

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Мурманский арктический государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «МАГУ»)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.04 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

(название дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом)

**основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки**

**49.03.01 Физическая культура.**

**Направленность (профиль) Тренер, инструктор-методист**

(код и наименование направления подготовки  
с указанием направленности (наименования магистерской программы))

**высшее образование – бакалавриат**

уровень профессионального образования: высшее образование – бакалавриат / высшее образование –  
специалитет, магистратура / высшее образование – подготовка кадров высшей квалификации

**бакалавр**

квалификация

**заочная**

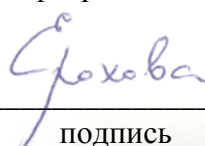
форма обучения

**2020**

год набора

**Составитель(и):** (указывается ФИО,  
ученое звание, степень, должность)  
Троценко А.А., кандидат  
биологических наук, доцент кафедры  
физической культуры, спорта и  
безопасности жизнедеятельности

Утверждена на заседании кафедры  
физической культуры, спорта и безопасности  
жизнедеятельности факультета  
физической культуры  
и безопасности жизнедеятельности  
(протокол № 9 от 20.05.2020 г.)  
Переутверждена на заседании кафедры  
ФКСиБЖД факультета физической культуры  
и безопасности жизнедеятельности  
(протокол № 9 от 24.03.2021 г., № 12 от  
28.06.2021 г., № 9 от 11.05.2022 г.)  
Зав. кафедрой

  
подпись

Ерохова Н.В.  
Ф.И.О.

**1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)** - сформировать у студентов представление о неразрывном единстве эффективной профессиональной деятельности с требованиями к безопасности и защищенности человека.

**2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

В результате освоения дисциплины (модуля) формируются следующие компетенции:

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.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

<b>Компетенция</b>	<b>Индикаторы компетенций</b>	<b>Результаты обучения</b>
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	УК-8.1. Обеспечивает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами. УК-8.2. Оценивает степень потенциальной опасности и использует средства индивидуальной и коллективной защиты	Знать: - государственную политику в области подготовки и защиты населения от опасных, чрезвычайных ситуаций, терроризма; - пути формирования и свойства личности безопасного типа поведения; - принципы обеспечения безопасности.
		Уметь: - применять полученные теоретические знания на практике, в повседневной жизни; - применять практические навыки обеспечения безопасности в опасных ситуациях, возникающих в учебном процессе и повседневной жизни; - грамотно организовывать работу с родителями по вопросам поведения детей в быту; - формировать у учащихся психологическую устойчивость поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях.
		Владеть: - законодательными и

		<p>правовыми актами в области безопасности и охраны окружающей среды;</p> <p>- требованиями к безопасности технических регламентов в сфере профессиональной деятельности;</p> <p>- способами и технологиями защиты в чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- понятийно-терминологическим аппаратом в области безопасности.</p>
--	--	---

### 3. УКАЗАНИЕ МЕСТА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

Дисциплина (модуль) «Безопасность жизнедеятельности» относится к обязательной части программы.

### 4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы или 108 часов (из расчета 1 ЗЕТ= 36 часов).

Курс	Семестр	Трудоемкость в ЗЕТ	Общая трудоемкость (час.)	Контактная работа			Всего контактных часов	Из них в интерактивной форме	Кол-во часов на СРС		Курсовые работы	Кол-во часов на контроль	Форма контроля
				ЛК	ПР	ЛБ			Общее количество часов на	из них – на курсовую работу			
1	2	3	108	4	6	-	10	2	94	-	-	4	зачет
<b>ИТОГО в соответствии с учебным планом</b>													
<b>Итого:</b>	<b>3</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>94</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>зачет</b>	

Интерактивная форма реализуется в виде дискуссий.

### 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Контактная работа			Всего контактных часов	Из них в интерактивной	Кол-во часов на СРС	Кол-во часов на контроль
		ЛК	ПР	ЛБ				
1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	-	0,5	-	0,5	-	9	-
2	Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий	0,5	0,5	-	1	-	9	-
3	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий	0,5	0,5	-	1	-	9	-
4	Чрезвычайные ситуации социального характера и защита населения от их последствий	0,5	0,5	-	1	-	9	-
5	Проблемы национальной и международной безопасности Российской Федерации	0,5	0,5	-	1	-	9	-
6	Террорология	0,5	0,5	-	1	-	10	-
7	Гражданская оборона и ее задачи	0,5	1	-	1,5	1	9	-
8	Безопасность жизнедеятельности на производстве	0,5	1	-	1,5	1	9	-
9	Негативные факторы среды обитания	0,5	0,5	-	1	-	10	-
10	Первая медицинская помощь	-	0,5	-	0,5	-	11	-
	<b>Итого за 2 семестр:</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>94</b>	<b>-</b>
	<b>Зачет</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>94</b>	<b>4</b>

### Содержание дисциплины (модуля)

#### Тема 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности

Объект, предмет, методология, теория и практика безопасности. Безопасность и теория риска. Безопасность в различных сферах жизнедеятельности. Критерии чрезмерного и приемлемого риска

#### Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий

Понятие о чрезвычайной ситуации (ЧС) природного характера. Классификация, закономерности, проявления. Геологические чрезвычайные ситуации. Природные пожары. Метеорологические чрезвычайные ситуации. Гидрологические и морские опасности. Биологические чрезвычайные ситуации. Космические и гелеофизические

чрезвычайные ситуации (ЧС).

### **Тема 3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий**

Понятие о чрезвычайных ситуациях (ЧС) техногенного характера. Классификация, закономерности проявления ЧС техногенного характера. Аварии с выбросом (угрозой выброса) химически, биологически опасных веществ. Аварии с выбросом (угрозой выброса) радиоактивных веществ. Гидродинамические аварии. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Чрезвычайные ситуации (ЧС) на транспорте.

### **Тема 4. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита населения от их последствий**

Понятие о чрезвычайных ситуациях социального характера. Классификация, закономерности проявления. Чрезвычайные ситуации военного времени. Опасные ситуации криминогенного характера. Экономическая, информационная и продовольственная безопасность.

### **Тема 5. Проблемы национальной и международной безопасности Российской Федерации**

Национальные интересы России. Организация мероприятий по обеспечению безопасности в образовательном учреждении. Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации.

### **Тема 6. Террорология**

Современный терроризм. Методы борьбы и профилактика. Психологические портреты террориста и его жертвы. Политические, экономические, социокультурные и психологические истоки и корни терроризма. Краткая история террористических движений. Основные национальные и международные законодательные акты по борьбе с терроризмом. Анализ специфики национально-этнического и религиозного аспектов противодействия терроризму. Противодействие терроризму и средства массовой информации. Методы манипуляции общественным сознанием со стороны террористов. Социально-психологическая защита от терроризма.

### **Тема 7. Гражданская оборона и ее задачи**

Гражданская оборона и ее основные задачи. Организация защиты населения в мирное и военное время. Организация эвакуационных мероприятий в мирное и военное время. Защитные сооружения гражданской обороны. Средства индивидуальной защиты. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях. Действие учителя и учащихся в чрезвычайных ситуациях различного характера.

### **Тема 8. Безопасность жизнедеятельности на производстве**

Предмет, понятия, основные задачи безопасности жизнедеятельности на производстве. Основные законодательства Российской Федерации об охране труда. Техника безопасности на производстве. Производственная санитария, гигиена труда и личная гигиена.

### **Тема 9. Негативные факторы среды обитания**

Условия и факторы обитаемости. Световой и воздушно-тепловой режимы помещений. Вибрация и шум. Электрический ток, электробезопасность, молниезащита. Электромагнитные поля и излучения.

## Тема 10. Первая медицинская помощь

Понятие о первой медицинской помощи и ее объемах в чрезвычайных ситуациях различного характера. Оказание первой медицинской помощи в терминальных состояниях. Оказание первой медицинской помощи при ранениях и кровотечениях. Оказание первой медицинской помощи при термических повреждениях. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.

### 6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМОГО ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).

#### Основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / В. П. Соломин [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 399 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/432030>
2. *Беляков, Г. И.* Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда в 2 т. Том 1 : учебник для академического бакалавриата / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 404 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/432024> (дата обращения: 06.09.2019).
3. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 313 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/431714>

#### Дополнительная литература:

4. Курдюмов, В. И. Безопасность жизнедеятельности: проектирование и расчет средств обеспечения безопасности : учебное пособие для академического бакалавриата / В. И. Курдюмов, Б. И. Зотов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 257 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/437820>
5. Бочарова, Н. И. Методика обучения безопасности жизнедеятельности. Обучение выживанию : учебное пособие для академического бакалавриата / Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 174 с. Режим доступа: <https://biblio-online.ru/bcode/424725>

### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В образовательном процессе используются:

– учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения (учебная мебель, ПК, оборудование для демонстрации презентаций, наглядные пособия, соответствующие разделам рабочей учебной программы дисциплины, ростомер со стулом РМ-2, кости черепа (смонтированные), скелет человека, торс человека разборный, модель сердца, модель глазного яблока, планшеты по анатомии человека, тонометры);

– помещения для самостоятельной работы обучающихся (мебель, компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду МАГУ).

#### 7.1 ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ:

7.1.1. Лицензионное программное обеспечение отечественного производства:

- Kaspersky Anti-Virus

7.1.2. Лицензионное программное обеспечение зарубежного производства:

- MS Office;
- Windows 7 Professional;
- Windows 10

7.1.3. Свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства:

- 7Zip;
- DJVuReader;
- FAR Manager

7.1.4. Свободно распространяемое программное обеспечение зарубежного производства:

- Adobe Reader;
- FlashPlayer;
- K-Lite\_Codec\_Pack;
- Mozilla FireFox;
- VLC

## **7.2 ЭЛЕКТРОННО-БИБЛИОТЕЧНЫЕ СИСТЕМЫ:**

1. ЭБС «Издательство Лань» [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система / ООО «Издательство Лань». – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>;

2. ЭБС «Электронная библиотечная система ЮРАЙТ» [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/>;

3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [Электронный ресурс]: электронно-периодическое издание; программный комплекс для организации онлайн-доступа к лицензионным материалам / ООО «НексМедиа». – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/>.

## **7.3 СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ**

1. Информационно-аналитическая система SCIENCE INDEX
2. Электронная база данных Scopus

## **7.4. ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ**

1. Справочно-правовая информационная система Консультант Плюс  
<http://www.consultant.ru/>

2. ООО «Современные медиа технологии в образовании и культуре».  
<http://www.informio.ru/>

## **8. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И МАТЕРИАЛЫ НА УСМОТРЕНИЕ ВЕДУЩЕЙ КАФЕДРЫ**

Не предусмотрено.

## **9. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ЛИЦ С ОВЗ**

Для обеспечения образования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья реализация дисциплины может осуществляться в адаптированном виде, с учетом специфики освоения и дидактических требований, исходя из индивидуальных возможностей и по личному заявлению обучающегося.

