


ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования города Москвы  
«Московский государственный университет спорта и туризма»  
(ГАОУ ВО МГУСиТ)


СОГЛАСОВАНО

Проректор

 А.М. Каткова  
«29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор института спортивных  
технологий и физического воспитания

 К.М. Берулава  
«29» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.01.06 Безопасность жизнедеятельности**

направление подготовки: **49.03.01 Физическая культура**  
направленность (профиль): **Спортивная подготовка в детско-юношеском спорте**

| Форма обучения                          | очная            | заочная          |
|---|------------------|------------------|
| Общая трудоемкость (в акад. часах / ЗЕ) | 72 час. / 2 ЗЕ   |                  |
| Курс                                    | II               | II               |
| Учебный семестр                         | 3 семестр        | 4 семестр        |
| Форма промежуточной аттестации          | 3 семестр -зачет | 4 семестр -зачет |

Настоящая рабочая программа учебной дисциплины устанавливает требования к результатам обучения студента и определяет содержание и виды учебных занятий и отчетности.

Рабочая программа дисциплины (РПД) «Безопасность жизнедеятельности» составлена на основании ФГОС высшего образования 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «19» сентября 2017 г. № 940 (с изменениями от 26.11.2020, 08.02.2021), основной профессиональной образовательной программы и учебного плана ГАОУ ВО МГУСиТ по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль) Спортивная подготовка в детско-юношеском спорте.

Программа предназначена для преподавателей, ведущих дисциплину и студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

**Разработчик рабочей программы:**

доцент кафедры социально-экономических и гуманитарных дисциплин, кандидат технических наук

  
«29» августа 2023 г.

А.В. Платов

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры социально-экономических и гуманитарных дисциплин «29» августа 2023 г., протокол № 1.

Заведующий кафедрой социально-экономических и гуманитарных дисциплин, кандидат юридических наук

  
«29» августа 2023 г.

И.А. Новичкова

**СОГЛАСОВАНО:**

Начальник отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса

  
«29» августа 2023 г.

О.В. Федорова

Специалист по УМР отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса

  
«29» августа 2023 г.

Е.В. Аверьянова

## 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель** - формирование универсальной и общепрофессиональной компетенций обучающихся, характеризующей этапы освоения образовательной программы и формирование у студентов базовой системы знаний в области обеспечения безопасности жизнедеятельности в избранной профессиональной сфере.

**Задачи**, решаемые в процессе преподавания учебной дисциплины:

1. Понимание проблем устойчивого развития общества и рисков, в повседневной жизни и связанных с профессиональной деятельностью человека;
2. Привитие базовых знаний и практических навыков распознавания и оценки опасных и вредных факторов среды обитания человека;
3. Овладение знаниями об опасностях, угрожающих человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного– характера и при военных конфликтах;
4. Овладение основами медицинских знаний и правилами оказания первой медицинской помощи человеку и социуму в опасных и чрезвычайных ситуациях;
5. Овладение знаниями о здоровье и здоровом образе жизни как основе успешной самореализации личности;
6. Формирование умений предвидеть, предупреждать влияние на человека поражающих факторов угроз и опасностей;
7. Формирование гражданской ответственности, патриотизма и ответственности;
8. Формирование мотивации и способностей к профессиональному самообразованию в области безопасности жизнедеятельности будущего специалиста в сфере профессиональной деятельности.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Дисциплина Б1.О.01.06 Безопасность жизнедеятельности изучается обучающимися в рамках *базовой* обязательной части Блока 1 ООП ВО на протяжении третьего учебного семестра и завершается промежуточной аттестацией в форме *зачета*.

Изучение дисциплины *«Безопасность жизнедеятельности»* осуществляется на основе логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплиной Медико-биологического модуля Б1.О.03 Б1.О.03.04 Основы оказания первой помощи, Б1.О.03.03 Физиология и биохимия человека и Б1.О.03.01 Анатомия человека

Обучение по дисциплине *«Безопасность жизнедеятельности»* предшествует изучению следующих дисциплин ООП:

- Гигиена физического воспитания и спорта,
- Туризм

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ В РАМКАХ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ООП

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций: УК-8, ОПК-7

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты обучения:

| Индекс и содержание компетенции   | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции   | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  |
|---|---|--|
| 1   | 2   | 3  |
| <p>УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p> | <p>УК-8.1. Анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)</p> | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей;</li> <li>- факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);</li> <li>- методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- основные методы защиты персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</li> <li>- факторы риска, и факторные условия обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать факторы вредного влияния на</li> </ul> |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера на основе анализа чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения анализа факторов вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;</li> <li>- организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и</li> </ul> |
|--|--|---|

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p>УК-8.2. Демонстрирует знание норм и правил обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности, правил поведения в чрезвычайных ситуациях и при военных конфликтах.</p> | <p>обслуживающего персонала.</p> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- законодательные и правовые акты в области обеспечения безопасности жизнедеятельности;</li> <li>- требования к безопасности технических регламентов в сфере профессиональной деятельности;</li> <li>- нормы и правила обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности;</li> <li>- правила поведения в чрезвычайных ситуациях</li> <li>- основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности в сфере профессиональной деятельности</li> <li>- факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать безопасный тип поведения;</li> <li>- использовать принципы обеспечения безопасности;</li> <li>- организовывать действия при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;</li> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;</li> <li>- выявлять опасности, возникающие в повседневной</li> </ul> |
|--|--|--|

|  |  |
|--|--|
|  | <p>жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</li> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий;</li> <li>- создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий;</li> <li>- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности,</li> <li>- применения на практике правил поведения в чрезвычайных ситуациях.</li> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- планирования обеспечения</li> </ul> |
|--|--|

|  |   |  |
|--|---|--|
|  |   | <p>безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;</li> <li>- создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;</li> <li>- организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</li> </ul> |
| <p>ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</p> | <p>ОПК-7.1. Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</p> | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;</li> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.)</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> </ul>  |



|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</li> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических</li> </ul> |
|--|--|---|

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <p>состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации</li> </ul> |
|--|--|--|

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость учебной дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа, включая все формы контактной и самостоятельной работы обучающихся.

## 4.1. Распределение часов по темам и видам учебной работы

## Очная форма обучения

| № п/п            | Номера и наименования разделов и тем   | Всего час. | Контактная работа, час. |        |  |                             |                           | Самостоятельная работа, час. | Формы промежуточной аттестации | Вид и формы текущего контроля <sup>1</sup> |                                 | Код компетенции или код индикатора |
|------------------|--|------------|-------------------------|--------|--|-----------------------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------------|--|---------------------------------|------------------------------------|
|                  |  |            | всего                   | в т.ч. |  |                             |                           |                              |                                | в рамках контактной работы                 | в рамках самостоятельной работа |                                    |
|                  |  |            |                         | лекции | занятия семинарского типа <sup>2</sup> | др. виды работ <sup>3</sup> | консультации <sup>4</sup> |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 1                | 2  | 3          | 4                       | 5      | 6                                      | 7                           | 8                         | 9                            | 10                             | 11   | 12                              | 13                                 |
| <b>3 семестр</b> |  |            |                         |        |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 1.               | <b>Раздел 1: Чрезвычайные ситуации</b>   |            |                         |        |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 1.1.             | Тема: Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций и их прогнозирование          | 4          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 2                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 1.2.             | Тема: Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени                         | 4          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 2                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 1.3              | Тема: Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера     | 4          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 2                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 1.4              | Тема: Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера | 4          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 2                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |

<sup>1</sup> Вид текущего контроля: ПТЗ.Т – проверка теоретических знаний – тестирование (письменно), ПТЗ.КР – проверка теоретических знаний – контрольная работа (письменно), ПТЗ.О - опрос; ПТЗ.Д – проверка теоретических знаний – диктант; ПТЗ.Э – проверка теоретических знаний – эссе; ПР – практическая работа.

<sup>2</sup> К занятиям семинарского типа относятся - семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия.

<sup>3</sup> Указать другие виды контактной работы студентов, если они применяются при изучении данной дисциплины.

<sup>4</sup> Если предусмотрены учебным планом.

| № п/п | Номера и наименования разделов и тем  | Всего час. | Контактная работа, час. |        |  |                             |                           | Самостоятельная работа, час. | Формы промежуточной аттестации | Вид и формы текущего контроля <sup>1</sup> |                                 | Код компетенции или код индикатора |
|-------|---|------------|-------------------------|--------|--|-----------------------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------------|--|---------------------------------|------------------------------------|
|       |   |            | всего                   | в т.ч. |  |                             |                           |                              |                                | в рамках контактной работы                 | в рамках самостоятельная работа |                                    |
|       |   |            |                         | лекции | занятия семинарского типа <sup>2</sup> | др. виды работ <sup>3</sup> | консультации <sup>4</sup> |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 1     | 2   | 3          | 4                       | 5      | 6                                      | 7                           | 8                         | 9                            | 10                             | 11   | 12                              | 13                                 |
| 1.5   | Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций социально-политического характера. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций                           | 4          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 2                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 2.    | <b>Раздел: Гражданская оборона</b>  |            |                         |        |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 2.1.  | Тема: Гражданская оборона и ее роль в мирное и военное время. Современные средства поражения и защиты населения   | 4          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 2                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 2.2.  | Тема: Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций  | 4          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 2                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 2.3   | Тема: Индивидуальные средства защиты организма человека   | 6          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О<br>ПР                                | ПР                              | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 3.    | <b>Раздел: Техника безопасности</b>   |            |                         |        |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 3.1   | Государственная политика в области безопасности труда. Безопасность жизнедеятельности в производственных условиях. Производственный микроклимат и освещение | 4          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 2                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 3.2   | Вредные и опасные факторы производственной среды  | 6          | 2                       | 1      | 1                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 3.3   | Комфортные и допустимые условия жизнедеятельности при производственном шуме и вибрации, электромагнитных, лазерных и  | 5          | 3                       | 1      | 2                                      |                             |                           | 2                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |

| №<br>п/п | Номера и наименования<br>разделов и тем   | Всего<br>час. | Контактная работа, час. |           |  |                             |                           | Самостоятельная работа,<br>час. | Формы промежуточной<br>аттестации | Вид и формы<br>текущего контроля <sup>1</sup> |                                       | Код компетенции или<br>код индикатора |
|----------|---|---------------|-------------------------|-----------|--|-----------------------------|---------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|---|---------------------------------------|---------------------------------------|
|          |   |               | всего                   | в т.ч.    |  |                             |                           |                                 |                                   | в рамках<br>контактной работы                 | в рамках<br>самостоятельная<br>работа |                                       |
|          |   |               |                         | лекции    | занятия<br>семинарского<br>типа <sup>2</sup> | др. виды работ <sup>3</sup> | консультации <sup>4</sup> |                                 |                                   |   |                                       |                                       |
| 1        | 2   | 3             | 4                       | 5         | 6  | 7                           | 8                         | 9                               | 10                                | 11  | 12                                    | 13                                    |
|          | ионизирующих излучениях. Психология<br>в обеспечении безопасного труда  |               |                         |           |  |                             |                           |                                 |                                   |   |                                       |                                       |
| 4.       | <b>Раздел 4: Медицинская помощь</b>   |               |                         |           |  |                             |                           |                                 |                                   |   |                                       |                                       |
| 4.1      | Оказание неотложной помощи при<br>переломе костей, ожогах, обморожениях,<br>тепловом и солнечном ударе. Оказание<br>помощи при внезапных заболеваниях<br>помощи при ранах, травмах,<br>кровотечениях и терминальных<br>состояниях, закрытых повреждениях,<br>переломах. | 8             | 4                       | 2         | 2  |                             |                           | 4                               |                                   | <i>ПТЗ.О</i><br><i>ПР</i>                     | <i>ПР</i>                             | УК-8<br>ОПК-7                         |
| 4.2      | Здоровый образ жизни как необходимое<br>условие сохранения и укрепления<br>здоровья человека и общества   | 7             | 3                       | 1         | 2  |                             |                           | 4                               |                                   | <i>ПТЗ.О</i>                                  |                                       | УК-8<br>ОПК-7                         |
| 4.3      | Вредные привычки и их профилактика  | 8             | 4                       | 2         | 2  |                             |                           | 4                               |                                   | <i>ПТЗ.О</i>                                  |                                       | УК-8<br>ОПК-7                         |
|          | <b>Промежуточная аттестация</b>   | -             | -                       | -         | -  | -                           | -                         | -                               | зачет                             |   |                                       | УК-8<br>ОПК-7                         |
|          | <b>Итого</b>  | <b>72</b>     | <b>34</b>               | <b>16</b> | <b>18</b>                                    |                             |                           | <b>38</b>                       |                                   |   |                                       |                                       |
|          | <b>ВСЕГО:</b>   | <b>72</b>     | <b>34</b>               | <b>16</b> | <b>18</b>                                    |                             |                           | <b>38</b>                       |                                   |   |                                       |                                       |

## Заочная форма обучения

| № п/п            | Номера и наименования разделов и тем   | Всего час. | Контактная работа, час. |        |  |                             |                           | Самостоятельная работа, час. | Формы промежуточной аттестации | Вид и формы текущего контроля <sup>5</sup> |                                 | Код компетенции или код индикатора |
|------------------|--|------------|-------------------------|--------|--|-----------------------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------------|--|---------------------------------|------------------------------------|
|                  |  |            | всего                   | в т.ч. |  |                             |                           |                              |                                | в рамках контактной работы                 | в рамках самостоятельной работы |                                    |
|                  |  |            |                         | лекции | занятия семинарского типа <sup>6</sup> | др. виды работ <sup>7</sup> | консультаций <sup>8</sup> |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 1                | 2  | 3          | 4                       | 5      | 6                                      | 7                           | 8                         | 9                            | 10                             | 11   | 12                              | 13                                 |
| <b>4 семестр</b> |  |            |                         |        |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 1.               | <b>Раздел 1: Чрезвычайные ситуации</b>   |            |                         |        |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 1.1.             | Тема: Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций и их прогнозирование          | 5          | 1                       | 1      | -                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 1.2.             | Тема: Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени                         | 4          | -                       | -      | -                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 1.3              | Тема: Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера     | 4          | -                       | -      | -                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 1.4              | Тема: Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера | 5          | 1                       | -      | 1                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 1.5              | Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций социально-   | 4          | -                       | -      | -                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |

<sup>5</sup> Вид текущего контроля: ПТЗ.Т – проверка теоретических знаний – тестирование (письменно), ПТЗ.КР – проверка теоретических знаний – контрольная работа (письменно), ПТЗ.О - опрос; ПТЗ.Д – проверка теоретических знаний – диктант; ПТЗ.Э – проверка теоретических знаний – эссе; ПР – практическая работа.

<sup>6</sup> К занятиям семинарского типа относятся - семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия.

<sup>7</sup> Указать другие виды контактной работы студентов, если они применяются при изучении данной дисциплины.

<sup>8</sup> Если предусмотрены учебным планом.

| № п/п | Номера и наименования разделов и тем   | Всего час. | Контактная работа, час. |        |  |                             |                           | Самостоятельная работа, час. | Формы промежуточной аттестации | Вид и формы текущего контроля <sup>5</sup> |                                 | Код компетенции или код индикатора |
|-------|--|------------|-------------------------|--------|--|-----------------------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------------|--|---------------------------------|------------------------------------|
|       |  |            | всего                   | в т.ч. |  |                             |                           |                              |                                | в рамках контактной работы                 | в рамках самостоятельная работа |                                    |
|       |  |            |                         | лекции | занятия семинарского типа <sup>6</sup> | др. виды работ <sup>7</sup> | консультаций <sup>8</sup> |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 1     | 2  | 3          | 4                       | 5      | 6                                      | 7                           | 8                         | 9                            | 10                             | 11   | 12                              | 13                                 |
|       | политического характера. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуации  |            |                         |        |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 2.    | <b>Раздел: Гражданская оборона</b>   |            |                         |        |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 2.1.  | Тема: Гражданская оборона и ее роль в мирное и военное время. Современные средства поражения и защиты населения  | 5          | 1                       | 1      | -                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 2.2.  | Тема: Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций   | 5          | -                       | -      | -                                      |                             |                           | 5                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 2.3   | Тема: Индивидуальные средства защиты организма человека  | 6          | 1                       | -      | 1                                      |                             |                           | 5                            |                                | ПТЗ.О<br>ПР                                | ПР                              | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 3.    | <b>Раздел: Техника безопасности</b>  |            |                         |        |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 3.1   | Государственная политика в области безопасности труда. Безопасность жизнедеятельности в производственных условиях. Производственный микроклимат и освещение                              | 4          | 1                       | 1      | -                                      |                             |                           | 3                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 3.2   | Вредные и опасные факторы производственной среды   | 6          | -                       | -      | -                                      |                             |                           | 6                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 3.3   | Комфортные и допустимые условия жизнедеятельности при производственном шуме и вибрации, электромагнитных, лазерных и ионизирующих излучениях. Психология в обеспечении безопасного труда | 5          | 1                       | -      | 1                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |

| № п/п | Номера и наименования разделов и тем   | Всего час. | Контактная работа, час. |          |  |                             |                           | Самостоятельная работа, час. | Формы промежуточной аттестации | Вид и формы текущего контроля <sup>5</sup> |                                 | Код компетенции или код индикатора |
|-------|--|------------|-------------------------|----------|--|-----------------------------|---------------------------|------------------------------|--------------------------------|--|---------------------------------|------------------------------------|
|       |  |            | всего                   | в т.ч.   |  |                             |                           |                              |                                | в рамках контактной работы                 | в рамках самостоятельная работа |                                    |
|       |  |            |                         | лекции   | занятия семинарского типа <sup>6</sup> | др. виды работ <sup>7</sup> | консультаций <sup>8</sup> |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 1     | 2  | 3          | 4                       | 5        | 6                                      | 7                           | 8                         | 9                            | 10                             | 11   | 12                              | 13                                 |
| 4.    | <b>Раздел 4: Медицинская помощь</b>  |            |                         |          |  |                             |                           |                              |                                |  |                                 |                                    |
| 4.1   | Оказание неотложной помощи при переломе костей, ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Оказание помощи при внезапных заболеваниях помощи при ранах, травмах, кровотечениях и терминальных состояниях, закрытых повреждениях, переломах. | 7          | 1                       | -        | 1                                      |                             |                           | 6                            |                                | ПТЗ.О<br>ПР                                | ПР                              | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 4.2   | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества  | 5          | 1                       | 1        | -                                      |                             |                           | 4                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
| 4.3   | Вредные привычки и их профилактика   | 3          | -                       | -        | -                                      |                             |                           | 3                            |                                | ПТЗ.О                                      |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
|       | <b>Промежуточная аттестация</b>  | 4          | -                       | -        | -                                      | -                           | -                         | 4                            | зачет                          |  |                                 | УК-8<br>ОПК-7                      |
|       | <b>Итого</b>   | <b>72</b>  | <b>8</b>                | <b>4</b> | <b>4</b>                               |                             |                           | <b>64</b>                    |                                |  |                                 |                                    |
|       | <b>ВСЕГО:</b>  | <b>72</b>  | <b>8</b>                | <b>4</b> | <b>4</b>                               |                             |                           | <b>64</b>                    |                                |  |                                 |                                    |



## 4.2. Тематическое содержание занятий

## Очная форма обучения

| Номера и наименования разделов и тем   | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации  | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации  |
|--|--|---|
| 1  | 2  | 3   |
| <b>Раздел 1. Чрезвычайные ситуации</b>   |  |   |
| <p>Тема 1.1.<br/>Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций и их прогнозирование</p> | <p><b>Лекция</b><br/>(1 ак.ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского типа</b><br/>(Практическое занятие)<br/>(1 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(2 ак.ч.)</p> | <p>Основные понятия безопасности жизнедеятельности. Проблемы и задачи безопасности жизнедеятельности. Объект, субъект, предмет, методы, теория и практика безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Система «человек – среда обитания». Основные составляющие системы «человек – среда обитания». Характеристика человека как элемента системы «человек - среда обитания». Концептуальная модель безопасности личности. Понятия риска и опасности в концепции жизнедеятельности человека. Классификация чрезвычайных ситуаций: техногенные, природные, военного времени. Понятие опасного промышленного объекта, классификация опасных объектов. Фазы развития чрезвычайных ситуаций. Основы прогнозирования и предупреждения чрезвычайных ситуаций.</p> <p>1.Опрос<br/>2. Защита рефератов/докладов</p> <p>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме</p> |
| <p>Тема 1.2.<br/>Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</p>                | <p><b>Лекция</b><br/>(1 ак.ч.)</p>   | <p>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные задачи РСЧС. Структура РСЧС. Органы повседневного управления РСЧС. Силы и средства РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС. Министерство по чрезвычайным ситуациям (МЧС) России – федеральный орган управления в области гражданской обороны и защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций. Система и задачи МЧС России. Гражданская оборона (ГО), как важная составляющая национальной безопасности и обороноспособности страны. Основные задачи ГО в мирное и военное время. Управление гражданской обороной. Силы гражданской</p>   |

| Номера и наименования разделов и тем   | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации   | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|--|---|--|
| 1  | 2   | 3  |
|  | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.)<br><br><b>Самостоятельная работа</b><br>(2 ак.ч.)                                   | обороны.<br>1.Опрос<br>2. Защита рефератов/докладов<br>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме  |
| Тема 1.3. Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера     | <b>Лекция</b><br>(1 ак.ч.)<br><br><b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.)<br><br><b>Самостоятельная работа</b><br>(2 ак.ч.) | Определение стихийного бедствия. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита при землетрясении и извержении вулкана. Возникновение и защита от цунами. Защита при ураганах, бурях, смерчах и грозах. Защита при снежных заносах, метели, буране, пурге, вьюге, сходе лавин. Защита при селях и оползнях. Защита при лесных и торфяных пожарах. Защита при наводнении<br>1.Опрос<br>2. Защита рефератов/докладов<br>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме |
| Тема 1.4 Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. | <b>Лекция</b><br>(1 ак.ч.)<br><br><b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.)<br><br><b>Самостоятельная работа</b><br>(2 ак.ч.) | Условия формирования и классификация техногенных чрезвычайных ситуаций. Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения на химически опасных объектах. Аварии на радиационно-опасных объектах. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Аварии на транспорте. Аварии на гидротехнических сооружениях. Аварии на объектах коммунального хозяйства<br>1.Опрос<br>2. Защита рефератов/докладов<br>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме                       |

| Номера и наименования разделов и тем   | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации           | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|--|---|--|
| 1  | 2   | 3  |
| Тема 1.5 Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций социально-политического характера. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций | <b>Лекция</b><br>(1 ак.ч.)  | Определение ситуаций социально-политического характера. Классификация ситуаций социально-политического характера. Криминогенные ситуации и их предупреждение. Массовые беспорядки и способы их предотвращения. Толпа как главная опасность при массовых беспорядках. Виды действующей толпы. Захват заложников. Комплекс мероприятий по предупреждению ситуаций социально-политического характера  |
|  | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.) | 1.Опрос<br>2. Защита рефератов/докладов  |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br>(2 ак.ч.)                              | Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме   |
| <b>Раздел 2. Гражданская оборона</b>   |   |  |
| Тема 2.1. Гражданская оборона и ее роль в мирное и военное время. Современные средства поражения и защиты населения.                       | <b>Лекция</b><br>(1 ак.ч.)  | Гражданская оборона (ГО), как важная составляющая национальной безопасности и обороноспособности страны. Основные задачи ГО в мирное и военное время. Управление гражданской обороной. Силы гражданской обороны. Ядерное оружие и его поражающие факторы: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение, электромагнитный импульс. Очаг ядерного поражения. Зона радиоактивного заражения. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ) и их характеристика. Очаг химического поражения и зона химического заражения. Бактериологическое (биологическое) оружие. Признаки применения. Очаг бактериологического (биологического поражения). Современные обычные средства поражения. Высокоточное оружие. Виды неуправляемых боеприпасов. Зажигательное оружие. Средства защиты от ОМП. Средства индивидуальной защиты населения. Средства защиты органов дыхания и кожи. Медицинские средства защиты. Средства коллективной защиты. Классификация средств коллективной защиты. Эвакуация и рассредоточение городского населения. |
|  | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)              | 1.Опрос<br>2. Защита рефератов/докладов  |

| Номера и наименования разделов и тем  | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации           | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|---|---|--|
| 1   | 2   | 3  |
|   | (1 ак.ч.)   |  |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br>(2 ак.ч.)                              | Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме   |
| Тема 2.2 Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций | <b>Лекция</b><br>(1 ак.ч.)  | Основные задачи при подготовке населения в области защиты от ЧС. Содержание подготовки в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Повышение квалификации в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Категории обучаемых и порядок их подготовки: руководящий и командно-начальствующий состав ГО; личный состав формирований ГО; рабочие и служащие, не входящие в состав формирований ГО; неработающее население; учащаяся молодежь |
|   | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.) | 1.Опрос<br>2. Защита рефератов/докладов  |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br>(2 ак.ч.)                              | Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме<br>Подготовка к практической работе   |
| Тема 2.3 Индивидуальные средства защиты организма человека  | <b>Лекция</b><br>(1 ак.ч.)  | Средства защиты органов дыхания. Противогазы и респираторы. Средства защиты кожи. Фильтрующие и изолирующие средства защиты. Средства защиты промышленного изготовления и изготовленные населением из подручных материалов. Медицинские средства защиты  |
|   | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.) | 1.Опрос<br>2. Защита рефератов/докладов<br>3. Практическая работа  |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br>(4 ак.ч.)                              | Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме   |
| <b>Раздел 3 Техника безопасности</b>  |   |  |
| Тема 3.1 Государственная политика в области   | <b>Лекция</b><br>(1 ак.ч.)  | Основные правовые акты, регулирующие политику в области охраны труда и ее реализацию в РФ. Основные направления политики РФ в области охраны труда.  |

| Номера и наименования разделов и тем  | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации  | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|---|--|--|
| 1   | 2  | 3  |
| <p>безопасности труда.<br/>Безопасность жизнедеятельности в производственных условиях.<br/>Производственный микроклимат и освещение</p> | <p><b>Занятие семинарского типа</b><br/>(Практическое занятие)<br/>(1 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(2 ак.ч.)</p>                                    | <p>Государственное управление охраной труда<br/>Параметры микроклимата. Общие санитарно-технические требования к производственным помещениям и рабочим местам. Системы обеспечения параметров микроклимата и состава воздуха. Регулирование температуры, влажности и чистоты воздуха в помещениях. Освещение. Требования к системам освещения. Оптимизация освещения помещений и рабочих мест.</p> <p>1.Опрос<br/>2. Защита рефератов/докладов</p> <p>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме</p> |
| <p>Тема 3.2 Вредные и опасные факторы производственной среды</p>  | <p><b>Лекция</b><br/>(1 ак.ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского типа</b><br/>(Практическое занятие)<br/>(1 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(4 ак.ч.)</p> | <p>Опасные и вредные факторы. Классификация (группы) негативных факторов производственной деятельности и трудового процесса. Физические и химические неблагоприятные факторы. Биологические факторы производственной среды. Психофизиологические профессиональные вредности. Физические, биологические и химические уровни вредности. Шум и вибрация как травмирующие явления.</p> <p>1.Опрос<br/>2. Защита рефератов/докладов</p> <p>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме</p>                 |
| <p>Тема 3.3 Комфортные и допустимые условия жизнедеятельности при производственном шуме и вибрации, электромагнитных,</p>               | <p><b>Лекция</b><br/>(1 ак.ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского типа</b><br/>(Практическое занятие)</p>  | <p>Соответствие условий жизнедеятельности физиологическим, физическим и психическим возможностям человека (параметры микроклимата, организации деятельности и отдыха). Критерии влияния дискомфорта, их значимость. Физиологические основы труда и профилактика утомления.</p> <p>1.Опрос<br/>2. Защита рефератов/докладов</p>   |

| Номера и наименования разделов и тем   | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации  | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации  |
|--|--|---|
| 1  | 2  | 3   |
| лазерных и ионизирующих излучениях. Психология в обеспечении безопасного труда   | <p>(2 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(2 ак.ч.)</p>  | <p>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме</p> <p>Подготовка к практической работе</p>   |
| <b>Раздел 4. Медицинская помощь</b>  |  |   |
| <p>Тема 4.1 Оказание неотложной помощи при переломе костей, ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Оказание помощи при внезапных заболеваниях помощи при ранах, травмах, кровотечениях и терминальных состояниях, закрытых повреждениях, переломах.</p> | <p><b>Лекция</b><br/>(2 ак.ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского типа</b><br/>(Практическое занятие)<br/>(2 ак.ч.)</p> <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(4 ак.ч.)</p> | <p>Характеристика различных видов, кровотечений. Способы остановки кровотечений. Порядок и особенности наложения жгута. Порядок оказания первой медицинской помощи при кровотечениях. Оказание первой помощи при ушибах. Особенности первой медицинской помощи при ушибах головы и позвоночника. Первая помощь при растяжениях и переломах. Понятия о растяжениях связок и мышц и их симптомы. Оказание первой помощи утопающему. Правила поведения сердечно – легочной реанимации. Оказание первой медицинской помощи пострадавших при массовых поражениях. Наиболее распространенные инфекционные болезни, причины их возникновения. Меры профилактики инфекций. Профилактика инфекционных болезней.</p> <p>1.Опрос<br/>2. Защита рефератов/докладов<br/>3. Практическая работа</p> <p>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме</p> |
| <p>Тема 4.2 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества</p>  | <p><b>Лекция</b><br/>(1 ак.ч.)</p> <p><b>Занятие семинарского типа</b><br/>(Практическое занятие)</p>  | <p>Здоровье человека, общие понятия, критерии и определения. Здоровье физическое и духовное. Основные факторы, формирующее здоровье. Здоровый образ жизни. Как индивидуальная система поведения человека. Общие понятия и определения здорового образа жизни. Связь образа жизни с профилактикой заболеваний. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены. Режим труда и отдыха. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека. Закаливание организма и влияние питания на здоровье человека.</p> <p>1.Опрос<br/>2. Защита рефератов/докладов</p>  |

| Номера и наименования разделов и тем        | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации           | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|---|---|--|
| 1   | 2   | 3  |
|   | (2 ак.ч.)   |  |
| Тема 4.3 Вредные привычки и их профилактика | <b>Самостоятельная работа</b><br>(4 ак.ч.)                              | Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме   |
|   | <b>Лекция</b><br>(2 ак.ч.)  | Курение и его влияние на здоровье человека. Пассивное курение. Первая помощь при отравлении никотином. Наркомания и токсикомания. Социальные последствия пристрастия к наркомании. Понятие о веществах изменяющих сознание. Пути профилактики и лечения наркотической зависимости. Алкоголь и его влияние на физическое здоровье человека. Профилактика пристрастия к алкоголю |
|   | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(2 ак.ч.) | 1.Опрос<br>2. Защита рефератов/докладов  |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br>(4 ак.ч.)                              | Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме   |
| <b>Промежуточная аттестация</b>             | <b>Зачет</b>  | <i>Устный опрос</i>  |

### Заочная форма обучения

| Номера и наименования разделов и тем   | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|--|---|--|
| 1  | 2   | 3  |
| <b>Раздел 1. Чрезвычайные ситуации</b>   |   |  |
| <p>Тема 1.1.<br/>Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.<br/>Классификация чрезвычайных ситуаций и их прогнозирование</p> | <p><b>Лекция</b><br/>(1 ак.ч.)</p>                            | <p>Основные понятия безопасности жизнедеятельности. Проблемы и задачи безопасности жизнедеятельности. Объект, субъект, предмет, методы, теория и практика безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Система «человек – среда обитания». Основные составляющие системы «человек – среда обитания». Характеристика человека как элемента системы «человек - среда обитания». Концептуальная модель безопасности личности. Понятия риска и опасности в концепции жизнедеятельности человека. Классификация чрезвычайных ситуаций: техногенные, природные, военного времени. Понятие опасного промышленного объекта, классификация опасных объектов. Фазы развития чрезвычайных ситуаций. Основы прогнозирования и предупреждения чрезвычайных ситуаций.</p>  |
|  | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(4 ак.ч.)</p>            | <p>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:<br/>           1. Как трактуется объект, субъект, предмет безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины?<br/>           2. Раскройте сущность системы «человек – среда обитания».<br/>           3. Каковы основные составляющие системы «человек – среда обитания»?<br/>           4. Охарактеризуйте человека как элемента системы «человек - среда обитания».<br/>           5. В чем состоит сущность концептуальной модели безопасности личности?<br/>           6. Как трактуются понятия риска и опасности в концепции жизнедеятельности человека?<br/>           7. Раскройте классификацию чрезвычайных ситуаций<br/>           8. На какие виды подразделяются опасные промышленные объекта?<br/>           9. Каковы фазы развития чрезвычайных ситуаций?<br/>           Работа с учебной, научной и справочной литературой</p> |



| Номера и наименования разделов и тем  | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации  |
|---|---|---|
| 1   | 2   | 3   |
| <p>Тема 1.2.<br/>Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</p> | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(4 ак.ч.)</p>            | <p>Самостоятельное изучение вопросов:<br/>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные задачи РСЧС. Структура РСЧС. Органы повседневного управления РСЧС. Силы и средства РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС. Министерство по чрезвычайным ситуациям (МЧС) России – федеральный орган управления в области гражданской обороны и защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций. Система и задачи МЧС России. Гражданская оборона (ГО), как важная составляющая национальной безопасности и обороноспособности страны. Основные задачи ГО в мирное и военное время. Управление гражданской обороной. Силы гражданской обороны.<br/>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:<br/>1. Как трактуется РСЧС?<br/>2. Каковы основные задачи РСЧС?<br/>3. Какие существуют органы повседневного управления РСЧС?<br/>4. Назовите силы и средства РСЧС.<br/>5. Какие существуют основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС?<br/>6. В чем заключаются задачи МЧС России.<br/>7. В чем заключаются основные задачи ГО в мирное и военное время?<br/>8. Как осуществляется управление гражданской обороной<br/>Работа с учебной, научной и справочной литературой</p> |

| Номера и наименования разделов и тем   | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации           | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|--|---|--|
| 1  | 2   | 3  |
| Тема 1.3. Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера     | <b>Самостоятельная работа</b><br>(4 ак.ч.)                              | Самостоятельное изучение вопросов:<br>Определение стихийного бедствия. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита при землетрясении и извержении вулкана. Возникновение и защита от цунами. Защита при ураганах, бурях, смерчах и грозах. Защита при снежных заносах, метели, буране, пурге, вьюге, сходе лавин. Защита при селях и оползнях. Защита при лесных и торфяных пожарах. Защита при наводнении.<br>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:<br>1. Дайте определение стихийного бедствия.<br>2. Как классифицируются чрезвычайных ситуаций природного характера?<br>3. В чем состоит сущность защиты при землетрясении и извержении вулкана?<br>4. Объясните возникновение и раскройте защиты от цунами.<br>5. В чем заключаются защита при ураганах, бурях, смерчах и грозах?<br>6. Каковы особенности защиты при снежных заносах, метели, буране, пурге, вьюге, сходе лавин?<br>7. Каковы особенности защиты при селях и оползнях?<br>8. Каковы особенности защиты при лесных и торфяных пожарах?<br>9. Каковы особенности защиты при наводнении?<br>Работа с учебной, научной и справочной литературой. |
| Тема 1.4 Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.) | Проведение опроса в форме дискуссии:<br>1. Каковы условия формирования и классификация техногенных чрезвычайных ситуаций?<br>2. Дайте характеристику чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения на химически опасных объектах.<br>3. Как трактуется аварии на радиационно-опасных объектах?<br>4. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах.<br>5. Аварии на транспорте.<br>6. Аварии на гидротехнических сооружениях.<br>7. В чем заключаются особенности аварий на объектах коммунального хозяйства?  |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br>(4 ак.ч.)                              | Самостоятельное изучение вопросов:<br>Условия формирования и классификация техногенных чрезвычайных ситуаций.  |

| Номера и наименования разделов и тем  | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|---|---|--|
| 1   | 2   | 3  |
|   |   | <p>Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения на химически опасных объектах. Аварии на радиационно-опасных объектах. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Аварии на транспорте. Аварии на гидротехнических сооружениях. Аварии на объектах коммунального хозяйства.</p> <p>Работа с учебной, научной и справочной литературой.</p> <p>Подготовка докладов.</p>   |
| <p>Тема 1.5 Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций социально-политического характера. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций</p> | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(4 ак.ч.)</p>            | <p>Самостоятельное изучение вопросов:</p> <p>Определение ситуаций социально-политического характера. Классификация ситуаций социально-политического характера. Криминогенные ситуации и их предупреждение. Массовые беспорядки и способы их предотвращения. Толпа как главная опасность при массовых беспорядках. Виды действующей толпы. Захват заложников. Комплекс мероприятий по предупреждению ситуаций социально-политического характера.</p> <p>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дайте определение ситуаций социально-политического характера.</li> <li>2. По каким признакам классифицируются ситуаций социально-политического характера?</li> <li>3. В чем состоит сущность предупреждения криминогенных ситуации?</li> <li>4. Какова методика и каковы способы предотвращения массовых беспорядков?</li> <li>5. По каким критериям толпа определяется как главная опасность при массовых беспорядках?</li> <li>6. Как трактуется захват заложников?</li> <li>7. В чем заключается комплекс мероприятий по предупреждению ситуаций социально-политического характера?</li> </ol> <p>Работа с учебной, научной и справочной литературой.</p> <p>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме</p> |
| <b>Раздел 2. Гражданская оборона</b>  |   |  |
| <p>Тема 2.1. Гражданская оборона и ее роль в мирное и военное время.</p>  | <p><b>Лекция</b><br/>(1 ак.ч.)</p>                            | <p>Гражданская оборона (ГО), как важная составляющая национальной безопасности и обороноспособности страны. Основные задачи ГО в мирное и военное время. Управление гражданской обороной. Силы гражданской обороны. Ядерное оружие и его поражающие факторы: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация,</p>  |

| Номера и наименования разделов и тем  | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации  |
|---|---|---|
| 1   | 2   | 3   |
| Современные средства поражения и защиты населения.  | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(4 ак.ч.)</p>            | <p>радиоактивное заражение, электромагнитный импульс. Очаг ядерного поражения. Зона радиоактивного заражения. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ) и их характеристика. Очаг химического поражения и зона химического заражения. Бактериологическое (биологическое) оружие. Признаки применения. Очаг бактериологического (биологического поражения). Современные обычные средства поражения. Высокоточное оружие. Виды неуправляемых боеприпасов. Зажигательное оружие. Средства защиты от ОМП. Средства индивидуальной защиты населения. Средства защиты органов дыхания и кожи. Медицинские средства защиты. Средства коллективной защиты. Классификация средств коллективной защиты. Эвакуация и рассредоточение городского населения.</p> <p>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:<br/> 1. Как трактуется очаг ядерного поражения и зона радиоактивного заражения?<br/> 2. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ) и их характеристика. Очаг химического поражения и зона химического заражения.<br/> 3. Какие существуют признаки применения бактериологического (биологического) оружия?<br/> 4. Какие существуют средства защиты от ОМП?<br/> 5. Классификация средств коллективной защиты.<br/> 6. Как осуществляется эвакуация и рассредоточение городского населения?<br/> Работа с учебной, научной и справочной литературой.<br/> Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме</p> |
| Тема 2.2 Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/>(5 ак.ч.)</p>            | <p>Самостоятельное изучение вопросов:<br/> Основные задачи при подготовке населения в области защиты от ЧС. Содержание подготовки в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Повышение квалификации в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Категории обучаемых и порядок их подготовки: руководящий и командно-начальствующий состав ГО; личный состав формирований ГО; рабочие и служащие, не входящие в состав формирований ГО; неработающее население; учащаяся молодежь</p> <p>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:<br/> 1. Какие существуют основные задачи при подготовке населения в области защиты</p>  |

| Номера и наименования разделов и тем   | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации           | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|--|---|--|
| 1  | 2   | 3  |
|  |   | от ЧС?<br>2. В чем состоит сущность и содержание подготовки в области защиты от чрезвычайных ситуаций?<br>3. Какие существуют категории обучаемых и порядок их подготовки?<br>Работа с учебной, научной и справочной литературой.  |
| Тема 2.3 Индивидуальные средства защиты организма человека   | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.) | 1.Опрос<br>2. Защита рефератов/докладов<br>3. Выполнение практической работы   |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br>(5 ак.ч.)                              | Самостоятельное изучение вопросов:<br>Средства защиты органов дыхания. Противогазы и респираторы. Средства защиты кожи. Фильтрующие и изолирующие средства защиты. Средства защиты промышленного изготовления и изготовленные населением из подручных материалов. Медицинские средства защиты.<br>Работа с учебной, научной и справочной литературой.<br>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме  |
| <b>Раздел 3 Техника безопасности</b>   |   |  |
| Тема 3.1 Государственная политика в области безопасности труда. Безопасность жизнедеятельности в производственных условиях. Производственный микроклимат и освещение | <b>Лекция</b><br>(1 ак.ч.)  | Основные правовые акты, регулирующие политику в области охраны труда и ее реализацию в РФ. Основные направления политики РФ в области охраны труда. Государственное управление охраной труда<br>Параметры микроклимата. Общие санитарно-технические требования к производственным помещениям и рабочим местам. Системы обеспечения параметров микроклимата и состава воздуха. Регулирование температуры, влажности и чистоты воздуха в помещениях. Освещение. Требования к системам освещения. Оптимизация освещения помещений и рабочих мест. |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br>(3 ак.ч.)                              | Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:<br>1. Какие существуют основные правовые акты, регулирующие политику в области охраны труда и ее реализацию в РФ?<br>2. В чем заключаются основные направления политики РФ в области охраны труда?  |

| Номера и наименования разделов и тем | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|--------------------------------------|---|--|
| 1                                    | 2   | 3  |
|                                      |   | <p>3. Как трактуется государственное управление охраной труда?</p> <p>4. Назовите параметры микроклимата.</p> <p>5. В чем заключаются общие санитарно-технические требования к производственным помещениям и рабочим местам?</p> <p>6. Охарактеризуйте системы обеспечения параметров микроклимата и состава воздуха.</p> <p>7. Дайте определение освещения и перечислите требования к системам освещения.</p> <p>8. В чем заключаются оптимизация освещения помещений и рабочих мест?</p> <p>Работа с учебной, научной и справочной литературой</p> <p>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме</p> |

| Номера и наименования разделов и тем  | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации           | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации  |
|---|---|---|
| 1   | 2   | 3   |
| Тема 3.2 Вредные и опасные факторы производственной среды   | <b>Самостоятельная работа</b><br>(6 ак.ч.)                              | Самостоятельное изучение вопросов:<br>Опасные и вредные факторы. Классификация (группы) негативных факторов производственной деятельности и трудового процесса. Физические и химические неблагоприятные факторы. Биологические факторы производственной среды. Психофизиологические профессиональные вредности. Физические, биологические и химические уровни вредности. Шум и вибрация как травмирующие явления.<br>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:<br>1. Как трактуются опасные и вредные факторы?<br>2. На какие виды (группы) подразделяются негативные факторы производственной деятельности и трудового процесса?<br>3. Какие существуют физические и химические неблагоприятные факторы?<br>4. Что относится к биологическим факторам производственной среды?<br>5. Выделите психофизиологические профессиональные вредности.<br>6. Какие существуют физические, биологические и химические уровни вредности?<br>7. Почему шум и вибрация - травмирующие явления?<br>Работа с учебной, научной и справочной литературой<br>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме |
| Тема 3.3 Комфортные и допустимые условия жизнедеятельности при производственном шуме и вибрации, электромагнитных, лазерных и ионизирующих излучениях. Психология в обеспечении безопасного труда | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.) | Проведение опроса в форме дискуссии:<br>1. По каким признакам определяется соответствие условий жизнедеятельности физиологическим, физическим и психическим возможностям человека (параметры микроклимата, организации деятельности и отдыха)?<br>2. Какие существуют критерии влияния дискомфорта и какова их значимость?<br>3. В чем состоит сущность профилактики утомления?<br>Защита рефератов/докладов  |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br>(4 ак.ч.)                              | Самостоятельное изучение вопросов:<br>Соответствие условий жизнедеятельности физиологическим, физическим и психическим возможностям человека (параметры микроклимата, организации деятельности и отдыха). Критерии влияния дискомфорта, их значимость. Физиологические основы труда и профилактика утомления.<br>Работа с учебной, научной и справочной литературой   |

| Номера и наименования разделов и тем  | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации           | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации   |
|---|---|--|
| 1   | 2   | 3  |
|   |   | Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме<br>Подготовка к практической работе   |
| <b>Раздел 4. Медицинская помощь</b>   |   |  |
| Тема 4.1 Оказание неотложной помощи при переломе костей, ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Оказание помощи при внезапных заболеваниях помощи при ранах, травмах, кровотечениях и терминальных состояниях, закрытых повреждениях, переломах. | <b>Занятие семинарского типа</b><br>(Практическое занятие)<br>(1 ак.ч.) | 1.Опрос<br>1. Дайте краткую характеристику различных видов, кровотечений.<br>2. Какие существуют способы остановки кровотечений?<br>3. Каковы порядок и особенности наложения жгута?<br>4. Каков порядок оказания первой медицинской помощи при кровотечениях?<br>5. В чем заключается оказание первой помощи при ушибах?<br>6. Каковы особенности первой медицинской помощи при ушибах головы и позвоночника?<br>7. В чем заключается первая помощь при растяжениях и переломах?<br>8. Как проводится оказание первой помощи утопающему?<br>9. Каковы особенности оказания первой медицинской помощи пострадавших при массовых поражениях?<br>10. Выделите наиболее распространенные инфекционные болезни, причины их возникновения.<br>11. Какие существуют меры профилактики инфекционных болезней?<br>2. Практическая работа |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br>(6 ак.ч.)                              | Самостоятельное изучение вопросов:<br>Характеристика различных видов, кровотечений. Способы остановки кровотечений. Порядок и особенности наложения жгута. Порядок оказания первой медицинской помощи при кровотечениях. Оказание первой помощи при ушибах. Особенности первой медицинской помощи при ушибах головы и позвоночника. Первая помощь при растяжениях и переломах. Понятия о растяжениях связок и мышц и их симптомы. Оказание первой помощи утопающему. Правила поведения сердечно – легочной реанимации. Оказание первой медицинской помощи пострадавших при массовых поражениях. Наиболее распространенные инфекционные болезни, причины их возникновения. Меры профилактики инфекций. Профилактика инфекционных болезней.<br>Работа с учебной, научной и справочной литературой.                                 |



| Номера и наименования разделов и тем   | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации  |
|--|---|---|
| 1  | 2   | 3   |
|  |   | Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме  |
| Тема 4.2 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества | <b>Лекция</b><br>(1 ак.ч.)                                    | Здоровье человека, общие понятия, критерии и определения. Здоровье физическое и духовное. Основные факторы, формирующее здоровье. Здоровый образ жизни. Как индивидуальная система поведения человека. Общие понятия и определения здорового образа жизни. Связь образа жизни с профилактикой заболеваний. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены. Режим труда и отдыха. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека. Закаливание организма и влияние питания на здоровье человека.   |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br>(4 ак.ч.)                    | Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:<br>1. Каковы критерии и определения здоровья человека?<br>2. В чем заключается разница здоровья физического и духовного?<br>3. Какие существуют основные факторы, формирующее здоровье?<br>4. Охарактеризуйте здоровый образ жизни как индивидуальную систему поведения человека.<br>5. Какова связь образа жизни с профилактикой заболеваний?<br>6. В чем заключается значение соблюдения правил личной и общественной гигиены?<br>7. Раскройте понятия режим труда и отдыха.<br>8. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека.<br>9. Охарактеризуйте закаливание организма человека?<br>10. В чем заключается влияние питания на здоровье человека?<br>Работа с учебной, научной и справочной литературой<br>Написание и подготовка к защите рефератов/докладов по теме |
| Тема 4.3 Вредные привычки и их профилактика  | <b>Самостоятельная работа</b><br>(3 ак.ч.)                    | Самостоятельное изучение вопросов:<br>Курение и его влияние на здоровье человека. Пассивное курение. Первая помощь при отравлении никотином. Наркомания и токсикомания. Социальные последствия пристрастия к наркомании. Понятие о веществах изменяющих сознание. Пути профилактики и лечения наркотической зависимости. Алкоголь и его влияние на физическое здоровье человека. Профилактика пристрастия к алкоголю<br>Подготовка письменных ответов на вопросы опроса:<br>1. Каково влияние курения на здоровье человека?   |

| Номера и наименования разделов и тем | Виды учебных занятий, учебных работ, промежуточной аттестации | Содержание учебных занятий, учебных работ, виды и формы текущего контроля и промежуточной аттестации  |
|--------------------------------------|---|---|
| 1                                    | 2   | 3   |
|                                      |   | 2. Что такое пассивное курение?<br>3. Каковы особенности оказания первой помощи при отравлении никотином?<br>4. Какие существуют социальные последствия пристрастия к наркомании?<br>5. Пути профилактики и лечения наркотической зависимости.<br>6. В чем заключаются вредное влияние алкоголя на физическое и психическое здоровье человека?<br>7. Каковы особенности профилактики пристрастия к алкоголю<br>Работа с учебной, научной и справочной литературой |
| <b>Промежуточная аттестация</b>      | <b>Зачет</b>  | <i>Устный опрос</i>   |

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### 5.1. Основная литература

1. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05849-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/510519>

### 5.2. Дополнительная литература

1. Беляков, Г. И. Пожарная безопасность, безопасность в чрезвычайных ситуациях и оказание первой помощи : учебник для вузов / Г. И. Беляков. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 529 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16721-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/531576>

2. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 639 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17431-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/533084>

## 6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

Доступ к электронно-библиотечным системам:

- Электронно-библиотечная система – Руконт;
- Электронно-библиотечная система Юрайт.

Доступ к современным профессиональным базам данных и информационно-справочным системам:

1. Правовая информационная система «Консультант-плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/> (в соответствии с графиком работы коммерческой версии для незарегистрированных пользователей).
2. Правовая информационная система «Гарант» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.garant.ru/>.
3. Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru>.
4. Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО <http://go-oborona.narod.ru>.
5. Культура безопасности жизнедеятельности на сайте по формированию культуры безопасности среди населения РФ <http://www.kbzhd.ru>.
6. Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»: <http://www.rhbz.ru/main.html>.
7. Портал Академии Гражданской защиты: <http://www.amchs.ru/portal>.
8. "Университетская библиотека": <http://www.biblioclub.ru/>
9. Научная электронная библиотека e-library: <http://www.e-library.ru/>
10. Университетская информационная система России (УИС России): <http://uisrussia.msu.ru/>
11. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Библиотека полнотекстовых учебников и учебных пособий по гуманитарно-экономическим и техническим дисциплинам [Режим доступа <http://window.edu.ru/window/library>]
12. Электронная библиотечная система <http://znanium.com>

13. Публичная Интернет-библиотека [Режим доступа <http://www.public.ru>].

14. Научно-технический центр правовой информации «Система» <http://www.systema.ru/>

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

1. MS Windows Professional 7 Russian – лицензия № 49715244 от 15.02.2012г., № 49466115 от 19.12.2011г.;
2. MS Office 2010 Russian – лицензия № 49715245 от 15.02.2012г.;
3. Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows;
4. Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в ЭИОС – договор о подключении услуг электросвязи 017800123199 от 01.09.2018.

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РПД**

**Учебная аудитория для проведения учебных занятий всех видов, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, подтверждающая наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования:**

Комплект учебной мебели для обучающихся:

Письменные столы (20 шт.);

Стулья (40 шт.);

Смарт-телевизор (1 шт.);

Магнитная доска (1 шт.);

Рабочее место преподавателя:

ноутбук с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду

**Помещение для самостоятельной работы обучающихся, подтверждающее наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования:**

Стол-парта на 88 посадочных мест;

Стол компьютерный (5 шт.);

Шкаф книжный (14 шт.);

Стеллаж (4 шт.);

Интерактивная доска (1 шт.);

Принтер (1 шт.);

Копировально-множительная техника (1 шт.);

Компьютер (моноблок) с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду (1 шт.);

Комплект клавиатура+мышь (1 шт.);

Ноутбук (5 шт.) с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду;

Телевизор (1 шт.).

## **9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются, как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и учебно-методические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением элементов электронного обучения (при наличии заявления). Электронное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В образовательном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для обучающихся с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения. Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы обучающиеся с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении всех видов аттестации.

Особые условия предоставляются обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья на основании заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

## **10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **10.1. Методические указания по изучению дисциплины для обучающихся**

Студентам необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы дисциплины, с целями и задачами дисциплины, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися в ЭИОС и сайте университета, с графиком консультаций преподавателей кафедры *социально-экономических и гуманитарных дисциплин*.

*Советы по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины.* Рекомендуемое распределение времени на изучение дисциплины указано в разделе «Структура и содержание дисциплины». В целях более плодотворной работы в семестре студенты также могут ознакомиться с календарно-тематическим планом

дисциплины, составленным преподавателем – как для лекционных, так и для практических занятий.

«Сценарий» изучения дисциплины.

«Сценарий» изучения дисциплины студентом подразумевает выполнение им следующих действий:

1. Ознакомление с целями и задачами дисциплины.
2. Ознакомление с требованиями к знаниям и навыкам студента.
3. Первичное ознакомление с разделами и темами дисциплины.
4. Ознакомление с распределением времени на изучение дисциплины.
5. Ознакомление со списками рекомендуемой основной и дополнительной литературы по дисциплине.
6. Углублённое ознакомление с разделами и темами дисциплины.
7. Предварительный охват на основе рекомендуемой литературы круга вопросов, актуальных для конкретного занятия.
8. Самостоятельная проработка основного круга вопросов как каждого последующего, так и каждого предыдущего занятия в свободное время между занятиями по дисциплине.
9. Присутствие и творческое участие на лекционных и семинарских / практических занятиях.
10. Выполнение требований планового текущего и итогового контроля.
11. Уточнение возникающих вопросов на консультации по дисциплине.
12. Непосредственная подготовка к экзамену по дисциплине на основе выданных преподавателем вопросов к зачету.

## **10.2. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям**

Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам, если разобраться в материале опять не удалось, то обратиться к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

## **10.3. Рекомендации по подготовке к занятиям семинарского типа**

Студентам следует:

- до очередного занятия семинарского типа по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;
- при подготовке к занятиям семинарского типа следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и нормативно-правовые акты и материалы правоприменительной практики;
- теоретический материал следует соотносить с правовыми нормами, так как в них

могут быть внесены изменения, дополнения, которые не всегда отражены в учебной литературе;

- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;

- в ходе занятия семинарского типа давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;

- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

#### **10.4. Методические рекомендации по выполнению различных форм самостоятельных домашних заданий**

Самостоятельная работа студентов включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины студентам предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.

Студентам следует:

- выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на занятиях семинарского типа и консультациях неясные вопросы;

- при подготовке к промежуточной аттестации параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

### **11. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Освоение учебной дисциплины *«Безопасность жизнедеятельности»* предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения учебных занятий, в т.ч. интерактивных лекций, дискуссий, разбор конкретных ситуаций и практических ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

### **12. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации оформляется приложением к РПД.

Приложение  
к рабочей программе дисциплины  
«Безопасность жизнедеятельности»

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ  
ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

**1. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

| Индекс и содержание компетенции   | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции   | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)   | Наименование оценочного средства                                    |
|---|---|---|---|
| 1   | 2   | 3   | 4   |
| <p>УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p> | <p>УК-8.1. Анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)</p> | <p><b>Знать:</b><br/>- терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей;<br/>- факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений);<br/>- методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;<br/>- сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных</p> | <p><i>опрос;<br/>практическая работа;<br/>доклад;<br/>зачет</i></p> |



| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  | Наименование оценочного средства |
|---------------------------------|---|--|----------------------------------|
| 1                               | 2   | 3  | 4                                |
|                                 |   | <p>ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные методы защиты персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала</li> <li>- факторы риска, и факторные условия обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и</li> </ul> |                                  |

| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  | Наименование оценочного средства |
|---------------------------------|---|--|----------------------------------|
| 1                               | 2   | 3  | 4                                |
|                                 |   | <p>сооружений, природных и социальных явлений);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера на основе анализа чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проведения анализа факторов вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и</li> </ul> |                                  |

| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции  | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)   | Наименование оценочного средства   |
|---------------------------------|--|---|--|
| 1                               | 2  | 3   | 4  |
|                                 |  | <p>социальных явлений);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;</li> <li>- организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</li> </ul> |  |
|                                 | <p>УК-8.2. Демонстрирует знание норм и правил обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности, правил поведения в чрезвычайных ситуациях и при военных конфликтах.</p> | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- законодательные и правовые акты в области обеспечения безопасности жизнедеятельности;</li> <li>- требования к безопасности технических регламентов в сфере профессиональной деятельности;</li> <li>- нормы и правила</li> </ul>   | <p><i>опрос;</i><br/><i>практическая работа;</i><br/><i>доклад;</i><br/><i>зачет</i></p> |

| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)   | Наименование оценочного средства |
|---------------------------------|---|---|----------------------------------|
| 1                               | 2   | 3   | 4                                |
|                                 |   | <p>обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила поведения в чрезвычайных ситуациях</li> <li>- основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий;</li> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности в сфере профессиональной деятельности</li> </ul> <p>-факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих</p> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать безопасный тип поведения;</li> <li>- использовать принципы обеспечения безопасности;</li> <li>- организовывать действия при чрезвычайных ситуациях</li> </ul> |                                  |

| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  | Наименование оценочного средства |
|---------------------------------|---|--|----------------------------------|
| 1                               | 2   | 3  | 4                                |
|                                 |   | <p>природного и техногенного характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;</li> <li>- выявлять опасности, возникающие в повседневной жизни;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала;</li> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий;</li> <li>- создавать и поддерживать в повседневной жизни и профессиональной деятельности</li> </ul> |                                  |

| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)   | Наименование оценочного средства |
|---------------------------------|---|---|----------------------------------|
| 1                               | 2   | 3   | 4                                |
|                                 |   | <p>безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий;</li> <li>- использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечения безопасной среды, жизнедеятельности и профессиональной деятельности,</li> <li>- применения на практике правил поведения в чрезвычайных ситуациях.</li> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- планирования обеспечения безопасности в</li> </ul> |                                  |

| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  | Наименование оценочного средства |
|---------------------------------|---|--|----------------------------------|
| 1                               | 2   | 3  | 4                                |
|                                 |   | <p>конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>- использования методов защиты обучающихся от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;</p> <p>-создания и поддержания в повседневной жизни и профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;</p> <p>- организации физкультурно-спортивных мероприятий с</p> |                                  |

| Индекс и содержание компетенции   | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции  | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  | Наименование оценочного средства                             |
|---|--|--|--|
| 1   | 2  | 3  | 4  |
|   |  | учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.   |  |
| ОПК-7. Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь | ОПК-7.1. Своевременно выявляет угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организывает безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</li> <li>- факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий;</li> <li>- приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.)</li> <li>- основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви;</li> <li>- основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</li> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и</li> </ul> | <i>опрос;<br/>практическая работа;<br/>доклад;<br/>зачет</i> |



| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  | Наименование оценочного средства |
|---------------------------------|---|--|----------------------------------|
| 1                               | 2   | 3  | 4                                |
|                                 |   | <p>неотложных состояний организма;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</li> <li>- оценивать санитарно-гигиеническое состояние</li> </ul> |                                  |

| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  | Наименование оценочного средства |
|---------------------------------|---|--|----------------------------------|
| 1                               | 2   | 3  | 4                                |
|                                 |   | <p>спортивного зала;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul> <p><b>Иметь практический опыт</b></p> |                                  |

| Индекс и содержание компетенции | Индекс и наименование индикатора содержания компетенции | Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)  | Наименование оценочного средства |
|---------------------------------|---|--|----------------------------------|
| 1                               | 2   | 3  | 4                                |
|                                 |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях;</li> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил;</li> <li>- проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом;</li> <li>- обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий:<br/>профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации</li> </ul> |                                  |

## 2. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 2.1. Оценочные материалы для промежуточной аттестации

#### Зачет

##### Перечень вопросов:

1. Цели, задачи, объект и предмет изучения курса «Безопасность жизнедеятельности».
2. Нормативно-правовое обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в Российской Федерации.
3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Режимы функционирования РСЧС.
4. Концепция приемлемого риска.
5. Классификация чрезвычайных ситуаций. Критерии чрезвычайных ситуаций.
6. Прогнозирование последствий чрезвычайных ситуаций различного характера.
7. Источники чрезвычайных ситуаций природного характера и способы защиты от них.
8. Климатогеографические особенности территории Москвы как возможные источники чрезвычайных ситуаций.
9. Потенциально опасные объекты. Степень их опасности.
10. Источники чрезвычайных ситуаций техногенного характера на территории Москвы.
11. Влияние техногенных факторов среды обитания на здоровье населения.
12. Классификация инфекционных заболеваний человека, животных и растений. Эпидемии, эпизоотии, эпифитотии. Пандемии, панзоотии, панфитотии.
13. Источники чрезвычайных ситуаций социального характера.
14. Рекомендации о порядке поведения населения при угрозе и осуществлении террористических актов.
15. Рекомендации по поведению людей в случае захвата их в качестве заложников.
16. Чрезвычайные ситуации криминального характера способы защиты от них.
17. Принципы организации обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций.
18. Ядерное оружие: понятия, характеристика. Очаг ядерного поражения.
19. Химическое оружие: понятия, классификация. Очаг химического поражения.
20. Бактериологическое оружие: определение, виды микроорганизмов, используемых как бактериологическое оружие.
21. Принципы защиты населения от ядерного, химического и бактериологического оружия.
22. Средства предотвращения техногенных аварий.
23. Принципы организации коллективной защиты населения при разных видах чрезвычайных ситуаций.
24. Средства индивидуальной защиты лиц, работающих на производстве.
25. Гражданские средства индивидуальной защиты.

26. Средства защиты органов дыхания, зрения, слуха, кожи.
27. Микроклимат и воздушная среда рабочей зоны и их влияние на работоспособность человека.
28. Тепловые излучения и влияние их на организм человека.
29. Гигиеническое значение климата.
30. Оздоровление воздушной среды в конкретном производстве.
31. Действие света на организм человека.
32. Влияние шума на организм человека в конкретном производстве.
33. Опасность совместного воздействия вибрации, шума, ультразвука и инфразвука на организм человека.
34. Действие ЭМП на организм человека. Средства защиты от ЭМП
35. Биологическое действие ионизирующих излучений. Обеспечение безопасности при работе с ионизирующим излучением.
36. Влияние химических веществ на профессиональные заболевания.
37. Пожарная безопасность в производственных зданиях и сооружениях.
38. Организационные и технические меры по предотвращению распространения пожаров и взрывов.
39. Производственный травматизм. Нормативно-правовые акты, регламентирующие вопросы, связанные с несчастными случаями. Профилактика несчастных случаев.
40. Основные представления о здоровом образе жизни.
41. Наркомания. Профилактика наркомании.
42. Алкоголизм. Бытовое пьянство.
43. Табакокурение. Активное и пассивное курение. Вред курения для развивающегося организма.
44. Основы организации первой медицинской помощи.
45. Основы первичной сердечно-легочной реанимации.
46. Кровотечения. Первичная помощь при кровотечениях.
47. Переломы, вывихи. Первичная помощь при переломах и вывихах.
48. Оказание первой медицинской помощи при укусах животных.
49. Оказание первой медицинской помощи при термических поражениях кожи.
50. Продукты питания и профилактика пищевых отравлений.
51. Первая помощи при пищевых отравлениях.
52. Оказание первой медицинской помощи при электротравме.
53. Организация работ по ликвидации чрезвычайных ситуаций.

### **Критерии оценки:**

«Зачтено» – обучающийся свободно, с глубоким знанием материала, правильно, последовательно и полно выберет тактику действий, и ответит на дополнительные вопросы; если обучающийся достаточно убедительно, с несущественными ошибками в теоретической подготовке и достаточно освоенными умениями по существу правильно ответил на вопрос педагога с дополнительными комментариями или допустил небольшие погрешности в ответе;

«Незачтено» - обучающийся имеет только очень слабое представление о предмете и недостаточно, или вообще не освоил умения по разрешению производственной ситуации. Допустил существенные ошибки в ответе на большинство вопросов, неверно отвечал на

дополнительно заданные ему вопросы

## **2.2. Оценочные материалы для текущего контроля**

*опрос;*

*практическая работа;*

*доклад;*

*зачет*

### **ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ/ДОКЛАДОВ**

#### **Раздел 1. «Чрезвычайные ситуации»**

**Тема 1.1 Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций и их прогнозирование.**

1. Проблемы и задачи безопасности жизнедеятельности.
2. Система «человек – среда обитания». Основные составляющие системы «человек – среда обитания».
3. Концептуальная модель безопасности личности.
4. Основы прогнозирования и предупреждения чрезвычайных ситуаций.

**Тема 1.2 Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени**

1. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС.
2. Гражданская оборона (ГО), как важная составляющая национальной безопасности и обороноспособности страны. Основные задачи ГО в мирное и военное время.

**Тема 1.3 Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера**

1. Поведение населения в случае угрозы их возникновения.
2. Обеспечение мер безопасности во время снежных бурь.
3. Обеспечение мер безопасности во время пожаров.
4. Обеспечение мер безопасности в случае схождения снежных лавин.
5. Извержение вулканов: опасность и меры предосторожности.
6. Угроза селей и обеспечение безопасности населения.
7. Угроза оползней и обеспечение безопасности населения
8. Защита при землетрясении и извержении вулкана.

**Тема 1.4 Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.**

1. Анализ дорожно-транспортных происшествий в России и за рубежом.
2. Авиакатастрофы в России.
3. Железнодорожные аварии и катастрофы в России и за рубежом.
4. Гидродинамические аварии в России и за рубежом. Саяно-Шушенская ГЭС.
5. Причины, ликвидация и последствия Чернобыльской катастрофы.
6. Аварии и катастрофы на водном транспорте.
7. Крупные аварии на коммунально-энергетических сетях на примере г.Москвы. Причины и последствия.

**Тема 1.5 Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций социально-политического характера. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций.**

1. Алгоритмы поведения в криминогенных ситуациях, связанных с попыткой воровства, грабежа, нападения, изнасилования и т.д.
2. Мой жизненный опыт (родственников, знакомых, друзей) по выходу из

- криминогенной ситуации.
3. Правила поведения заложников.
  4. Психология ведения переговоров с террористами.
  5. Террористические угрозы в современном мире.
  6. Антитеррористическая деятельность в России.
  7. Противодействие терроризму и экстремизму в образовательной организации
  8. Криминогенные ситуации и их предупреждение.
  9. Массовые беспорядки и способы их предотвращения.
  10. Толпа как главная опасность при массовых беспорядках.
  11. Виды действующей толпы. Захват заложников.
  12. Комплекс мероприятий по предупреждению ситуаций социально-политического характера

## **Раздел 2. «Гражданская оборона»**

### **Тема 2.1 Гражданская оборона и ее роль в мирное и военное время.**

#### **Современные средства поражения и защиты населения.**

1. История ядов как оружия.
2. Бактериологическое (биологическое) оружие.
3. Зажигательное оружие. Средства защиты от ОМП.

#### **Тема 2.3 Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций**

1. ГО как важная составляющая обороноспособности страны
2. Законодательное обеспечение ГО

#### **Тема 2.3 Индивидуальные средства защиты организма человека**

1. Средства защиты органов дыхания.
2. Средства защиты кожи. Фильтрующие и изолирующие средства защиты.
3. Средства защиты промышленного изготовления и изготовленные населением из подручных материалов.
4. Медицинские средства защиты.

## **Раздел 3. «Техника безопасности»**

### **Тема 3.1 Государственная политика в области безопасности труда. Безопасность жизнедеятельности в производственных условиях. Производственный микроклимат и освещение**

1. Основные правовые акты, регулирующие политику в области охраны труда и ее реализацию в РФ.
2. Основные направления политики РФ в области охраны труда. Государственное управление охраной труда
3. Влияние световой среды на работоспособность и безопасность труда
4. Современные энергосберегающие источники света - типы, конструкции, экологические аспекты применения «за» и «против».
5. Безопасность и человеческий фактор

#### **Тема 3.2 Вредные и опасные факторы производственной среды**

1. Биологические факторы производственной среды.
2. Психофизиологические профессиональные вредности.
3. Физические, биологические и химические уровни вредности.
4. Шум и вибрация как травмирующие явления.

### **Тема 3.3 Комфортные и допустимые условия жизнедеятельности при производственном шуме и вибрации, электромагнитных, лазерных и ионизирующих излучениях. Психология в обеспечении безопасного труда**

1. Соответствие условий жизнедеятельности физиологическим, физическим и психическим возможностям человека (параметры микроклимата, организации деятельности и отдыха).

2. Критерии влияния дискомфорта, их значимость. Физиологические основы труда и профилактика утомления.

### **Раздел 4. «Медицинская помощь»**

#### **Тема 4.1 Оказание неотложной помощи при переломе костей, ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Оказание помощи при внезапных заболеваниях помощи при ранах, травмах, кровотечениях И терминальных состояниях, закрытых повреждениях, переломах.**

1. Характеристика различных видов, кровотечений. Способы остановки кровотечений.
2. Порядок и особенности наложения жгута.
3. Порядок оказания первой медицинской помощи при кровотечениях.
4. Оказание первой помощи при ушибах.
5. Особенности первой медицинской помощи при ушибах головы и позвоночника.
6. Первая помощь при растяжениях и переломах.
7. Оказание первой помощи утопающему.
8. Правила поведения сердечно – легочной реанимации.
9. Оказание первой медицинской помощи пострадавших при массовых поражениях
10. Наиболее распространенные инфекционные болезни, причины их возникновения. Меры профилактики инфекций. Профилактика инфекционных болезней.

#### **Тема 4.2 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества**

1. Здоровье человека, общие понятия, критерии и определения.
2. Здоровье физическое и духовное.
3. Основные факторы, формирующее здоровье.
4. Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека.
5. Связь образа жизни с профилактикой заболеваний.
6. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены.
7. Режим труда и отдыха.
8. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека.
9. Закаливание организма и влияние питания на здоровье человека.

#### **Тема 4.3 Вредные привычки и их профилактика**

1. Курение и его влияние на здоровье человека.
2. Пассивное курение. Первая помощь при отравлении никотином.
3. Наркомания и токсикомания. Социальные последствия пристрастия к наркомании.
4. Понятие о веществах изменяющих сознание.
5. Пути профилактики и лечения наркотической зависимости.
6. Алкоголь и его влияние на физическое здоровье человека.
7. Профилактика пристрастия к алкоголю
8. Безопасность генетически модифицированных пищевых продуктов. Анализ современных исследований.
9. Лекарственные препараты и безопасность.
10. Действие алкоголя и наркотиков на человека и его здоровье.



### Методические указания по написанию реферата/доклада

Структура реферата должна состоять из трех разделов: 1. Вступление (введение, актуальность, цель, задачи, объект и предмет исследования). 2. Основная часть (раскрытие темы реферата). 3. Заключение (выводы, рекомендации, собственное мнение).

При изложении теоретического материала необходимо определять рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; использовать понятия, строго соответствующие теме реферата; выполнять работу самостоятельно.

Анализ и оценку информации осуществлять грамотно, применяя категории анализа; умело использовать приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений; объяснять альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и приходиться к сбалансированному заключению; использовать большое количество различных источников информации; давать личную оценку проблеме.

Построение суждений должно быть ясным с четким изложением выдвинутых тезисов, сопровождаться грамотной аргументацией, приведением различных точек зрения и своей личной оценки. Общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации должны соответствовать жанру проблемной научной статьи.

Вопросы и задания для самостоятельной работы студенты группы выбирают из списка по темам по дисциплине. Результаты выполненной работы студенты представляют в форме реферата в определенный срок. Объем реферата 10—12 стр. В процессе изучения дисциплины в течение семестра студент обязан выполнить 3—4 работы и представить их руководителю. Результаты работы представляются в виде доклада на практических занятиях.

Требования к оформлению работы:

- соответствие основным требованиям к оформлению и использованию цитат;
- соблюдение лексических, фразеологических, грамматических и стилистических норм русского литературного языка;
- оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации.

### Критерии оценки:

| оценка                | показатели   |
|-----------------------|--|
| «отлично»             | работа отвечает четырем критериям:<br>- знание и понимание теоретического материала;<br>- анализ и оценка информации;<br>- построение суждений;<br>- правильное оформление работы. |
| «хорошо»              | работа отвечает трем критериям   |
| «удовлетворительно»   | работа отвечает двум критериям   |
| «неудовлетворительно» | работа отвечает только одному или не отвечает ни одному критерию   |

## ОПРОС

### Раздел 1. «Чрезвычайные ситуации»

**Тема 1.1 Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций и их прогнозирование.**

**Перечень вопросов:**

1. Как трактуется объект, субъект, предмет безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины?
2. Раскройте сущность системы «человек – среда обитания».
3. Каковы основные составляющие системы «человек – среда обитания»?
4. Охарактеризуйте человека как элемента системы «человек - среда обитания».
5. В чем состоит сущность концептуальной модели безопасности личности?
6. Как трактуются понятия риска и опасности в концепции жизнедеятельности человека?
7. Раскройте классификацию чрезвычайных ситуаций
8. На какие виды подразделяются опасные промышленные объекта?
9. Каковы фазы развития чрезвычайных ситуаций?

**Тема 1.2 Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени**

**Перечень вопросов:**

1. Как трактуется РСЧС?
2. Каковы основные задачи РСЧС?
3. Какие существуют органы повседневного управления РСЧС?
4. Назовите силы и средства РСЧС.
5. Какие существуют основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС?
6. В чем заключаются задачи МЧС России.
7. В чем заключаются основные задачи ГО в мирное и военное время?
8. Как осуществляется управление гражданской обороной.

**Тема 1.3 Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера**

**Перечень вопросов:**

1. Дайте определение стихийного бедствия.
2. Как классифицируются чрезвычайных ситуаций природного характера?
3. В чем состоит сущность защиты при землетрясении и извержении вулкана?
4. Объясните возникновение и раскройте защиты от цунами.
5. В чем заключаются защита при ураганах, бурях, смерчах и грозах?
6. Каковы особенности защиты при снежных заносах, метели, буране, пурге, вьюге, сходе лавин?
7. Каковы особенности защиты при селях и оползнях?
8. Каковы особенности защиты при лесных и торфяных пожарах?
9. Каковы особенности защиты при наводнении?

**Тема 1.4 Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.**

**Перечень вопросов:**

1. Каковы условия формирования и классификация техногенных чрезвычайных ситуаций?
2. Дайте характеристику чрезвычайных ситуаций техногенного происхождения на

химически опасных объектах.

3. Как трактуется аварии на радиационно-опасных объектах?
4. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах.
5. Аварии на транспорте.
6. Аварии на гидротехнических сооружениях.
7. В чем заключаются особенности аварий на объектах коммунального хозяйства?

### **Тема 1.5 Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций социально-политического характера. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций.**

#### **Перечень вопросов:**

1. Дайте определение ситуаций социально-политического характера.
2. По каким признакам классифицируются ситуаций социально-политического характера?
3. В чем состоит сущность предупреждения криминогенных ситуации?
4. Какова методика и каковы способы предотвращения массовых беспорядков?
5. По каким критериям толпа определяется как главная опасность при массовых беспорядках?
6. Как трактуется захват заложников?
7. В чем заключается комплекс мероприятий по предупреждению ситуаций социально-политического характера?

## **Раздел 2. «Гражданская оборона»**

### **Тема 2.1 Гражданская оборона и ее роль в мирное и военное время.**

#### **Современные средства поражения и защиты населения.**

#### **Перечень вопросов:**

Какие существуют поражающие факторы ядерного оружия?

1. Как трактуется очаг ядерного поражения и зона радиоактивного заражения?
2. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ) и их характеристика. Очаг химического поражения и зона химического заражения.
3. Какие существуют признаки применения бактериологического (биологического) оружия?
4. Какие существуют средства защиты от ОМП?
5. Классификация средств коллективной защиты.
6. Как осуществляется эвакуация и рассредоточение городского населения?

### **Тема 2.2 Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций**

#### **Перечень вопросов:**

1. Какие существуют основные задачи при подготовке населения в области защиты от ЧС?
2. В чем состоит сущность и содержание подготовки в области защиты от чрезвычайных ситуаций?
3. Какие существуют категории обучаемых и порядок их подготовки?

### **Тема 2.3 Индивидуальные средства защиты организма человека**

#### **Перечень вопросов:**

1. Охарактеризуйте средства защиты органов дыхания.
2. Какие существуют средства защиты кожи?
3. В чем заключается разница и каковы особенности средств защиты промышленного изготовления и изготовленных населением из подручных материалов?
4. Какие существуют медицинские средства защиты?

### **Раздел 3. «Техника безопасности»**

#### **Тема 3.1 Государственная политика в области безопасности труда. Безопасность жизнедеятельности в производственных условиях. Производственный микроклимат и освещение**

##### **Перечень вопросов:**

1. Какие существуют основные правовые акты, регулирующие политику в области охраны труда и ее реализацию в РФ?
2. В чем заключаются основные направления политики РФ в области охраны труда?
3. Как трактуется государственное управление охраной труда?
4. Назовите параметры микроклимата.
5. В чем заключаются общие санитарно-технические требования к производственным помещениям и рабочим местам?
6. Охарактеризуйте системы обеспечения параметров микроклимата и состава воздуха.
7. Дайте определение освещению и перечислите требования к системам освещения.
8. В чем заключаются оптимизация освещения помещений и рабочих мест?

#### **Тема 3.2 Вредные и опасные факторы производственной среды**

##### **Перечень вопросов:**

1. Как трактуются опасные и вредные факторы?
2. На какие виды (группы) подразделяются негативные факторы производственной деятельности и трудового процесса?
3. Какие существуют физические и химические неблагоприятные факторы?
4. Что относится к биологическим факторам производственной среды?
5. Выделите психофизиологические профессиональные вредности.
6. Какие существуют физические, биологические и химические уровни вредности?
7. Почему шум и вибрация - травмирующие явления?

#### **Тема 3.3 Комфортные и допустимые условия жизнедеятельности при производственном шуме и вибрации, электромагнитных, лазерных и ионизирующих излучениях. Психология в обеспечении безопасного труда**

##### **Перечень вопросов:**

1. По каким признакам определяется соответствие условий жизнедеятельности физиологическим, физическим и психическим возможностям человека (параметры микроклимата, организации деятельности и отдыха)?
2. Какие существуют критерии влияния дискомфорта и какова их значимость?
3. В чем состоит сущность профилактики утомления?

### **Раздел 4. «Медицинская помощь»**

#### **Тема 4.1 Оказание неотложной помощи при переломе костей, ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Оказание помощи при внезапных заболеваниях помощи при ранах, травмах, кровотечениях И терминальных состояниях, закрытых повреждениях, переломах.**

##### **Перечень вопросов:**

1. Дайте краткую характеристику различных видов, кровотечений.
2. Какие существуют способы остановки кровотечений?
3. Каковы порядок и особенности наложения жгута?
4. Каков порядок оказания первой медицинской помощи при кровотечениях?
5. В чем заключается оказание первой помощи при ушибах?
6. Каковы особенности первой медицинской помощи при ушибах головы и позвоночника?
7. В чем заключается первая помощь при растяжениях и переломах?
8. Как проводится оказание первой помощи утопающему?

9. Каковы особенности оказания первой медицинской помощи пострадавших при массовых поражениях?
10. Выделите наиболее распространенные инфекционные болезни, причины их возникновения.
11. Какие существуют меры профилактики инфекционных болезней?

#### **Тема 4.2 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества**

##### **Перечень вопросов:**

1. Каковы критерии и определения здоровья человека?
2. В чем заключается разница здоровья физического и духовного?
3. Какие существуют основные факторы, формирующее здоровье?
4. Охарактеризуйте здоровый образ жизни как индивидуальную систему поведения человека.
5. Какова связь образа жизни с профилактикой заболеваний?
6. В чем заключается значение соблюдения правил личной и общественной гигиены?
7. Раскройте понятия режим труда и отдыха.
8. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека.
9. Охарактеризуйте закаливание организма человека?
10. В чем заключается влияние питания на здоровье человека?

#### **Тема 4.3 Вредные привычки и их профилактика**

##### **Перечень вопросов:**

1. Каково влияние курения на здоровье человека?
2. Что такое пассивное курение?
3. Каковы особенности оказания первой помощи при отравлении никотином?
4. Какие существуют социальные последствия пристрастия к наркомании?
5. Пути профилактики и лечения наркотической зависимости.
6. В чем заключается вредное влияние алкоголя на физическое и психическое здоровье человека?
7. Каковы особенности профилактики пристрастия к алкоголю?

##### **Критерии оценки:**

| <b>оценка</b> | <b>показатели</b>                                    |
|---------------|--|
| «зачет»       | получение правильных ответов на вопросы не менее 50% |
| «незачет»     | получение правильных ответов на вопросы менее 50%    |

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ (ПР)**

#### **ПР № 1**

##### **Тема 2.3 Индивидуальные средства защиты организма человека**

##### **Задание:**

Из предлагаемых материалов изготовьте индивидуальные средства защиты органов дыхания. Составьте технологическую карту «Методика изготовления индивидуальных средства защиты органов дыхания»

**ПР № 2**

**Тема 4.1 Оказание неотложной помощи при переломе костей, ожогах, обморожениях, тепловом и солнечном ударе. Оказание помощи при внезапных заболеваниях помощи при ранах, травмах, кровотечениях и терминальных состояниях, закрытых повреждениях, переломах.**

**Задание:**

Продемонстрируйте особенности остановки венозного и артериального кровотечений. Составьте Памятку на тему «Основные правила оказания первой помощи при венозных и артериальных кровотечениях».

**Методические указания по выполнению практических работ**

Каждый студент выполняет задания и прикрепляет в ЭИОС к соответствующему разделу.

| <b>оценка</b> | <b>Показатели</b>             |
|---------------|-------------------------------|
| «зачтено»     | Задание выполнено правильно   |
| «незачтено»   | Задание выполнено неправильно |