Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»

Кафедра геологии, геодезии и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ
Директор института физической культуры, здоровья и спорта
_____ В.Б. Костерев
подпись
«____» _____ 20___ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Безопасность жизнедеятельности

49.02.01 «Физическая культура»
(направленность (профиль): «Физическая культура»)

Квалификация выпускника
Педагог по физической культуре и спорту

Форма обучения
Очная форма

Срок обучения: 2 года 10 месяцев

Год начала подготовки 2025

Новокузнецк
2025

СибГИУ
Подлинник электронного документа хранится в системе электронного согласования документов СибГИУ
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭП
Сертификат: 85803069ad438a660b5b2f3e26e54ad1dea85366
Владелец: Директор ИФКЗиС Костерев Вадим Борисович
Действителен: с 4 декабря 2025 г. по 27 февраля 2027 г.
Дата и время: 25-10-2026 17:34:55 ПРОВЕРИТЬ ПОДПИСЬ

1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

– формирование профессиональной культуры безопасности, под которой понимается готовность и способность личности использовать в профессиональной деятельности приобретенную совокупность знаний, умений и навыков для обеспечения безопасности в сфере профессиональной деятельности;

– формирование характера мышления, ценностных ориентаций, духовного патриотизма, при которых вопросы безопасности рассматриваются в качестве приоритета.

Задачами учебной дисциплины являются:

– приобретение понимания проблем устойчивого развития, обеспечения безопасности жизнедеятельности и снижения рисков, связанных с деятельностью человека;

– формирование культуры профессиональной безопасности, способностей идентификации опасности и оценивания рисков в сфере своей профессиональной деятельности;

– формирование мотивации и способностей для самостоятельного повышения уровня культуры безопасности;

– воспитания мировоззрения и культуры безопасного мышления, поведения и деятельности в различных условиях.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по специальности

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам социально-гуманитарного цикла ООП по специальности 49.02.01 «Физическая культура».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

– Анатомия и физиология человека.

Учебная дисциплина дополняет умения и знания, получаемые по одновременно изучаемым и последующим учебным дисциплинам:

– Физическая культура.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Общие компетенции

– ОК 02.: Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

– ОК 07.: Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь, знать:

Код ОК, ПК	Уметь	Знать
ОК 02. ОК 07.	идентифицировать основные опасности среды обитания человека; оценивать воздействие опасностей на человека и окружающую среду; выбирать и применять способы обеспечения безопасности жизнедеятельности; оценивать уровни опасности в техносфере; соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии; пользоваться экономико-правовой основой безопасности среды обитания.	терминологию безопасности жизнедеятельности; основы взаимодействия в системе «человек – среда обитания»; методы анализа и защиты от опасностей техносферы; методы обеспечения безопасности жизнедеятельности в штатных и чрезвычайных ситуациях; правила оказания первой медицинской помощи; правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; экономико-правовые и управленческие аспекты техносферной безопасности.

4 Объем и содержание учебной дисциплины

Учебная деятельность обучающихся предусматривает учебные занятия (лекция, практическое занятие, консультация), самостоятельную работу, а также другие виды учебной деятельности, определенные учебным планом и календарным планом воспитательной работы.

Объем учебной дисциплины

Семестр / курс	***ИТОГО***	***2 семестр***
Форма промежуточной аттестации		*экзамен*
Трудоёмкость, *академ. час.*	***80***	*80*
Лекции, *академ. час.*	***10***	*10*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Лабораторные работы, *академ. час.*	***0***	*0*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Практические занятия, *академ. час.*	***58***	*58*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Курсовая работа / проект, *академ. час.*	***0***	*0*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Консультации, *академ. час.*	***1***	*1*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Самостоятельная работа, *академ. час.*	***5***	*5*
в форме практической подготовки	***0***	*0*
Контроль, *академ. час.*	***6***	*6*
в форме практической подготовки	***0***	*0*

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1 Теоретические основы безопасности жизнедеятельности (Общие понятия о системе «человек — среда обитания».Воздействие опасностей на человека и техносферу.);

Раздел 2 Обеспечение безопасных и комфортных условий жизнедеятельности (Защита среды.Защита от опасностей техносферы.);

Раздел 3 Чрезвычайные ситуации (Основные понятия о чрезвычайных ситуациях. Безопасность техносферы в чрезвычайных ситуациях.);

Раздел 4 Основы военной службы (Юноши). Оказание первой медицинской помощи (Девушки). (Законодательство в области военной службы. Боевые традиции Вооруженных Сил России (Юноши). Оказание первой медицинской помощи (Девушки).).

5 Перечень тем лекций

№ раздела / темы дисциплины	Темы лекций	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	2	
Раздел 2.	Обеспечение безопасных и комфортных условий жизнедеятельности	2	
Раздел 3.	Чрезвычайные ситуации	2	
Раздел 4.	Основы военной службы	4	
Итого:		**10**	**0**

6 Перечень тем практических занятий (семинаров)

№ раздела / темы дисциплины	Темы практических занятий (семинаров)	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 2.	Определение параметров микроклимата	6	
Раздел 4.	Девушки: Оказание первой медицинской помощи; Юноши: Анализ и применение на практике знаний Конституции РФ, Федеральных законов «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе».	40	
Раздел 4.	Занятия в тире	12	
Итого:		**58**	**0**

7 Перечень тем лабораторных работ

№ раздела / темы дисциплины	Темы лабораторных работ	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	**в форме практической подготовки**
	Отсутствуют		
Итого:		**0**	**0**

8 Перечень тем курсовых работ (проектов)

№ раздела / темы дисциплины	Темы курсовых работ (проектов)	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	**в форме практической подготовки**
	Отсутствуют		
Итого:		**0**	**0**

9 Виды самостоятельной работы

№ раздела / темы дисциплины	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость, *академ.час*	
		всего	**в форме практической подготовки**
Раздел 1.	1. Изучение лекционного материала; 2. Прохождение тестирования.	1	
Раздел 2.	1. Изучение лекционного материала; 2. Подготовка к практическому занятию; 3. Прохождение тестирования.	1.5	
Раздел 3.	1. Изучение лекционного материала; 2. Прохождение тестирования.	1	
Раздел 4.	1. Изучение лекционного материала; 2. Подготовка к практическому занятию; 3. Прохождение тестирования.	1.5	
	Консультации	1	
Контроль	*Подготовка к экзамену*	6	
Итого:		**12**	**0**

10 Матрица компетентностных задач по учебной дисциплине

Контролируемые разделы (темы)	Контролируемые компетенции	Оценочные средства

дисциплины		
Раздел 1.	ОК 02.; ОК 07.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Оценка участия в работе на лекционном занятии; 3. Тестовые задания
Раздел 2.	ОК 02.; ОК 07.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии; 4. Тестовые задания
Раздел 3.	ОК 02.; ОК 07.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Оценка участия в работе на лекционном занятии; 3. Тестовые задания
Раздел 4.	ОК 02.; ОК 07.	1. Вопросы для устного обсуждения (опроса); 2. Наблюдение за работой на практическом занятии; 3. Оценка участия в работе на лекционном занятии; 4. Тестовые задания
Экзамен.	ОК 02.; ОК 07.	1. Экзамен на основе результатов текущего контроля

11 Входной контроль

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности», изучаемая в 1 семестре, не подразумевает проведение входного контроля и рассчитана на обучающегося 1 курса, поступившего в университет в соответствии с Правилами приема в СибГИУ.

12 Текущий контроль

12.1 Текущий контроль знаний используется для оперативного и регулярного управления учебной деятельностью (в том числе самостоятельной) обучающихся. Данный вид контроля стимулирует у обучающихся стремление к систематической самостоятельной работе по изучению учебной дисциплины и позволяет оценить степень освоения изученного материала.

Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение семестра, в ходе повседневной учебной работы по индивидуальной инициативе педагогического работника, в том числе посредством использования СУО СибГИУ.

Формы проведения текущего контроля – вопросы для устного обсуждения (опроса); наблюдение за работой на практическом занятии; оценка участия в работе на лекционном занятии; тестовые задания.

12.2 Описание оценочных средств

Шкалы оценивания (методики оценки)

12.2.1 Рекомендации по оцениванию устных ответов обучающихся

С целью контроля и подготовки обучающихся к изучению новой темы в начале лекции педагогическим работником проводится индивидуальный или фронтальный устный опрос по выполненным заданиям предыдущего раздела (темы).

Критерии оценки:

– правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);

– полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);

– сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);

– логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);

– рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи (учитывается умение использовать наиболее прогрессивные и эффективные способы достижения цели);

– своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе (учитывается умение грамотно и с пользой применять наглядность и демонстрационный опыт при устном ответе);

– использование дополнительного материала (обязательное условие);

– рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени).

Оценка «отлично» ставится, если обучающийся:

– полно и аргументировано отвечает по содержанию задания;

– обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры, в том числе самостоятельно составленные;

– излагает материал последовательно и правильно.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает 1 – 2 ошибки, которые сам же исправляет.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но:

– излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;

– не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;

– излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «неудовлетворительно» отмечает такие недостатки в подготовке обучающегося, которые являются серьезным препятствием к успешному освоению последующего материала.

12.2.2 Рекомендации по оцениванию результатов тестирования обучающихся

Тестирование проводится по изученным разделам (темам) учебной дисциплины для выявления уровня умений и знаний обучающегося, мотивирования обучающегося к активизации самостоятельной работы по усвоению учебного материала, выявления и устранения пробелов в знаниях, повышения дисциплины и организации учебной деятельности обучающегося.

Тестирование проводится в СУО СибГИУ в рамках часов, отведенных на самостоятельную работу обучающихся. За каждый правильный ответ выставляется 1 балл. Оценка выставляется в зависимости от процента правильных ответов:

Оценка формируется в соответствии с критериями таблицы:

Процент результативности (правильных ответов)	Оценка
86 до 100	«отлично»
от 67до 85	«хорошо»
от 50 до 66	«удовлетворительно»
менее 50	«неудовлетворительно»

12.2.3 Рекомендации по оцениванию участия обучающихся в работе на лекционных занятиях

Формирование у обучающихся добросовестного и ответственного отношения к собственному профессиональному образованию проявляется в обязательном его присутствии на лекционном занятии.

На лекционных занятиях происходит формирование информационной компетентности обучающихся, в том числе способности фиксировать информацию с помощью конспектирования учебного материала. Преподаватель на лекционных занятиях акцентирует внимание обучающихся на том, как необходимо оформлять конспект лекций в тетради. По окончании лекционных занятий

преподаватель осуществляет проверку тетрадей обучающихся и оценивает их.

Критерии оценки участия обучающихся в работе на лекционных занятиях

Наименование параметра оценки	Максимальное количество баллов за одно лекционное занятие
Наличие у обучающихся добросовестного и ответственного отношения к собственному профессиональному образованию, выраженное в посещении лекций	0,5
Умение конспектировать учебный материал в тетради, в том числе: - материал изложен последовательно, четко и аккуратно - в конспекте имеются изученные темы, основные термины, схемы	0,5
Всего	1

Если по результатам оценки участия обучающийся в лекционных занятиях в среднем за семестр обучающийся набрал не менее 0,5 баллов, то ему выставляется оценка «зачтено», менее 0,5 баллов – «не зачтено».

12.2.4 Рекомендации по оцениванию в процессе наблюдения за работой на практическом занятии

Наблюдение за работой на практическом занятии – важнейший компонент контроля деятельности обучающихся и качества их обучения.

Критерии оценки в процессе наблюдения за работой на практическом занятии:

– самостоятельность выполнения задания и работы с методическими указаниями (учитывается работа в течение занятия, быстрота и способность нахождения в методических указаниях нужной информации);

– правильность выполнения работы (учитывается последовательность выполняемых действий, умение работать с инструментами и/или средствами вычислительной техники);

– рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения работы с учетом индивидуальных особенностей обучающихся);

– активность обучающегося при выполнении практической работы (учитывается индивидуальная работа и работа в группе).

Критерии оценки по результатам наблюдения за работой на практическом занятии

Наименование параметра оценки	Максимальное количество баллов
Самостоятельно выполняет задания; умеет работать с методическими указаниями.	2,5
Указанные в методических указаниях действия выполняет в правильной последовательности; умеет работать с инструментами и/или средствами вычислительной техники.	1,25
Рационально использует время, отведенное на задание; проявляет активность при выполнении практической работы.	1,25
Итого	**5**

Максимальное количество – 5 баллов соответствует оценке «отлично», 4 балла – «хорошо», 3 балла – «удовлетворительно», 2 балла – «неудовлетворительно».

Задания и вопросы для текущего контроля знаний обучающихся по разделам (темам) учебной дисциплины приведены в приложении.

13 Промежуточная аттестация

13.1 Оценочные материалы для промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине предназначены для оценки степени достижения запланированных результатов обучения по завершению изучения учебной дисциплины в установленной учебным планом форме и позволяют определить качество усвоения изученного материала.

Итоговой формой контроля сформированности компетенций у обучающихся по учебной дисциплине является: экзамен.

Оценочные материалы для промежуточной аттестации обучающихся включают: экзамен на основе результатов текущего контроля.

13.2 Оценивание обучающегося на экзамене

Оценка	Требования к знаниям
отлично	Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если он исчерпывающе, последовательно, четно и логично излагал ответы на устные вопросы, подтвердил освоение программного материала выполнением тестовых задания на среднюю оценку выше 4,5 баллов, выполнил все практические задания, посещал более 80% аудиторных занятий.
хорошо	Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу

Оценка	Требования к знаниям
	излагал ответы на устные вопросы, подтвердил освоение программного материала выполнением тестовых задания на среднюю оценку выше 3,5 баллов, выполнил более 80% практических заданий и посещал более 60% аудиторных занятий.
удовлетворительно	Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускал неточности при изложении ответов на устные вопросы при опросах, подтвердил освоение программного материала выполнением тестовых задания на среднюю оценку выше 2,5 баллов, выполнил более 60% практических заданий и посещал более 40% аудиторных занятий.
неудовлетворительно	Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если он неудовлетворительно отвечал, допускал серьезные ошибки при ответе на устные вопросы при опросах, не подтвердил освоение программного материала и выполнил тестовые задания на среднюю оценку ниже 2,5 баллов, выполнил менее 60% практических заданий и посещал менее 40% аудиторных занятий.

Задания и вопросы для промежуточной аттестации обучающихся приведены в приложении.

14 Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

а) основная литература:

1 Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 335 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17843-2. — URL: https://urait.ru/bcode/560734 (дата обращения: 20.03.2025);

2 Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности и защите Родины : учебник для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 190 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20357-8. — URL: https://urait.ru/bcode/562498 (дата обращения: 20.03.2025);

3 Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В.

Рязанцева. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 638 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20029-4. — URL: https://urait.ru/bcode/566419 (дата обращения: 20.03.2025).

б) дополнительная литература:

1 Беляков, Г. И. Охрана труда и техника безопасности : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 740 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17697-1. URL: https://urait.ru/bcode/561114 (дата обращения: 20.03.2025);

2 Беляков, Г. И. Пожарная безопасность : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 283 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17690-2. — URL: https://urait.ru/bcode/561110 (дата обращения: 20.03.2025);

в) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1 Консультант студента : электронно-библиотечная система / ООО «КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА». – Москва, [200 –]. – URL: http://www.studentlibrary.ru. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

2 ЛАНЬ : электронно-библиотечная система : [коллекция «Единая профессиональная база знаний для технических вузов - Издательство Лань" ЭБС»] / ООО «Издательство ЛАНЬ». – Санкт-Петербург, [200 –]. – URL: http://e.lanbook.com. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

3 НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU : база данных / ООО «НЭБ». – Москва, [200 –]. – URL: http://elibrary.ru. – Режим доступа: по подписке;

4 Образовательная платформа ЮРАЙТ / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – Москва, [200 –]. – URL: https://urait.ru. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

5 Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система / ООО «Директ-Медиа». – Москва, [200 –]. – URL: https://biblioclub.ru. – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – URL: http://www.biblioclub.ru;

6 Электронная библиотека // Научно-техническая библиотека СибГИУ : сайт. – Новокузнецк, [200 –]. – URL: http://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp. – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – URL: https://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp;

7 Электронные периодические издания ИВИС : универсальная база данных / ООО «ИВИС». – Москва, [200 –]. – URL: http://eivis.ru. – Режим доступа: по подписке;

8 Электронный каталог : сайт / Научно-техническая библиотека СибГИУ. – Новокузнецк, [199 –]. – URL: http://libr.sibsiu.ru. – URL: https://libr.sibsiu.ru.

г) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

– 7-Zip;
– ABBYY FineReader;
– Adobe Acrobat Reader;
– Astra Linux Special Edition;
– Kaspersky Endpoint Security;
– Microsoft Office;
– Microsoft Windows;
– OnlyOffice;
– Р7-Офис.

д) базы данных и информационно-справочные системы:

1 ГАРАНТ : справочно-правовая система / ООО «Правовой центр «Гарант». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.;

2 КонсультантПлюс : справочно-правовая система / ООО «Информационный центр АНВИК». – Новокузнецк, [199 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть библиотеки Сиб. гос. индустр. ун-та.;

3 Техэксперт : информационно-справочная система / ООО «Группа компаний «Кодекс». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.

15 Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины включает учебные аудитории для проведения занятий всех видов, предусмотренных учебным планом, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы, мастерские и лаборатории, оснащенные оборудованием, техническими средствами обучения и материалами, учитывающими требования международных стандартов, научно-техническую библиотеку СибГИУ. Учебные аудитории оснащены рабочим местом преподавателя с персональным компьютером и рабочими местами обучающихся. Для проведения занятий лекционного типа (лекций), семинарского типа (практических занятий), для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации предусмотрена «Лекционная аудитория с мультимедийным оборудованием (Кафедра геологии, геодезии и безопасности жизнедеятельности)», оборудованная техническими средствами обучения:
1.комплект стационарного проекционного и мультимедийного оборудования;

2.комплект стационарного акустического оборудования; 3.автоматизированное рабочее место оператора; Мебель: парты и посадочные места по количеству обучающихся;Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: робот-тренажер для отработки навыков первой доврачебной помощи, медицинская аптечка, матрац вакуумный, комплекты индивидуальных средств защиты.
Для проведения занятий семинарского типа (практические занятия) предусмотрена «Лаборатория (Кафедра геологии, геодезии и безопасности жизнедеятельности)», оборудованная следующими средствами обучения: Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: Контрольно-измерительные приборы - термометр, аспиратор, анемомометр.
Мебель: учебная доска; рабочее место преподавателя; парты и посадочные места по количеству обучающихся.
Для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, а также самостоятельной работы предусмотрен «Компьютерный класс с мультимедийным оборудованием (Кафедра геологии, геодезии и безопасности жизнедеятельности)», оборудованная следующими средствами обучения: комплект стационарного проекционного и мультимедийного оборудования; комплект стационарного акустического оборудования; автоматизированное рабочее место оператора 10 шт;
Мебель: парты и посадочные места по количеству обучающихся.
Для проведения семинарского типа (практических занятий) предусмотрен открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий спорткомплекс, со следующими средствами обучения: Яма для прыжков в длину; Мини-футбольное поле; демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: Беговая дорожка, Гимнастическое оборудование, турник; Оборудование и инвентарь для спортивных игр; Сектор для метания; Легкоатлетический инвентарь;Футбольное поле; Полоса препятствий.
Для проведения семинарского типа (практических занятий) предусмотрен Стрелковый тир спорткомплекса, со следующими средствами обучения:
Мебель: комплект скамеек; стеллажи для инвентаря.
Оборудование: автоматы, винтовки пневматические; лазерный стрелковый комплекс; набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС СПО по направлению подготовки (специальности) 49.02.01 «Физическая культура».

Составитель(и):

преподаватель спо Андропова Виктория Сергеевна.

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры.

Согласована:

Начальник научно-исследовательскогоотдела
ФГКУ «Национальный
горно-спасательный центр», д.т.н.  Д.Ю. Палеев

ПРИЛОЖЕНИЕ

Задания и вопросы для текущего контроля знаний обучающихся по разделам (темам) учебной дисциплины

1. Вопросы для устного обсуждения (опроса)

Пример вопросов:

Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности

1) О чем гласит «Аксиома о потенциальной опасности»?
2) Как влияют на человека опасные факторы?
3) Что является предметом БЖД?
4) Что такое идентификация опасностей?
5) Классифицируйте чрезвычайные ситуации?

Раздел 2. Обеспечение безопасных и комфортных условий жизнедеятельности

1) Назовите параметры микроклимата?
2) Как влияет недостаточное освещение на работоспособность?
3) На какие периоды делятся времена года, для нормирования параметров микроклимата?

Раздел 3. Чрезвычайные ситуации

1) Назовите классификацию ЧС природного характера.
2) Перечислите мероприятия защиты населения в условиях чрезвычайной ситуации.
3) Сколько классов пожаров существует?
4) Назовите 2 часто используемых вида огнетушителей.

Раздел 4. Основы военной службы (Юноши). Оказание первой медицинской помощи (Девушки).

Вопросы для устного обсуждения (опроса) (Юноши)

1) В каком году была принята действующая Конституция РФ?
2) С какого возраста Основные права и свободы человека и гражданина ему принадлежат?
3) Что создалось в целях обороны государства?
4) Что такое военная присяга?
5) Кто является главнокомандующим РФ?

Вопросы для устного обсуждения (Девушки)

1) Как отличить артериальное кровотечение от венозного?
2) Почему нельзя накладывать жгут на голое тело?

3) Какие существуют способы остановки артериального кровотечения кроме жгута?

4) Каковы признаки внутреннего кровотечения?

5) Что такое иммобилизация?

2. Тестирование:

2.1 Тестирование по 1 и 3 разделам проводится для определения степени усвоения материалов лекций, а также выполнения самостоятельной работы в рамках часов, отведенных на самостоятельную работу обучающихся. Тестовые задания, проводятся на занятиях.

Пример заданий для тестирования:

Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности

1. Выберите верный вариант ответа.

Какое утверждение выражает положение «Ни один вид деятельности не может быть абсолютно безопасным для человека»?

а) Принцип нормирования опасных факторов.

б) Аксиома о потенциальной опасности деятельности.

в) Принцип приоритетности коллективной защиты.

г) Принцип профессионального отбора работников.

2. Выберите верный вариант ответа.

Какая государственная система предназначена для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в Российской Федерации?

а) Система обеспечения пожарной безопасности.

б) Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

в) Система обязательного медицинского страхования.

г) Система государственного санитарно-эпидемиологического надзора.

3. Выберите верный вариант ответа.

Как называется совокупность предупредительных мер, направленных на исключение возможности возникновения пожаров и ограничение их последствий?

а) Пожарная профилактика.

б) Производственная санитария.

в) Аварийно-спасательное обеспечение.

г) Санитарно-гигиеническая профилактика.

4. Выберите верный вариант ответа.

Как называется процесс выявления опасностей, определения их источников и характеристик?

а) Нормирование опасных факторов.

б) Идентификация опасностей.

в) Ликвидация последствий аварии.

г) Компенсация профессионального риска.

5. Выберите верный вариант ответа.

Какое утверждение наиболее точно характеризует отличие техносферы от биосферы?

а) Техносфера включает территории и объекты, преобразованные человеком с помощью технических средств.

б) Техносфера включает природные экосистемы, не затронутые хозяйственной деятельностью.

в) Биосфера включает производственные объекты, а техносфера — природные сообщества.

г) Биосфера ограничивается сельскохозяйственными территориями, а техносфера — городскими.

Раздел 3. Чрезвычайные ситуации

1. Выберите верный вариант ответа.

Как называется комплекс аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых при возникновении ЧС для спасения людей, уменьшения ущерба и ограничения зоны её распространения?

а) Предупреждение чрезвычайных ситуаций.

б) Оповещение населения о чрезвычайной ситуации.

в) Ликвидация чрезвычайной ситуации.

г) Прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

2. Выберите верные варианты ответа.

К основным способам защиты населения в ЧС относятся:

а) Рассредоточение и эвакуация населения из опасной зоны.

б) Укрытие населения в защитных сооружениях.

в) Использование средств индивидуальной и медицинской защиты.

г) Учёт и оценка материального ущерба после чрезвычайной ситуации.

3. Установите соответствие между принципом организации защиты населения и его содержанием.

Принцип	Содержание
А. Заблаговременность подготовки	1. Подготовка сил, средств и защитных мероприятий до возникновения ЧС
Б. Дифференцированный	2. Первоочередное использование имеющихся на территории сил с привлечением

подход	дополнительных при необходимости
В. Территориальная организация реагирования	3. Учёт особенностей территории, населения и характерных опасностей

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В

4. Выберите верные варианты ответа.

Какие обязанности организаций в области защиты от чрезвычайных ситуаций установлены статьёй 14 Федерального закона № 68-ФЗ?

а) Планировать и осуществлять необходимые меры защиты работников и подведомственных объектов.

б) Обеспечивать подготовку работников к действиям в чрезвычайных ситуациях.

в) Финансировать мероприятия по защите работников и подведомственных объектов.

г) Устанавливать обязательные правила защиты от ЧС для всех организаций региона.

5. Выберите верные варианты ответа.

Какие явления не относятся к опасностям социального характера?

а) Распространение инфекционного заболевания.

б) Вооружённый конфликт.

в) Террористический акт.

г) Землетрясение.

2.2 Тестирование (с 1 по 4 разделы) проводится для определения степени усвоения материалов лекций, а также выполнения самостоятельной работы в рамках часов, отведенных на самостоятельную работу обучающихся, в СУО «Moodle».

Пример заданий для тестирования:

1.Выберите верные варианты ответа.

Какие факторы могут стать причинами техногенных аварий и катастроф?

а) Высокая степень износа производственного оборудования.

б) Повышение надёжности технических систем.

в) Нарушение требований безопасности и технологической дисциплины.

г) Недостаточная подготовка работников к безопасному выполнению работ.

2.Вставьте пропущенное словосочетание.

_____ — это обстановка на определённой территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

3. Установите соответствие между назначением средств индивидуальной защиты и их примерами.

Назначение	Примеры
А. Защита органов дыхания	1. Защитный плащ, защитный костюм
Б. Защита кожных покровов	2. Противошумные наушники, беруши
В. Защита органов слуха	3. Защитные очки
Г. Защита глаз	4. Респираторы, противогазы

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б	В	Г

4. Установите соответствие между видом защиты и перечисленными средствами.

К каждой категории подберите все соответствующие цифры.

Вид защиты	Средства
А. Средства коллективной защиты	1. Противорадиационное укрытие
Б. Средства индивидуальной защиты	2. Диэлектрические перчатки
	3. Самоспасатель, противогаз
	4. Быстровозводимое убежище
	5. Защитные очки, щиток сварщика
	6. Защитное ограждение движущихся частей оборудования
	7. Диэлектрические боты
	8. Местная вытяжная вентиляция
	9. Защитный костюм

5. Выберите верный вариант ответа.

Какое понятие обозначает состояние защищённости жизненно важных интересов человека от внутренних и внешних угроз?

а) Безопасность.

б) Информированность.

в) Опасность.

г) Уязвимость.

6. Выберите верный вариант ответа.

Какая пара мероприятий непосредственно направлена на защиту населения при возникновении ЧС?

а) Оповещение населения и его эвакуация из опасной зоны.

б) Обучение населения и разработка учебных программ.

в) Оценка ущерба и подготовка отчётной документации.

г) Анализ причин происшествия и пересмотр планов подготовки.

7. Установите последовательность действий при получении официального сообщения об угрозе паводка и необходимости эвакуации, при условии, что время позволяет выполнить подготовительные действия без угрозы жизни

1) Прослушать официальное сообщение и указания по эвакуации.

2) Собрать документы, необходимые лекарства и вещи первой необходимости.

3) Прибыть на указанный эвакуационный пункт и зарегистрироваться.

4) Закрыть окна и двери перед выходом.

5) При безопасной возможности отключить газ и электричество.

8. Установите последовательность действий при задымлении помещения, при условии, что путь эвакуации свободен, а безопасно позвонить можно после выхода.

1) Прикрыть рот и нос имеющейся под рукой тканью, не задерживая эвакуацию.

2) Из безопасного места позвонить по номеру 101 или 112, сообщить адрес, обстоятельства и свою фамилию.

3) Двигаться к выходу пригнувшись, при необходимости — на четвереньках.

4) Закрывать за собой двери, не запирая их на ключ.

9. Установите последовательность действий при поступлении сигнала «Террорист в здании», когда безопасная эвакуация невозможна, обучающиеся находятся в кабинете и действуют под руководством преподавателя.

1) По возможности быстро заблокировать дверь мебелью, выключить свет и звук телефонов, отключить вибрацию.

2) Тихо закрыть дверь на замок и выполнять указания преподавателя.

3) Укрыться вне видимости от двери и окон, сохранять тишину.

4) При безопасной возможности сообщить по номеру 112 адрес, номер кабинета и известные обстоятельства.

10. Выберите верные варианты ответа.

Какие меры допускаются в установленном законом порядке на территории, где введён правовой режим контртеррористической операции?

а) Проникновение уполномоченных лиц в помещения для осуществления мероприятий по борьбе с терроризмом.

б) Безвозмездное обращение личных автомобилей граждан в государственную собственность.

в) Установление сотрудниками произвольных наказаний за отказ отвечать на вопросы.

г) Бессрочное изъятие личного имущества без предусмотренного законом основания.

д) Ограничение движения транспортных средств и пешеходов.

11. Выберите верные варианты ответа.

Как следует действовать человеку, находящемуся в помещении во время операции по освобождению заложников?

а) При возможности лечь на пол вдали от окон и дверных проёмов.

б) Быстро двигаться навстречу сотрудникам, чтобы сообщить о себе.

в) Держать руки видимыми и выполнять команды сотрудников.

г) Поднимать найденные предметы, чтобы освободить проход. д) Избегать резких движений и не мешать действиям сотрудников.

12. Выберите верный вариант ответа.

Какое последствие характерно для длительного воздействия повышенного уровня шума?

а) Преимущественное раздражение кожи и слизистых оболочек.

б) Снижение работоспособности, раздражительность и риск нарушения слуха.

в) Нарушение теплоотдачи вследствие изменения влажности воздуха.

г) Утомление зрения вследствие недостаточной освещённости.

13. Выберите верный вариант ответа.

Какой набор показателей относится к параметрам микроклимата рабочего помещения?

а) Уровень шума, частота вибрации и звуковое давление.

б) Освещённость, яркость и коэффициент пульсации света.

в) Температура, относительная влажность и скорость движения воздуха.

г) Концентрация пыли, содержание газов и химический состав воздуха.

14. Выберите верный вариант ответа.

Как следует оказать первую помощь при носовом кровотечении у человека в сознании?

а) Уложить на спину и предложить глубоко дышать через нос.

б) Усадить, запрокинуть голову и приложить холод к переносице.

в) Усадить, слегка наклонить голову вперёд и непрерывно прижать крылья носа.

г) Уложить на бок и предложить регулярно высмаркиваться.

15. Установите соответствие между видом наружного кровотечения и его типичным признаком.

Вид кровотечения	Признак
А. Венозное	1 Алая кровь вытекает пульсирующей струёй
Б. Артериальное	2. Тёмная кровь вытекает непрерывным потоком

Запишите выбранные цифры под соответствующими буквами:

А	Б

16. Выберите верные варианты ответа.

Какие действия допустимы при оказании первой помощи при термическом ожоге?

а) Прекратить воздействие источника высокой температуры, обеспечив собственную безопасность.

б) Как можно раньше начать охлаждение обожжённого участка прохладной водой, не допуская общего переохлаждения.

в) Вскрыть пузыри и удалить прилипшие к ране фрагменты одежды.

г) После охлаждения закрыть повреждённый участок чистой неприлипающей повязкой.

17. Выберите верный вариант ответа.

На какие периоды делят год при нормировании параметров микроклимата?

а) На сухой и влажный.

б) На тёплый и холодный.

в) На отопительный и межотопительный.

г) На летний и переходный.

18. Выберите верный вариант ответа.

Как называется фактор, воздействие которого может привести к травме или смерти человека?

а) Вредный фактор.

б) Опасный фактор.

в) Допустимый фактор.

г) Нейтральный фактор.

19. Выберите верный вариант ответа.

Что понимают под техногенными опасностями?

а) Опасности, возникающие преимущественно в социальных отношениях.

б) Опасности, обусловленные природными процессами и явлениями.

в) Опасности, источниками которых являются технические системы и объекты техносферы.

г) Опасности, связанные преимущественно с распространением возбудителей заболеваний.

20. Выберите верный вариант ответа.

Какое действие относится к первичной разведке зоны чрезвычайной ситуации?

а) Восстановление объектов до их исходного состояния.

б) Оценка обстановки, масштаба разрушений и сохраняющихся опасностей.

в) Назначение компенсаций пострадавшим гражданам.

г) Подготовка итогового отчёта о восстановительных работах.

21. Выберите верный вариант ответа.

Как называются параметры микроклимата, обеспечивающие наиболее благоприятное тепловое состояние человека?

а) Допустимые.

б) Предельные.

в) Оптимальные.

г) Критические.

22. Выберите верный вариант ответа.

К какой группе факторов относятся шум, вибрация и электромагнитное излучение?

а) Химические.

б) Биологические.

в) Физические.

г) Психофизиологические.

23. Выберите верный вариант ответа.

Какие действия следует предпринять при подозрении на солнечный или тепловой удар?

а) Укрыть пострадавшего тёплой одеждой и предложить горячее питьё.

б) Переместить в прохладное место, вызвать помощь, начать охлаждение и контролировать сознание и дыхание.

в) Предложить продолжить движение в умеренном темпе для восстановления кровообращения.

г) Дать крепкий кофе и оставить пострадавшего отдыхать без наблюдения.

24. На радиационно-опасном объекте произошла авария. Какое мероприятие необходимо произвести для удаления с объектов радиоактивных веществ?

а) дегазация;

б) дезактивация;

в) дезинфекция;

г) детоксикация.

25. Вставьте пропущенное словосочетание.

_____ – это такой уровень риска, с которым общество в целом готово мириться ради получения определенных благ или выгод.

3. Выполнение практических работ

Задания для практических работ, теоретический и методический материал для самостоятельного изучения представлены в методических указаниях к практическим занятиям.

Пример задания:

Произвести замеры параметров в рабочей аудитории. Определить оптимальные и допустимые величины параметров, класс и напряженность своего трудового процесса. Ответить на контрольные вопросы:

1) Что такое микроклимат?

2) Какими приборами измеряется микроклимат помещений?