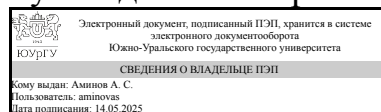


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления



А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.О.19 Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом

для направления 49.03.01 Физическая культура

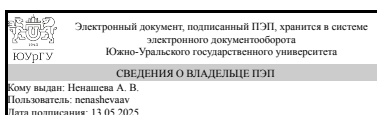
уровень Бакалавриат

форма обучения заочная

кафедра-разработчик Теория и методика физической культуры и спорта

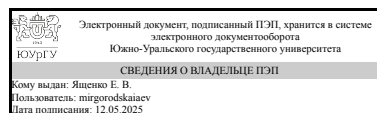
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 940

Зав.кафедрой разработчика,
д.биол.н., доц.



А. В. Ненашева

Разработчик программы,
к.пед.н., доцент



Е. В. Ященко

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины: изучить технику безопасности и обеспечить минимизацию травматизма во время проведения уроков физической культурой. Задачи дисциплины: приобретение теоретических знаний техники безопасности на занятиях физической культурой; овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих безопасность занимающихся; воспитание постоянного контроля педагога за воспитанниками при занятиях физической культурой; приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной деятельности; приобретение теоретических и практических навыков оказания доврачебной помощи.

Краткое содержание дисциплины

Дисциплина "Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом" изучает понятие охраны труда; травматизм; виды травматизма; основные причины травматизма. Нормативно-правовые акты, документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой. Учитель физической культуры. Доврачебная помощь. Расследование и учет несчастных случаев. Санитарные правила и нормы. Типовая инструкция. Инструкция по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике. Инструкция по охране труда при проведении занятий по лыжному спорту. Инструкция по охране труда при проведении занятий по плаванию. Инструкция по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм (футбол, волейбол, баскетбол, теннис и др.). Инструкция по охране труда при проведении спортивных соревнований. Инструкция по охране труда при проведении занятий в тренажерном зале. Инструкция по охране труда при проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций. Рекомендации по безопасности занятий физической культурой в дошкольном образовательном учреждении. Азбука безопасности при падениях. Учебный инвентарь и оборудование. Алгоритм действий обучающихся школ и университета при террористической опасности.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-7 Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Знает: технику безопасности при осуществлении профессиональной деятельности Умеет: проводить мероприятия по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом Имеет практический опыт: обеспечения техники безопасности на занятиях физической культурой и спортом

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Нет	ФД.02 Профилактика спортивных травм, 1.О.21 Лечебная физическая культура и массаж,

	1.О.20 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности, 1.О.18 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
--	--

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

Нет

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 12,25 ч. контактной работы с применением дистанционных образовательных технологий

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		1
Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Аудиторные занятия:</i>	8	8
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	4	4
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	59,75	59,75
Изучение и конспектирование учебных пособий, составление таблицы	10	10
Устный опрос	2,75	2,75
Написание доклада с презентацией	10	10
Подготовка к промежуточной аттестации (итоговому тестированию и зачету)	27	27
Контрольные тестирования	10	10
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Нормативно-правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой	4	2	2	0
2	Техника безопасности. Травматизм, причины, последствия, помощь	4	2	2	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Нормативно-правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой. Санитарные правила и нормы. Строительные нормы и правила. Программа по физической культуре, которой руководствуются учителя в школе. Инструкции по технике безопасности, разрабатываемые на месте для разнообразных форм деятельности. Общие требования безопасности. Требования безопасности в аварийных ситуациях.	2
2	2	Травматизм. Причины. Последствия. Закономерности травматизма. Гипокинезия, гиподинамия и травматизм, предупреждение травматизма при занятиях физической культурой и спортом. Рекомендации по оказании первой доврачебной помощи при физкультурных и спортивных травмах. Инструкция по охране труда при проведении занятий в различных видах спорта. Алгоритм действий обучающихся школ и университета при террористической опасности.	2

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Нормативно-правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой. Конституция РФ. Закон РФ. Их применение на практике. Инструктаж учащихся по технике безопасности на занятиях по физической культуре. Требования безопасности во время соревнований. Аккредитация на проведение занятий по физической культуре и спорту. Журнал регистрации результатов испытаний.	2
2	2	Необходимые условия безопасности при занятиях физическими упражнениями и спортом. Причины возникновения травм. Предупреждение травматизма. Немедикаментозные методы реабилитации при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Ориентировочные сроки возобновления занятий (тренировок) после перенесенных травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата. Рекомендации по оказании первой доврачебной помощи. Анализ случаев травматизма в школе с целью принятия мер по его профилактики и предупреждению. Алгоритм действий обучающихся школ и университета при террористической опасности.	2

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
Изучение и конспектирование учебных пособий, составление таблицы	ЭУМД осн. 1 с. 28-33; ЭУМД осн. 2 с. 11-80; ЭУМД доп. 3 с. 32-60.	1	10
Устный опрос	ЭУМД осн. 2 с. 3-80; ЭУМД доп. 3 с. 10-140.	1	2,75
Написание доклада с презентацией	ЭУМД осн. 1 с. 28-33; ЭУМД осн. 2 с. 3-86; ЭУМД доп. 3 с. 5-120. Поиск	1	10

	необходимой информации в глобальных компьютерных сетях.		
Подготовка к промежуточной аттестации (итоговому тестированию и зачету)	ЭУМД осн. 1 с. 28-33; ЭУМД осн. 2 с. 3-86; ЭУМД доп. 3 с. 5-90	1	27
Контрольные тестирования	ЭУМД осн. 2 с. 3-80; ЭУМД доп. 3 с. 10-140.	1	10

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	1	Текущий контроль	Составление таблицы	1	10	9-10 баллов: студент предоставляет таблицу, дает развернутый комментарий, показывает глубокое знание материала, вносит обоснованные предложения, легко отвечает на поставленные вопросы. Задание выполнено в установленный срок. 7-8 баллов: студент предоставляет таблицу, дает комментарий, показывает знание материала, без особых затруднений отвечает на поставленные вопросы. Задание выполнено позже установленного срока. 5-6 баллов: таблица не полностью соответствует требованиям, базируется на практическом материале, но имеет поверхностный результат, в работе просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные положения, студент проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов, не всегда дает исчерпывающие аргументированные ответы на заданные вопросы. 3-4 баллов: таблица не соответствует требованиям, в работе нет последовательности. При представлении конспекта студент затрудняется отвечать на поставленные вопросы, не знает теории вопроса, при ответе допускает существенные ошибки. 0-2 баллов: задание не выполнено.	зачет
2	1	Текущий контроль	Доклад с презентацией	2	10	9-10 баллов: студент подготовился к практическому занятию в срок, использованы дополнительные источники информации; содержание заданной темы	зачет

						раскрыто в полном объеме; присутствует аналитический подход; отражена структура доклада и презентации (вступление, основная часть, заключение, присутствуют выводы и примеры); оригинальность выполнения (работа сделана самостоятельно, без использования "искусственного интеллекта" и грамотно представлена). Выступающий свободно ориентируется в представляемом материале, без опоры на письменный текст; выступление соответствует теме, идеи сформулированы четко, изложены ясно, логично и полно, выводы обоснованы, все необходимые данные (факты, статистика, эксперимент), на основании которых сделаны выводы, представлены, на вопросы преподавателя дается полный и развернутый ответ. 7-8 баллов: содержание доклада включает в себя информацию из основных источников, дополнительные источники информации не использовались; содержание заданной темы раскрыто не в полном объеме; структура доклада сохранена, но отдельные части недостаточно полно сформулированы (вступление, основная часть, заключение, присутствуют выводы и примеры). Презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 5-6 баллов: ограниченно использованы источники базовой информации; содержание заданной темы раскрыто не в полном объеме; неясно отражена структура доклада (вступление, основная часть, заключение, выводы и примеры не полностью соответствуют содержанию, либо частично отсутствуют). 3-4 баллов: содержание доклада ограничено информацией только из отдельных пособий; содержание заданной темы раскрыто не в полном объеме. Презентация соответствует теме; техническая сторона презентации имеет много погрешностей и во многом не соответствует всем требованиям (количество, правила оформления слайдов, структура слайдов и т.д.). 0-2 баллов: задание не выполнено.	
3	1	Текущий контроль	Устный опрос	1	1	5 баллов: студент подготовился к практическому занятию в срок, выбранная тема полностью раскрыта, даны ответы на	зачет

						все заданные вопросы, сделаны выводы. Студент владеет терминологией и формулировками, демонстрирует полное понимание материала. 4 балла: студент подготовился к практическому занятию в срок, выбранная тема полностью раскрыта, выводы сделаны; некоторые вопросы остались не раскрыты или раскрыты частично, студент демонстрирует частичное понимание материала, не ошибается в терминологии и формулировках. 3 балла: задание выполнено, вывод не сделан, некоторые вопросы не раскрыты, не владеет правильными формулировками и терминами, демонстрирует частичное понимание материала. 2 балла: задание выполнено с грубыми фактическими ошибками, вывод отсутствует, большинство вопросов осталось нераскрыто, студент не владеет формулировками и терминологией. 1 балл: задание выполнено не правильно, с грубыми фактическими ошибками, вывод отсутствует, большинство вопросов осталось нераскрыто, студент не владеет формулировками и терминологией, демонстрирует непонимание материала. 0 баллов: задание не выполнено.	
4	1	Текущий контроль	Контрольный тест	1	10	Тест содержит 20 вопросов. За каждый верно выбранный ответ в тесте - 1 балл. Тест считается успешно пройденным, если не менее 60% правильных ответов (не менее 12 баллов). Время выполнения теста - 20 минут. Количество попыток - 2.	зачет
5	1	Промежуточная аттестация	Итоговый тест	-	30	Итоговый тест содержит 30 вопросов. За каждый верно выбранный ответ в тесте - 1 балл. Тест считается успешно пройденным, если не менее 60% правильных ответов (не менее 18 баллов).	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Зачет является обязательным для всех студентов, проводится в виде теста. Тест содержит 30 вопросов. Время выполнения - 30 минут. Количество попыток 2. Максимальная оценка - 30 баллов. Тест считается пройденным, если студент набрал не	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	менее 60% (не менее 18 баллов).	
--	---------------------------------	--

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ				
		1	2	3	4	5
ОПК-7	Знает: технику безопасности при осуществлении профессиональной деятельности	+	+	+	+	+
ОПК-7	Умеет: проводить мероприятия по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом	+	+	+	+	+
ОПК-7	Имеет практический опыт: обеспечения техники безопасности на занятиях физической культурой и спортом	+	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

Не предусмотрена

б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

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

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

- СТО ЮУрГУ 17-2008 Стандарт организации. Учебные рефераты. Общие требования к построению, содержанию и оформлению / составители: Т.И. Парубочая, Н.В. Сырейщикова, В.А. Смолко, Л.В. Винокурова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2008. – 40 с.

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

- СТО ЮУрГУ 17-2008 Стандарт организации. Учебные рефераты. Общие требования к построению, содержанию и оформлению / составители: Т.И. Парубочая, Н.В. Сырейщикова, В.А. Смолко, Л.В. Винокурова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2008. – 40 с.

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Методические пособия для самостоятельной работы студента	ЭБС издательства Лань	Сидоров, Д. Г. Техника безопасности на занятиях : учебно-методическое пособие / Д. Г. Сидоров, В. М. Шукин. — Нижний Новгород : ННГАСУ, 2024. — 38 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. https://e.lanbook.com/book/472481

2	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Сидоров, Д. Г. Техника безопасности (охрана труда) на спортивных объектах : учебно-методическое пособие / Д. Г. Сидоров. — Нижний Новгород : ННГАСУ, 2024. — 61 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. https://e.lanbook.com/
3	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Мандриков, В. Б. Организация охраны труда и профилактика травматизма на занятиях по физической культуре : учебно-методическое пособие / В. Б. Мандриков. — Волгоград : ВолгГМУ, 2020. — 136 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. https://e.lanbook.com/
4	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Мандриков, В. Б. Организация охраны труда и профилактика травматизма на занятиях по физической культуре : учебно-методическое пособие / В. Б. Мандриков. — Волгоград : ВолгГМУ, 2020. — 136 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. https://e.lanbook.com/
5	Основная литература	ЭБС издательства Лань	Первая помощь (доврачебная непрофессиональная) при проведении физкультурно-спортивных мероприятий : учебное пособие / В. Н. Буянов, Л. А. Кирьянова, И. В. Переверзева [и др.]. — Ульяновск : УлГТУ, 2016. — 170 с. — ISBN 978-5-9795-1560-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. https://e.lanbook.com/
6	Дополнительная литература	ЭБС издательства Лань	Основные требования к организации мест занятий физической культурой : учебное пособие. — Оренбург : ОГУ, 2017. — 122 с. — ISBN 978-5-7410-1879-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. https://e.lanbook.com/
7	Основная литература	Образовательная платформа Юрайт	Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 253 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11150-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. https://urait.ru/bcode/542547
8	Дополнительная литература	Образовательная платформа Юрайт	Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. https://urait.ru/bcode/567617

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:

Нет

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Зачет	101 (6)	Учебный кабинет с мультимедийным оборудованием. Технические средства обучения - компьютер, клавиатура, компьютерная мышь.
Самостоятельная работа студента	202 (6)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет
Лекции	103 (6)	Для реализации дисциплины оборудована учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная посадочными местами по числу студентов, рабочим местом преподавателя (компьютер Lenovo SL 500 ThinkPad, клавиатура, компьютерная мышь); аудиторная доска. В наличии мультимедийный проектор и экран. Учебно-наглядные пособия – слайды, фильмы, дидактический материал, таблицы, схемы, лекции с компьютерной поддержкой.
Практические занятия и семинары	101 (6)	Для реализации дисциплины оборудована учебная аудитория для проведения практических занятий, оснащенная посадочными местами по числу студентов, рабочим местом преподавателя (компьютер Lenovo SL 500 ThinkPad, клавиатура, компьютерная мышь); аудиторная доска. В наличии мультимедийный проектор и экран.