



**Здоровый образ жизни и  
безопасность жизнедеятельности**



❖ Деятельность человека приводит к возрастанию проблем в области безопасности жизнедеятельности. С увеличением количества технических средств, используемых в повседневной жизни, возрастает вероятность возникновения опасных ситуаций из-за нарушения правил эксплуатации и различных неисправностей в их работе. Все это увеличивает фактор риска для жизни и здоровья человека.



# Причины трагических последствий

Более чем в 80% случаев причиной гибели людей является «человеческий фактор»

незнание норм и  
правил  
безопасного  
поведения



низкий уровень общей  
культуры в области  
безопасности

пренебрежения  
правилами личной  
гигиены и нормами  
здорового образа

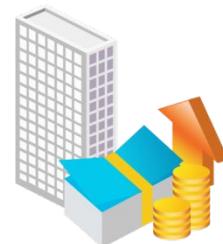


# Общие понятия культуры в области безопасности жизнедеятельности:

- 1 осознанное поведение в процессе повседневной жизнедеятельности и в условиях различных опасных и чрезвычайных ситуаций.
- 2 способность уметь с определенной степенью вероятности предвидеть возникновение опасной или чрезвычайной ситуации по внешним признакам развития событий, по анализу различной информации и по собственному опыту.
- 3 способность правильно оценивать ход событий и, если есть возможность, избегать опасных ситуаций.
- 4 способность ответственно относиться к своему поведению и не совершать умышленно поступки, которые могут способствовать возникновению опасной или чрезвычайной ситуации.
- 5 знания и умение адекватно вести себя в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, чтобы снизить фактор риска для жизни и здоровья.



Постоянное повышение общего уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности будет способствовать обеспечению социального благополучия человека и характеризовать уровень его здоровья.



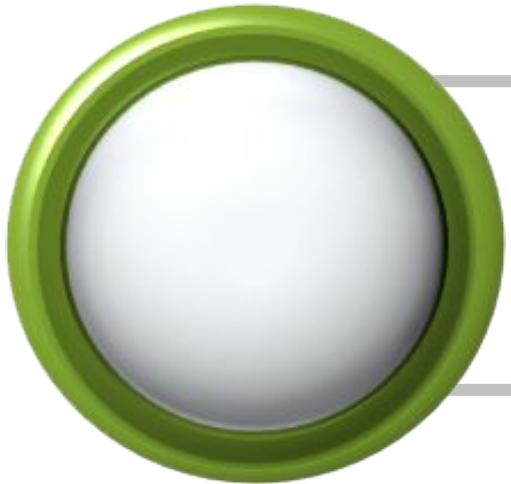
уровень культуры в области безопасности жизнедеятельности становится одним из важных критериев, определяющих уровень здоровья человека и общества.



Приобретенные знания, умения и навыки в области безопасности становятся насущной потребностью в жизни каждого человека, общества и государства, потому что они в конечном итоге формируют национальную безопасность России в современном мире.

Здоровый образ жизни — это цельная, логически взаимосвязанная система поведения человека в процессе его жизнедеятельности, которая способствует обеспечению его личной безопасности и благополучию в жизни.

Умение человека обеспечить личную безопасность в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях — основная составляющая здорового образа жизни, обеспечивающая социальное благополучие человека.



# **Домашнее задание к 18.05.2020**

- ◆ **Ответить на вопросы:**
- ◆ **1. Почему в настоящее время можно считать уровень общей культуры человека в области безопасности жизнедеятельности одним из критериев уровня его здоровья?**
- ◆ **2. Что такое самоизоляция?**
- ◆ **3. Почему необходимо соблюдать правила самоизоляции?**

