
6. Виды торможения в коре больших полушарий, их роль в обеспечении адекватного поведения.

7. Ощущения и восприятия как основа адекватной адаптации к окружающему миру.
8. Психофизиологические основы памяти. Виды памяти. Значение для безопасного поведения.
9. Психофизиологические основы внимания. Виды внимания. Значение для безопасного поведения.
10. Психофизиологические основы эмоций. Теории эмоций. Способы регуляции эмоционального поведения.
11. Роль эмоций в стрессовых ситуациях. Эмоционально-личностные дезадаптации.
12. Психотерапевтические методы коррекции эмоциональных состояний.
13. Типологические особенности ВНД. Классификация типов ВНД по свойствам нервных процессов. Особенности поведения людей с разными типами ВНД в экстремальных ситуациях.
14. Свойства нервной системы, способствующие опасному поведению. Влияние личностных качеств на развитие опасных ситуаций.
15. Половые особенности, определяющие возникновение и ликвидацию опасностей.
16. Психофизиологические и возрастные особенности мальчиков и девочек. Особенности реагирования детей на различные экстремальные ситуации.
17. Психологическая подготовка детей к действию в чрезвычайных ситуациях. Профилактика безопасности детей в условиях крупного города. Проблемы суицида у подростков.
18. Психофизиологическое состояние и поведение человека в экстремальных условиях.
19. Болезни нарушенной адаптации (неврозы, депрессивные состояния, алкоголизм). Способы и методы коррекции.
20. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Причины, признаки, критерии диагностики. Психологическая помощь при ПТСР.
21. Психогенные реакции, депрессивные состояния, тревожно-фобические состояния, пограничные состояния. Профилактика психогений в экстремальных ситуациях. Виды паники и причины ее возникновения.
22. Поведение человека в аварийных ситуациях. Формирование психологической готовности людей к экстремальным ситуациям.
23. Агрессия как поведение. Теории агрессии. Психофизиологические основы агрессивности человека.
24. Превентивные меры и управление агрессией. Внешние факторы, способствующие агрессии.
25. Анализ поведения человека в условиях измененного сознания. Методы обеспечения безопасности в условиях измененного сознания.
26. Психофизиологические основы повышения безопасности. Методы воспитания безопасного мышления. Профессиональный отбор как один из методов повышения безопасности.
27. Классификация психических расстройств. Основные факторы риска суицида и его предупреждение. Медико-социальная и психотерапевтическая помощь людям с нарушением психического здоровья.
28. Ведущие свойства психики, обеспечивающие успешность действий в экстремальных ситуациях. Специфика решения задач при отсутствии адекватного плана действий.
29. Способы тренировки антиципирующих возможностей психики.

30. Факторы работоспособности и стресса, приводящие к возникновению ПФОФ. Влияние автоматизации на работоспособность человека.
31. Алгоритмы безопасного поведения в повседневной жизни.
32. Техники психотерапевтической помощи для саморегуляции.
33. Нормативные документы, определяющие организацию и технику безопасности работ при психофизиологических исследованиях
34. Экологическая политика.
35. Источники права в сфере природопользования и охраны окружающей среды.
36. Организационный механизм природопользования, охраны окружающей среды и обеспечения экологической безопасности (экологическое управление).
37. Юридическая ответственность за экологические правонарушения.
- 38.. Экологические требования к хозяйственной деятельности.