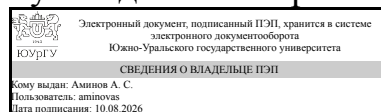


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления



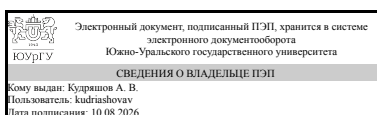
А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.О.10 Безопасность жизнедеятельности
для направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
уровень Бакалавриат
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Безопасность жизнедеятельности

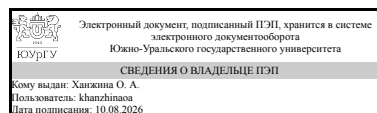
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 942

Зав.кафедрой разработчика,
к.техн.н., доц.



А. В. Кудряшов

Разработчик программы,
к.пед.н., доц., доцент



О. А. Ханжина

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины: формирование системных представлений о различных аспектах безопасности жизнедеятельности специалистов в процессе служебной деятельности, обеспечивающих их готовность эффективно и профессионально функционировать в соответствии со штатным предназначением. Задачи преподавания дисциплины: формирование у будущего специалиста знаний научных основ охраны труда, интереса к рационализации производственного процесса, творческих решений проблем улучшения условий труда; усвоение теоретических основ организации работы по обеспечению безопасности, снижению травматизма и аварийности, профессиональных заболеваний, улучшению условий труда на основе комплекса задач по созданию безопасных и безвредных условий труда.

Краткое содержание дисциплины

Безопасность жизнедеятельности как составная часть национальной безопасности РФ. Опасности среды обитания и меры по понижению ущерба от них. Природные опасности и защита от них. Опасности социальной сферы повседневной жизни специалистов и мероприятия по их предупреждению. Чрезвычайные ситуации. Основы обеспечения безопасности различных видов служебной деятельности. Требования безопасности при несении дежурства, эксплуатации техники, при проведении занятий. Основы пожаро-, электро- и взрывобезопасности. Общие требования безопасности при выполнении ремонтно-строительных, хозяйственных работ и работ с повышенной опасностью. Работа должностных лиц по управлению обеспечением безопасности. Работа по предупреждению гибели и травматизма сотрудников.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
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	Знает: классификацию и характер влияния опасных и вредных факторов природного, техногенного и социального характера на человека; закономерности проявления и развития опасностей и чрезвычайных ситуаций в профессиональной деятельности и бытовой среде; основы охраны труда и способы организации безопасной деятельности на рабочем месте; правила поведения при авариях, катастрофах, стихийных бедствиях и военных конфликтах; организацию, структуру и задачи гражданской обороны, принципы оказания неотложной помощи; технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала Умеет: прогнозировать возможный риск появления опасных ситуаций в быту и

	профессиональной деятельности; принимать своевременные меры по предотвращению опасностей; диагностировать уровень безопасности профессиональной и бытовой среды и распознавать результаты воздействия негативных факторов среды в условиях реальной и реализованной опасности; принимать меры обеспечения комплексной защиты; использовать основные методы защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий Имеет практический опыт: применения средств коллективной и индивидуальной защиты; использования законов, подзаконных актов, постановлений и других нормативных документов РФ и ее субъектов, касающихся вопросов безопасности населения в профессиональной деятельности, использования методов оценки качества профессиональной деятельности; создания допустимых и комфортных условий труда в повседневном режиме и опасных ситуациях; использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий
--	--

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.18 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Не предусмотрены

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
1.О.18 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Знает: составляющие и факторы здорового образа жизни; основы организации здорового образа жизни; закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков; методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях адаптивной физической культурой, требования безопасности, санитарных и

	гигиенических правил и норм, приемы оказания первой доврачебной помощи; этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; внешние признаки утомления и переутомления занимающихся Умеет: использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни; формировать потребности к соблюдению личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь, распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; оказывать первую доврачебную помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; 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; осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям адаптивной физической культурой и адаптивным спортом Имеет практический опыт: применения методик оценки физического развития детей и подростков; владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки, оказания первой доврачебной помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 14,5 ч. контактной работы с применением дистанционных образовательных технологий

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		6
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
Аудиторные занятия:	6	6
Лекции (Л)	0	0

Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	6	6
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа (СРС)	93,5	93,5
Самостоятельная подготовка к экзамену по разделу "Основы военной подготовки"	57,5	57,5
Подготовка к экзамену	36	36
Консультации и промежуточная аттестация	8,5	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	экзамен

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	3	0	3	0
2	Безопасность жизнедеятельности в условиях производства Основы военной подготовки	3	0	3	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Безопасность жизнедеятельности в условиях производства. Оценка риска. Оценка условий труда.	3
2	2	Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях. Порядок действий персонала организаций и населения при возникновении ЧС. Военная подготовка	3

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Самостоятельная подготовка к экзамену по разделу "Основы военной подготовки"	ФЗ «Об обороне» утверждены Указом Президента РФ - Верховного Главнокомандующего ВС РФ 14 декабря 1993 г. и имеют силу законов (с изменениями от 23.10.08, от 14.01.11, от 29.04.11, от 29.07.11, от 14.01.13). Строевой устав ВС РФ введен в действие приказом министра обороны РФ 11.03.06.	6	57,5

	№ 111. Указ Президента РФ от 18.12.2006 N 1422 (ред. от 03.07.2018) "О Боевом знамени воинской части". Указ Президента РФ от 18.12.2006 N 1422 (ред. от 03.07.2018) "О Боевом знамени воинской части".		
Подготовка к экзамену	Основная ПУМД 1 (гл.1, стр. 9-25, гл. 2, стр. 26–76; гл. 3, стр. 77-101; гл.4, стр. 103–122; гл. 5, стр. 123–151; гл. 6, стр. 153-243; гл. 7, стр. 248–263; гл. 8, стр. 265–273; гл. 10, стр. 345–360; гл. 11, стр. 385–396, 424–446); 2(гл. 1, стр. 5-27, гл. 2 стр. 32-37, 39-42, 46-51, 59-68, 68-85); 3(гл. 1 стр. 4-11, 13-16; гл.2 стр. 28-50; гл.3, стр. 54-58; гл.5, стр. 86-99).	6	36

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	6	Текущий контроль	Тестирование по разделу "Основы военной подготовки"	0,1	10	Студент проходит тестирование в Электронном ЮУрГУ. Тест содержит 10 вопросов, продолжительность тестирования 20 минут. Отлично: если набрано 85% и более правильных ответов. Хорошо: если набрано от 75 до 84%. Удовлетворительно: если набрано от 60 до 74%. Неудовлетворительно: если набрано менее 59%.	экзамен
2	6	Текущий контроль	выполнение и защита лабораторных работ	0,4	20	Выполнение и защита лабораторных работ. Защита выполненной лабораторной работы осуществляется индивидуально в форме устного опроса. Студент предоставляет выполненную лабораторную работу. Каждому студенту задается по одному вопросу из темы лабораторной работы. При неправильном ответе студенту могут быть заданы уточняющие или новые вопросы из этой темы. Общий балл при оценке складывается из следующих показателей: за каждую методически правильно выполненную лабораторную	экзамен

						работу студент получает 5 баллов; не правильно выполненную практическую работу – 0 баллов. Отлично: Отсутствие ошибок и недочетов при выполнении лабораторной работы, устранение отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов преподавателя, соблюдение культуры письменной речи, правил оформления письменных работ. Хорошо: Незначительные (негрубые) ошибки и недочеты при выполнении лабораторной работы, соблюдение основных правил культуры письменной речи, правил оформления письменных работ. Удовлетворительно: Затруднение при самостоятельном выполнении лабораторной работы, необходимость незначительной помощи преподавателя. Наличие грубой ошибки, нескольких негрубых ошибок при выполнении работы, незначительное несоблюдение основных правил культуры письменной речи, правил оформления письменных работ. Неудовлетворительно: Отсутствие выполненной лабораторной работы, затруднения при ответах на стандартные вопросы. Наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при выполнении работы, значительное несоблюдение основных правил культуры письменной речи, правил оформления письменных работ.	
3	6	Текущий контроль	Проверка ведения конспекта лекций	0,2	15	Проверка ведения конспекта лекций осуществляется индивидуально. Студент предоставляет тетрадь с письменным конспектом лекций или текстовый файл, по предварительному согласованию с преподавателем того, что конспекты лекций будут набраны на компьютере во время проведения лекционных занятий. Студенту могут быть заданы уточняющие вопросы из темы конспекта лекционного занятия. Общий балл при оценке складывается из следующих показателей: за каждый правильно выполненный конспект одной лекции студент получает 0,5 баллов; не правильно выполненный конспект – 0 баллов. Максимальное количество баллов – 15. Весовой коэффициент мероприятия – 0,2.	экзамен
4	6	Текущий	реферат	0,2	15	Студент самостоятельно выбирает тему	экзамен

		контроль				реферата, согласовывает с преподавателем. Объем работы должен составлять 15-20 страниц, литературные источники должны быть изданы в течении 5 последних лет. Работа должна полностью раскрывать тему. Отлично: Если тема раскрыта полностью -5 (13-15 баллов) Хорошо: Если тема раскрыта полностью, с незначительными замечаниями -(10-12 баллов) Удовлетворительно: Если есть ошибки в раскрытии темы (8-9 баллов) Неудовлетворительно: Если тема не раскрыта (менее 15 баллов)	
5	6	Промежуточная аттестация	Экзамен	-	40	Мероприятие промежуточной аттестации проводится в форме устного опроса. Студент тянет билет, состоящий из 5 вопросов. При неправильном ответе студенту могут быть заданы уточняющие или новые вопросы из этой темы. Контрольные мероприятия промежуточной аттестации проводятся во время экзамена. На подготовку отводится 0,3 часа. Правильный ответ на вопрос соответствует 8 баллам. Частично правильный ответ соответствует 5 баллам. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Промежуточная аттестация включает одно мероприятие: тестирование. Контрольное мероприятие промежуточной аттестации проводится во время экзамена. Тест состоит из 20 вопросов, позволяющих оценить сформированность компетенций. Пятнадцать из которых направлены на проверку знаний теоретического материала, а пять - на демонстрацию практических навыков, На ответы отводится 1 час. Правильный ответ на вопрос - 2 балла. Неправильный ответ на вопрос - 0 баллов. Максимальное количество баллов – 40. Весовой коэффициент мероприятия – 0,4.	экзамен

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	На экзамене происходит оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Студент вправе повысить свой рейтинг по дисциплине, пройдя	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	контрольное мероприятие промежуточной аттестации (тестирование). В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения	
--	--	--

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ				
		1	2	3	4	5
УК-8	Знает: классификацию и характер влияния опасных и вредных факторов природного, техногенного и социального характера на человека; закономерности проявления и развития опасностей и чрезвычайных ситуаций в профессиональной деятельности и бытовой среде; основы охраны труда и способы организации безопасной деятельности на рабочем месте; правила поведения при авариях, катастрофах, стихийных бедствиях и военных конфликтах; организацию, структуру и задачи гражданской обороны, принципы оказания неотложной помощи; технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала	+	+	+		+
УК-8	Умеет: прогнозировать возможный риск появления опасных ситуаций в быту и профессиональной деятельности; принимать своевременные меры по предотвращению опасностей; диагностировать уровень безопасности профессиональной и бытовой среды и распознавать результаты воздействия негативных факторов среды в условиях реальной и реализованной опасности; принимать меры обеспечения комплексной защиты; использовать основные методы защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий	+	+			+
УК-8	Имеет практический опыт: применения средств коллективной и индивидуальной защиты; использования законов, подзаконных актов, постановлений и других нормативных документов РФ и ее субъектов, касающихся вопросов безопасности населения в профессиональной деятельности, использования методов оценки качества профессиональной деятельности; создания допустимых и комфортных условий труда в повседневном режиме и опасных ситуациях; использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий	+	+			+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие для специальностей и направлений бакалавриата / С. И. Боровик, Е. В. Зыкина, А. С. Калинина и др.; под ред. А. И. Сидорова. - 4-е изд., перераб. и доп.. - Москва : КНОРУС, 2022. - 606 с.

б) дополнительная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] учебник для вузов С. В. Белов, В. А. Девисилов, А. В. Ильницкая и др.; под общ. ред. С. В. Белова. - 8-е изд., стер. - М.: Высшая школа, 2008. - 615, [1] с. ил.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Охрана труда и социальное страхование.
2. Безопасность труда в промышленности.
3. Безопасность жизнедеятельности.
4. Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях.
5. Гражданская защита.
6. Инженерная экология.

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Безопасность в чрезвычайных ситуациях: лабораторный практикум / А.Л. Бабаян, Л.А. Бабаян. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2011. 75 с.
2. Безопасность жизнедеятельности Текст учеб. пособие для вузов А. Л. Бабаян и др.; под ред. А. И. Сидорова. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: КноРус, 2017

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Безопасность в чрезвычайных ситуациях: лабораторный практикум / А.Л. Бабаян, Л.А. Бабаян. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2011. 75 с.
2. Безопасность жизнедеятельности Текст учеб. пособие для вузов А. Л. Бабаян и др.; под ред. А. И. Сидорова. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: КноРус, 2017

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	eLIBRARY.RU	Чвякин В.А. Биологические основы техносферной безопасности. [Электронный ресурс] - Электрон.дан. - М.: Московский политехнический университет, 2024. - 109 с. https://elibrary.ru/item.asp?id=73813042
2	Дополнительная литература	eLIBRARY.RU	Бедило М.В., Заворотный А.Г., Неровных А.Н., Калайдов А.Н., Сарычев В.В., Бутенко В.М. учебник / (2-е издание, переработанное и дополненное) Москва, 2020.- 308 с. https://elibrary.ru/item.asp?id=46160716

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -Информационные ресурсы ФГУ ФИПС(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	473 (3)	Специализированная лаборатория для проведения практических занятий
Экзамен	473 (3)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходами в интернет.
Самостоятельная работа студента	473 (3)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходами в интернет.