

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА  
И ПРОДОВОЛЬСТВИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Учреждение образования  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
АГРАРНЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**Л. В. Мисун, А. Л. Мисун, И. Н. Мисун**

**ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ  
И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ.  
ПРАКТИКУМ**

*Рекомендовано Учебно-методическим объединением  
по аграрному техническому образованию  
в качестве учебно-методического пособия  
для студентов учреждений высшего образования  
по специальности 1-74 06 07 «Управление охраной труда  
в сельском хозяйстве»*

Минск  
БГАТУ  
2021

УДК 612(07)  
ББК 28.707.3я7  
М65

Рецензенты:

кафедра безопасности жизнедеятельности  
УО «Белорусская государственная орденов Октябрьской Революции  
и Трудового Красного Знамени сельскохозяйственная академия»  
(доктор сельскохозяйственных наук, профессор,  
заведующий кафедрой *В. Н. Босак*);  
кандидат технических наук, доцент, доцент кафедры  
безопасности жизнедеятельности УО «Белорусский государственный  
технологический университет» *А. К. Гармаза*

**Мисун, Л. В.**

М65 Физиологические и медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности. Практикум : учебно-методическое пособие / Л. В. Мисун, А. Л. Мисун, И. Н. Мисун. – Минск : БГАТУ, 2021. – 200 с. ISBN 978-985-25-0091-3.

Практикум содержит учебно-методические материалы для проведения практических занятий по дисциплине «Физиологические и медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности».

Для студентов, обучающихся по специальности 1-74 06 07 «Управление охраной труда в сельском хозяйстве», и слушателей института повышения квалификации и переподготовки кадров АПК (специальность 1-59 01 05 «Охрана труда в сельском хозяйстве»).

УДК 612(07)  
ББК 28.707.3я7

ISBN 978-985-25-0091-3

© БГАТУ, 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	5
Практическая работа № 1 ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА ПРОИЗВОДИТЕЛЬНОСТЬ И КАЧЕСТВО РАБОТЫ.....	6
Практическая работа № 2 СЕНСОРНЫЕ СИСТЕМЫ, ВНУТРЕННЯЯ СРЕДА ОРГАНИЗМА.....	18
Практическая работа № 3 ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ.....	30
Практическая работа № 4 ОПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПА ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА.....	52
Практическая работа № 5 ИЗУЧЕНИЕ ФУНКЦИЙ ПИЩЕВАРИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ.....	83
Практическая работа № 6 ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПО МЕТОДИКЕ Г. Л. АПАНАСЕНКО.....	89
Практическая работа № 7 ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ПРОФИЛАКТИКА НАРУШЕНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА.....	100
Практическая работа № 8 ОЦЕНКА БИОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗРАСТА ПО МЕТОДИКЕ В. П. ВОЙТЕНКО.....	132
Практическая работа № 9 ОБОСНОВАНИЕ РАЦИОНАЛЬНЫХ РЕЖИМОВ ТРУДА И ОТДЫХА.....	137
Практическая работа № 10 ВЛИЯНИЕ МЕТЕОРОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА.....	144

Практическая работа № 11	
ВЛИЯНИЕ БИОРИТМОВ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА.....	151
Практическая работа № 12	
ОЦЕНКА ПОТЕНЦИАЛЬНОЙ ОПАСНОСТИ	
ХИМИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ.....	161
Практическая работа № 13	
ОЦЕНКА ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ.....	171
Практическая работа № 14	
ОБОСНОВАНИЕ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ.....	182

Учебное издание

**Мисун** Леонид Владимирович,  
**Мисун** Алексей Леонидович,  
**Мисун** Ирина Николаевна

ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ  
И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ.  
ПРАКТИКУМ

Учебно-методическое пособие

Ответственный за выпуск *В. Г. Андруш*  
Редактор *Д. О. Бабакова*  
Корректор *Д. О. Бабакова*  
Компьютерная верстка *Д. О. Бабаковой*  
Дизайн обложки *Д. О. Бабаковой*

Подписано в печать 31.03.2021. Формат 60×84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>.  
Бумага офсетная. Ризография.  
Усл. печ. л. 11,62. Уч.-изд. л. 9,09. Тираж 99 экз. Заказ 97.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
Учреждение образования  
«Белорусский государственный аграрный технический университет».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий  
№ 1/359 от 09.06.2014.  
№ 2/151 от 11.06.2014.  
Пр-т Независимости, 99–2, 220023, Минск.