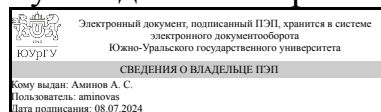


# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель направления



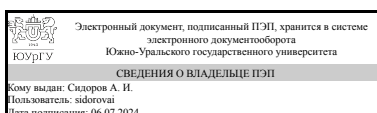
А. С. Аминов

## 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**

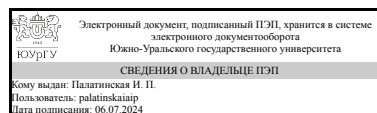
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 942

Зав.кафедрой разработчика,  
д.техн.н., проф.



А. И. Сидоров

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



И. П. Палатинская

## 1. Цели и задачи дисциплины

формирование системного, рискориентированного подхода в решении задач обеспечения безопасности продукции и связанных с ней процессов производства, эксплуатации, хранения, перевозки, реализации и утилизации, защиты окружающей среды при проектировании, изготовлении и эксплуатации технических объектов по направлению подготовки и профилю специальности на основе использования стратегии на максимальное снижение техногенных рисков, приобретения теоретических знаний, практических навыков и компетенций в сфере профессиональной деятельности, необходимых для: формирования комфортной для жизни и деятельности человека техносферы; минимизацию техногенного воздействия на природную среду; сохранение жизни и здоровья работающих, третьих лиц за счет использования современных методов и средств охраны труда и промышленной безопасности и руководствуясь федеральными законами и нормативными положениями, направленными на предупреждение аварий и локализацию их последствий при создании и эксплуатации технических объектов.

### Краткое содержание дисциплины

Теоретические основы безопасности жизнедеятельности; Безопасность жизнедеятельности в сферах производства и потребления; Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях.

## 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<br>Умеет: прогнозировать возможный риск появления опасных ситуаций в быту и профессиональной деятельности; принимать своевременные меры по предотвращению опасностей; диагностировать уровень безопасности профессиональной и бытовой |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>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</p> <p>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</p> |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

| Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана | Перечень последующих дисциплин, видов работ               |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| Нет                                                           | 1.О.20 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 3 з.е., 108 ч., 20,5 ч. контактной работы

| Вид учебной работы            | Всего часов | Распределение по семестрам в часах |
|-------------------------------|-------------|------------------------------------|
|                               |             | Номер семестра                     |
|                               |             | 6                                  |
| Общая трудоёмкость дисциплины | 108         | 108                                |
| <i>Аудиторные занятия:</i>    | 12          | 12                                 |
| Лекции (Л)                    | 8           | 8                                  |

|                                                                            |      |         |
|----------------------------------------------------------------------------|------|---------|
| Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ) | 0    | 0       |
| Лабораторные работы (ЛР)                                                   | 4    | 4       |
| <i>Самостоятельная работа (СРС)</i>                                        | 87,5 | 87,5    |
| Подготовка к экзамену                                                      | 45   | 45      |
| Изучение вопросов, выносимых на лекции и лабораторных                      | 42,5 | 42,5    |
| 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                        | 2                                         | 2 | 0  | 0  |
| 2         | Безопасность жизнедеятельности в условиях производства и сферы потребления | 8                                         | 4 | 0  | 4  |
| 3         | БЖД в чрезвычайных ситуациях                                               | 2                                         | 2 | 0  | 0  |

### 5.1. Лекции

| № лекции | № раздела | Наименование или краткое содержание лекционного занятия                                                     | Кол-во часов |
|----------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1        | 1         | Введение. Основные понятия                                                                                  | 2            |
| 2        | 2         | Условия труда и отдыха, методы их улучшения.                                                                | 2            |
| 3        | 2         | Безопасность при эксплуатации машин, выполнении работ                                                       | 2            |
| 4        | 3         | Общие сведения о чрезвычайных ситуациях (ЧС) и терроризме. Защита населения в ЧС и от проявлений терроризма | 2            |

### 5.2. Практические занятия, семинары

Не предусмотрены

### 5.3. Лабораторные работы

| № занятия | № раздела | Наименование или краткое содержание лабораторной работы | Кол-во часов |
|-----------|-----------|---------------------------------------------------------|--------------|
| 1         | 2         | Исследование систем искусственного освещения.           | 2            |
| 2         | 2         | Оказание первой помощи при реанимации.                  | 2            |

### 5.4. Самостоятельная работа студента

| Выполнение СРС                  |                                                                            |         |              |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------|--------------|
| Подвид СРС                      | Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс | Семестр | Кол-во часов |
| Подготовка к экзамену           | [1]-основная, гл.11 и 12., [1]-дополнительная эл.                          | 6       | 45           |
| Изучение вопросов, выносимых на | [1]-основная, гл.11 и 12.                                                  | 6       | 42,5         |

|                       |  |  |  |
|-----------------------|--|--|--|
| лекции и лабораторных |  |  |  |
|-----------------------|--|--|--|

## 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 | Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. Тест 1. Тест 2. Тест 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1   | 10         | Отлично: Если верно даны ответы на 9-10 вопросов теста, который проводится после лекций №1 и №2<br>Хорошо: Если верно даны ответы на 6-8 вопросов теста, который проводится после лекций №1 и №2<br>Удовлетворительно: Если верно даны ответы на 3-5 вопросов теста, который проводится после лекций №1 и №2<br>Неудовлетворительно: Если верно даны ответы на 1-2 вопросов теста, который проводится после лекций №1 и №2. Если неверно даны ответы на вопросы теста, который проводится после лекций №1 и №2                                                                                                  | экзамен          |
| 2    | 6        | Текущий контроль | Безопасность жизнедеятельности в условиях производства и сферы потребления. Балльно-рейтинговое оценивание результатов обучения осуществляется в ходе текущего контроля, который проводится после соответствующей лекции. Текущий контроль 2: Тест №4. Тест 5. Тест №6. Тест №7. Тест №8. Тест №9. Тест №10. Тест №11. Тест №12. Тест №13. Тест №14. Тест №15. Количество вопросов в каждом тесте 10. Время тестирования 10 | 1   | 60         | Отлично: Отлично: Если верно даны ответы на 9-10 вопросов теста, который проводится после соответствующей лекции<br><br>Хорошо: Хорошо: Если верно даны ответы на 6-8 вопросов теста, который проводится после соответствующей лекции<br><br>Удовлетворительно: Удовлетворительно: Если верно даны ответы на 3-5 вопросов теста, который проводится после соответствующей лекции<br>Неудовлетворительно: Неудовлетворительно: Если верно даны ответы на 1-2 вопросов теста, который проводится после лекций №1 и №2. Если неверно даны ответы на вопросы теста, который проводится после соответствующей лекции | экзамен          |

|   |   |                          |                         |   |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |
|---|---|--------------------------|-------------------------|---|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|   |   |                          | минут.                  |   |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |
| 3 | 6 | Промежуточная аттестация | Лабораторные работы 1-2 | - | 20 | Отлично: На все пять вопросов теста дан верный ответ (5 баллов)<br>Хорошо: На четыре вопроса теста дан верный ответ (4 балла)<br>Удовлетворительно: На три вопроса теста дан верный ответ (3 балла)<br>Неудовлетворительно: Нет верных ответов (0 баллов). В этом случае студент повторно самостоятельно изучает теоретический материал по лабораторной работе, затем снова проходит тестирование с использованием системы "Огонек". | экзамен |

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

| Вид промежуточной аттестации | Процедура проведения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Критерии оценивания                     |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| экзамен                      | <p>Экзамен проводится в два этапа: тестирование и собеседование. На этапе тестирования студент получает тест, состоящий из десяти вопросов и пяти, четырех ответов, один из которых верный. Каждый верный ответ оценивается в один балл. После подведения итогов по тестированию выставляется предварительная оценка. На втором этапе экзамена, с учетом работы студента в течение семестра (активность и оценки, полученные на лабораторных и по тестированию) с ним проводится собеседование и, с учетом итогов беседы, выставляется окончательная оценка. Балльно-рейтинговое оценивание результатов обучения осуществляется в ходе текущего контроля по разделам дисциплины: Текущий контроль 1 - тест №1, тест №2, тест №3. Текущий контроль №3 - Тесты №4-№15. Текущий контроль 3 - тестирование по лабораторным работам 1-8. Результаты БРС учитываются при проведении промежуточного контроля - экзамена по дисциплине. Если по итогам текущего контроля 1+2+3 величина рейтинга обучающегося по дисциплине: Отлично - 85...100 % (85 - 100 баллов). Хорошо: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 75...84 % (75-84 баллов). Удовлетворительно: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60...74 % (60-74</p> | В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения |

## 6.3. Паспорт фонда оценочных средств

| Компетенции | Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | № КМ |   |   |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|---|---|
|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1    | 2 | 3 |
| 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 [Текст] учеб. пособие для вузов  
А. Л. Бабаян и др.; под ред. А. И. Сидорова. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: КноРус, 2017

#### б) дополнительная литература:

Не предусмотрена

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

1. «Охрана труда и социальное страхование»
2. «Безопасность жизнедеятельности»

#### г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

- 1.

#### из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

- 1.

### Электронная учебно-методическая документация

| № | Вид литературы | Наименование ресурса в | Библиографическое описание |
|---|----------------|------------------------|----------------------------|
|---|----------------|------------------------|----------------------------|

|   |                                                          |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---|----------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                          | электронной<br>форме      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 1 | Основная литература                                      | Электронный каталог ЮУрГУ | Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. пособие для студентов гуманитар. направлений / С. И. Боровик и др.; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Безопасность жизнедеятельности ; ЮУрГУ. Челябинск : Издательский Центр ЮУрГУ , 2020<br><a href="http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000567626">http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000567626</a>  |
| 2 | Методические пособия для самостоятельной работы студента | Электронный каталог ЮУрГУ | Безопасность жизнедеятельности. Эргономика [Текст] : учеб. пособие к практ. занятиям / И. П. Палатинская, Т. Л. Маслова ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Безопасность жизнедеятельности ; ЮУрГУ. Челябинск : Издательский Центр ЮУрГУ , 2018<br><a href="http://www.lib.susu.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000561366">http://www.lib.susu.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000561366</a> |
| 3 | Методические пособия для самостоятельной работы студента | Электронный каталог ЮУрГУ | Безопасность жизнедеятельности [Текст] Ч. 4 : учеб. пособие к практ. занятиям / Л. М. Киселева, В. Н. Бекасова ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Безопасность жизнедеятельности ; ЮУрГУ. Челябинск : Издательский Центр ЮУрГУ , 2015<br><a href="http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000539571">http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&amp;key=000539571</a>    |

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. -Техэксперт(04.02.2024)

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

| Вид занятий          | № ауд.     | Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий  |
|----------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Лабораторные занятия | 517<br>(3) | Лабораторные стенды                                                                                                                               |
| Лекции               | 473<br>(3) | Проектор потолочного крепления; документ-камера, аудиосистема; экран настенный с электроприводом; пакет презентаций Microsoft PowerPoint по курсу |