

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)**

Педагогический институт



М.В. Артамонова

2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**направление подготовки / специальность  
44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

**направленность (профиль) подготовки  
Психология и социальная педагогика**

г. Владимир  
2022 г.

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является формирование у студентов 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.

Задачи курса:

-изучить теоретические основы и практику обеспечения безопасности жизнедеятельности в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального происхождения;

-изучить теории риска и факторы, обуславливающие возникновение чрезвычайных ситуаций;

-ознакомить студентов с Российской системой предупреждения чрезвычайных ситуаций и ее задачами, другими организациями, обеспечивающими безопасность жизнедеятельности населения;

-изучить теории риска и факторы, обуславливающие возникновение чрезвычайных ситуаций;

-дать студентам представление о прогнозировании чрезвычайных ситуаций и их последствий, об основных способах, средствах и методах индивидуальной и коллективной защиты в чрезвычайных ситуациях;

-подготовить высокопрофессиональных специалистов, умеющих действовать в условиях чрезвычайных ситуаций различного характера.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к обязательной части учебного плана. Изучается дисциплина в третьем семестре.

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций).

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 Знает виды физических упражнений; научно-практические основы физической культуры и здорового образа жизни. УК-7.2. Умеет применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, использовать средства и методы	1) знает: -основные принципы и закономерности основ здорового образа жизни; -основные компоненты здоровья; -технологии обучения, направленные на здоровьесбережение,  2) умеет: -формировать образовательную среду	Практико-ориентированные задания

	<p>физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни.</p> <p>УК-7.3. Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования.</p>	<p>в целях достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-поддерживать достаточный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;</li> <li>-применять здоровьесберегающие технологии обучения в образовательном процессе,</li> </ul> <p>3)владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-содержательной интерпретацией и адаптацией теоретических знаний для решения образовательных задач;</li> <li>-конструктивными умениями как одним из главных аспектов профессиональной культуры будущего учителя;</li> <li>-материалом учебной дисциплины на уровне, позволяющем формулировать и решать задачи, возникающие в ходе учебной деятельности;</li> <li>-навыками соблюдения принципов здорового образа жизни.</li> </ul>	
<p>УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности</p>	<p>УК-8.1. Знает причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; основы безопасности жизнедеятельности, телефоны служб спасения.</p>	<p>1) знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия дисциплины, основные направления и методы по защите граждан от опасностей природного, техногенного и социального характера;</li> </ul>	<p>Тестовые задания</p>

<p>безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновения и чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>УК-8.2. Умеет поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>УК-8.3. Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками применения основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций .</p>	<p>-общие закономерности, признаки, причины и последствия опасностей;</p> <p>-психологические основы безопасности;</p> <p>- теоретические основы диагностики функционального состояния организма человека;</p> <p>-признаки неотложных состояний;</p> <p>-методы оказания первой медицинской помощи пострадавшим,</p> <p>2) умеет:</p> <p>-оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности для учащегося и принимать меры по ее предупреждению в условиях образовательного учреждения;</p> <p>-применять полученные умения и навыки в целях обеспечения безопасности учащихся и воспитанников;</p> <p>-распознавать признаки нарушения здоровья;</p> <p>-оказывать первую помощь при травмах, ранах, ожогах, кровотечениях;</p> <p>-проводить простейшие реанимационные действия,</p> <p>3) владеет:</p> <p>-профессиональным языком данной предметной области знаний, аналитическими умениями в области выявления и оценки</p>	
--	--	---	--

		<p>различных видов опасностей;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-общими методами и принципами решения задач безопасности в собственных интересах, обучающихся и образовательного учреждения;</li><li>-приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях.</li></ul>	
--	--	---	--

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоёмкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа

##### Тематический план форма обучения – очная

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Контактная работа обучающихся с педагогическим работником				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	в том числе в форме практической подготовки		
1.	Теоретические основы безопасности. Человек и среда обитания.	3	1, 2	2	2			4	
2.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	3	3, 4	2	2			5	
3.	Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях	3	5-12	8	8			10	рейтинг-контроль 1
4.	Психофизиологические и эргономические основы безопасности	3	13-16	4	2			10	рейтинг-контроль 2
5.	Гражданская оборона и ее значение.	3	17-18	2	4			7	рейтинг-контроль 3
<b>Всего за 3 семестр</b>				<b>18</b>	<b>18</b>			<b>36</b>	<b>зачет</b>
<b>Итого по дисциплине</b>				<b>18</b>	<b>18</b>			<b>36</b>	<b>зачет</b>

### **Содержание лекционных занятий по дисциплине**

**Тема «Теоретические основы безопасности. Человек и среда обитания» (2ч.).** Введение в безопасность. Характерные системы «человек - среда обитания». Производственная, городская, бытовая, природная среда. Взаимодействие человека со средой обитания. Понятия «опасность», «безопасность». Виды опасностей: природные, антропогенные, техногенные, глобальные. Системы безопасности. Экологическая, промышленная, производственная безопасности. Вред, ущерб, риск – виды и характеристики. Безопасность и устойчивое развитие. Значение безопасности в современном мире. Принципы обеспечения безопасности. Аксиомы безопасности жизнедеятельности. Место и роль безопасности в предметной области и профессиональной деятельности. Влияние негативных факторов на безопасность жизнедеятельности человека в среде обитания. Культура безопасности. Значение культуры безопасности на современном этапе развития общества. Безопасность в системе образования. БЖ как учебная дисциплина и ее роль для воспитания человека.

**Тема «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Организация и функционирование РСЧС» (2ч.).**

Цели и задачи РСЧС, структура, режимы функционирования. Комиссии по чрезвычайным ситуациям органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления, их задачи. Силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Социальная защита пострадавших в чрезвычайных ситуациях. Законодательные нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности. Способы и мероприятия по защите населения в ЧС. Коллективные и индивидуальные средства защиты.

**Тема «Чрезвычайные ситуации. Поражающие факторы чрезвычайных ситуаций.**

**Чрезвычайные ситуации техногенного характера: пожары и взрывы, аварии с выбросом (выливом) АХОВ» (2ч.).** Классификация чрезвычайных ситуаций. Основные этапы в развитии ЧС. Поражающие факторы ЧС. Классификация ЧС техногенного характера. Основы пожарной безопасности. Аварии и выбросом (выливом) АХОВ. Классификация АХОВ по характеру воздействия на организм человека.

**Тема «Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационно-опасных объектах, гидродинамические аварии, транспортные аварии» (2ч.).**

Гидродинамические аварии, поражающие факторы, безопасное поведение. Аварии на радиационно-опасных объектах. Основные этапы обеспечения радиационной безопасности. Транспортные аварии. Профилактика дорожно-транспортных происшествий.

**Тема «Чрезвычайные ситуации природного происхождения» (2ч.).** Классификация ЧС природного характера. Опасное природное явление. Стихийное бедствие. Основные закономерности ЧС природного происхождения. ЧС геофизического и геологического происхождения. ЧС гидрологического происхождения. Природные пожары. ЧС метеорологического происхождения. Поражающие факторы ЧС природного происхождения, безопасное поведение. Нарушение экологического равновесия. Чрезвычайные ситуации экологического характера.

**Тема «Чрезвычайные ситуации социального происхождения. Дестабилизирующие факторы современности» (2ч.).**

Классификация ЧС социального происхождения. Классификация, закономерности, проявления. Дестабилизирующие факторы современности: религиозные секты, миграция населения, экстремизм и терроризм. Законодательная и нормативная база в борьбе с экстремизмом и терроризмом. Наркотизация молодежи серьезная угроза социального

происхождения. Проблемы национальной и международной безопасности Российской Федерации.

**Тема «Безопасное поведение при вынужденном автономном существовании» (2ч.).**

Основные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования. Факторы выживания. Основные способы ориентирования. Основные способы добывания воды в условиях вынужденного автономного существования. Способы добывания огня. Экстремальные ситуации в природных условиях. Сооружение временного убежища. Ядовитые и лекарственные растения Владимирской области. Опасные растения и животные Владимирской области. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях в условиях природной среды. Поисково-спасательные отряды Владимирской области.

**Тема «Психофизиологические и эргономические основы безопасности» (2ч.)**

Психические процессы, свойства и состояния, влияющие на безопасность. Психические процессы: память, внимание, восприятие, мышление, чувства, эмоции, настроение, воля, мотивация. Психические свойства: темперамент, характер, психологические и физиологические особенности людей. Психические состояния: длительные, временные, периодические. Профессиограмма. Инженерная психология. Психодиагностика, профессиональная ориентация. Эргономика как наука о правильной организации человеческой деятельности.

**Тема «Влияние личностных и индивидуальных особенностей людей на поведение в экстремальных ситуациях» (2ч.)** Личностные и индивидуальные особенности, влияющие на безопасность. Стресс. Виды стресса. Влияние стресса на здоровье. Психическая напряженность. Чрезмерные формы психического напряжения. Посттравматические стрессовые состояния. Реакции организма на экстремальные ситуации. Психологическая помощь пострадавшим в ЧС и людям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Неврозы, классификация, первая помощь. Влияние алкоголя, наркотических и психотропных средств на безопасность. Основные психологические причины ошибок и создания опасных ситуаций. Особенности групповой психологии. Изучение индивидуально-психологических характеристик личности безопасного типа. Изменения психической деятельности в чрезвычайных ситуациях. Основные направления психологической помощи пострадавшим в ЧС.

**Тема «Гражданская оборона и ее значение» (2ч.).** Основные этапы создания гражданской обороны. Значение гражданской обороны в обеспечении безопасности населения от опасностей мирного и военного времени. Гражданские организации гражданской обороны. Силы и средства гражданской обороны. Основные задачи гражданской обороны. Обеспечение населения индивидуальными и коллективными средствами защиты. Организация занятий. Функциональные обязанности и подготовка начальника ГО, начальника штаба ГО, должностных лиц и личного состава.

**Содержание практических занятий по дисциплине**

**Тема «Теоретические основы безопасности. Адаптация человека к условиям окружающей среды» (2ч).** Обсуждение вопросов по проблемам безопасности. Выполнение лабораторной работы. Определение степени адаптации организма человека к условиям среды обитания, включающие особенности профессии, отдыха, питания, климатические и экологические условия, с помощью расчета величины собственного адаптационного потенциала. Оценив полученную величину, студенты делают выводы и составляют индивидуальные рекомендации для улучшения резервных возможностей организма.

Для выявления признаков наличия или отсутствия утомления применяется тест «индивидуальной минуты». Дается сигнал начала отсчета времени и испытуемому



предлагается определить момент окончания минуты, а преподаватель в это время включает секундомер. Любое недомогание, а тем более заболевание, ведет к уменьшению длительности «индивидуальной минуты», что является хорошим прогностическим признаком.

Для оценки тренированности сердечно - сосудистой системы к выполнению физической нагрузки, оценки ее резервных возможностей можно рассчитать коэффициент выносливости по формуле Руффье

#### **Тема «Организация и функционирование РСЧС» (2ч.).**

Обсуждение вопросов: Организация и функционирование РСЧС. Цели и задачи РСЧС, структура, режимы функционирования. Комиссии по чрезвычайным ситуациям органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления, их задачи. Силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Социальная защита пострадавших в чрезвычайных ситуациях. Законодательные нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности. Защита презентаций и рефератов.

**Тема «Безопасность и защита человека в ЧС. Пожарная безопасность. Профилактика пожара в учебном заведении» (2ч.).** Изучение причин возникновения пожаров, ознакомление с первичными мерами пожарной безопасности, способами и средствами тушения пожаров, изучение устройств и правил пользования первичными средствами пожаротушения. Разработка алгоритма действий студентов при возникновении пожара. Анализ ситуативных задач и конкретных ситуаций. Оказание первой помощи пострадавшим при обширных и глубоких ожогах и отравлении угарным газом. Защита презентаций и реферативных работ.

**Тема «Средства индивидуальной защиты органов дыхания при ЧС» (2ч.).** Изучение принципов действия и устройства средств индивидуальной защиты органов дыхания: гражданских фильтрующих противогазов ГП-5, ГП-7, респираторов, ватно-марлевой повязки. Изучение вопросов защиты противогазов и респираторов от АХОВ, назначение и способы применения дополнительных патронов газовых (ДПГ-1; ДПГ-3); медицинских средств защиты: индивидуальной аптечки медицинской-АИ-2, индивидуального перевязочного пакета, индивидуального противохимического пакета. Анализ ситуативных задач и конкретных ситуаций. Защита презентаций и реферативных работ.

#### **Тема « Оказание первой помощи пострадавшим в ЧС. Способы транспортировки пострадавших» (2ч.).**

Отработка навыков оказания первой помощи пострадавшим в ЧС, у которых имеются травмы и повреждения: термические ожоги и отравление угарным газом; закрытый перелом конечности и черепно-мозговая травма; открытый перелом конечности и вывих локтевого сустава. Отработка навыков первой медицинской помощи при наружных и внутренних кровотечениях, применяя разные способы остановки кровотечений методом пальцевого прижатия, максимального сгибания конечности, наложения давящей повязки, жгутом, жгутом – закруткой. Изучение основных способов транспортировки пострадавших: на руках, на носилках, с помощью лямок. Для выполнения заданий организуется групповая работа студентов. Анализ ситуативных задач и конкретных ситуаций. Закрепление навыков по оказанию экстренной реанимационной помощи.

#### **Тема «Безопасное поведение при вынужденном автономном существовании» (2ч.).**

Основные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования. Факторы выживания. Экстремальные ситуации в природных условиях. Ядовитые и лекарственные растения Владимирской области. Опасные растения и животные Владимирской области. Отработка навыков по ориентированию на местности: по компасу, по

солнцу и часам, по квартальным столбам, звездам, природным признакам. Решение ситуативных задач и анализ конкретных ситуаций.

Оказание первой помощи пострадавшим в экстремальных ситуациях в природной среде. Защита презентаций и реферативных работ.

Имитационная игра «Авиакатастрофа в пустыне».

Имитационная игра «Авиакатастрофа в тундре».

**Тема «Исследование психологических характеристик человека» (2ч.).**

Оценка уровня личностной и ситуативной тревожности с помощью выполнения психологического теста. Написание заключения, которое должно включать рекомендации по коррекции уровня тревожности в случае высоких и низких показателей.

Определение типа темперамента. В индивидуальных заключениях должна быть оценка уровневых характеристик показателей каждого испытуемого: экстраверсия, интроверсия, нейротизм.

Тренинг «Аукцион», цель которого, заинтересовать участников в обсуждении темы «Стресс».

Тренинг «Методика самооценки студента», цель которого определение уровня самооценки и интерпретации результатов тестирования. Степень адекватности самооценки педагога имеет большое влияние на развитие эмоциональной напряженности в педагогической деятельности. Защита презентаций и реферативных работ.

**Тема «Психологические особенности поведения человека в экстремальной ситуации»**

**(2ч.).** Изучение индивидуально-психологических характеристик личности безопасного типа. Изменения психической деятельности в чрезвычайных ситуациях. Основные направления психологической помощи пострадавшим в ЧС. Выполнение контрольных тестовых заданий. Выполнение практической работы «Определение стрессоустойчивости личности».

**Тема «Гражданская оборона и ее значение» (2ч.).** Изучение теоретических вопросов.

Основные этапы создания гражданской обороны. Значение гражданской обороны в обеспечении безопасности населения от опасностей мирного и военного времени.

Гражданские организации гражданской обороны. Силы и средства гражданской обороны.

Основные задачи гражданской обороны. Обеспечение населения индивидуальными и коллективными средствами защиты. Анализ ситуативных задач и конкретных ситуаций.

Закрепление навыков по оказанию первой медицинской помощи и применению средств защиты при возникновении ЧС. Защита презентаций и реферативных работ.

## **5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **5.1. Текущий контроль успеваемости**

#### **Рейтинг-контроль 1.**

1. Понятия «опасность», «безопасность», «среда обитания», «безопасность жизнедеятельности», «чрезвычайная ситуация», «культура безопасности».
2. Принципы обеспечения безопасности.
3. Особенности и механизмы адаптации организма к окружающей среде.
4. Классификация опасных и вредных факторов среды.

5. Аксиома о потенциальной опасности деятельности.
6. Производственная, городская, бытовая, природная среда.
7. Культура безопасности.
8. Основные компоненты культуры безопасности.
9. Цели и задачи РСЧС, структура, режимы функционирования.
10. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.
11. Классификация чрезвычайных ситуаций.
12. Основные этапы в развитии ЧС.
13. Поражающие факторы ЧС.
14. Формирование мотивации к безопасности.

### **Рейтинг- контроль 2.**

- 1.Классификация ЧС техногенного характера.
- 2.Поражающие факторы пожара.
- 3.Первичные средства пожаротушения.
- 4.Алгоритм действий студентов при возникновении пожара в учебном заведении.
- 5.Первая помощь пострадавшим при ожоговом шоке и отравлении угарным газом.
- 6.Классификация АХОВ по характеру воздействия на организм человека и по способам поступления в организм.
- 7.Безопасное поведение в случае аварии с выбросом (выливом) АХОВ.
- 8.Гидродинамическая авария.
- 9.Ионизирующее излучение.
- 10.Этапы взаимодействия ионизирующего излучения с веществом.
- 11.Обеспечение радиационной безопасности.
- 12.Профилактика дорожно-транспортных происшествий.
- 13.Индивидуальные средства защиты органов дыхания.
15. Коллективные средства защиты в ЧС.

**Рейтинг - контроля №3.**

- 1.ЧС природного характера. Основные закономерности ЧС природного характера.
- 2.ЧС геофизического и геологического происхождения.
- 3.ЧС гидрологического характера.
4. Природные пожары.
5. Дестабилизирующие факторы современности: религиозные секты, миграция населения.
6. Экстремизм и терроризм.
7. Экстремальные ситуации в природных условиях.
8. Основные способы ориентирования.
9. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях в условиях природной среды.
10. Личностные и индивидуальные особенности, влияющие на безопасность.
11. Стресс. Виды стресса. Влияние стресса на здоровье.
12. Реакции организма на экстремальные ситуации.
13. Психологическая помощь пострадавшим в ЧС.
14. Основные задачи гражданской обороны.
- 15.Гражданские организации гражданской обороны.
- 16.Обеспечение населения индивидуальными и коллективными средствами защиты.
- 17.Оказание первой помощи пострадавшим в ЧС (десмургия, иммобилизация, реанимация, неотложные состояния).

**5.2. Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (зачёт)****Вопросы к зачету по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»**

1. Правовые, нормативно - технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
2. Классификация факторов опасности в зависимости от источников в системе «человек-среда обитания».

3. Классификация опасностей в системе «человек - среда обитания». Характер воздействия опасностей на жизнедеятельность человека.
4. Причины возникновения опасностей в системе «человек-среда обитания».
5. Влияние вредных веществ на среду обитания. Допустимые уровни их воздействия.
6. Действие вибраций и шума на организм человека. Защита от вибраций и шума.
7. Действие статических электрических и магнитных полей на организм человека и защита от них.
8. Воздействие электрического тока на организм человека.
9. Основные поражающие факторы огня. Защита от пожаров.
10. Взрыв и его характерные особенности. Защита от последствий взрыва.
11. Поражающие факторы ЧС.
12. Характеристика анализаторов человека с точки зрения безопасности.
13. Город как источник опасности.
14. Экстремальные ситуации в природных условиях.
15. Вынужденное автономное существование. Правила безопасного поведения.
16. Характеристика ЧС природного характера.
17. Классификация ЧС техногенного характера.
18. Классификация ЧС экологического характера.
19. Опасности, связанные с психическим воздействием.
20. Экономическая и информационная безопасность.
21. Психологические и нравственные аспекты защиты от преступников.
22. Психические процессы, влияющие на безопасность.
23. Психические состояния, влияющие на безопасность.
24. Задачи, структура гражданской обороны.
25. РСЧС: задачи, структура, режимы функционирования.
26. Индивидуальные средства защиты органов дыхания.
27. Коллективные средства защиты в ЧС.
28. Эвакуация и рассредоточение.
29. Национальная безопасность РФ.
30. Государственное управление в ЧС.
31. Структура и органы управления ГО.

32. Психологическая помощь пострадавшим.
33. Характеристика ЧС социального характера.
34. Национальные интересы России.
35. Современный терроризм.
36. Организация мероприятий по обеспечению безопасности в образовательном учреждении.
37. Обеспечение национальной безопасности РФ.
38. Космические ЧС.
39. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения.
40. Чрезвычайные ситуации военного времени.
41. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.
42. Принципы обеспечения безопасности.
43. Культура безопасности. Основные компоненты.
44. Профилактика пожара в учебном заведении.
45. Опасные растения и животные Владимирской области.
46. Автономное выживание в условиях природной среды.

### **5.3. Самостоятельная работа обучающегося**

#### **Вопросы для самостоятельного изучения**

1. Государственное управление в чрезвычайных ситуациях.
2. Опасности, связанные с физическим насилием.
3. Последствия проявления опасностей на здоровье и жизнь человека.
4. Формы антропогенного воздействия человека на биосферу.
5. Основные принципы и направления охраны окружающей среды.
6. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека.
7. Статистика пожаров на объектах с массовым пребыванием людей.
8. Основные причины и источники опасностей, вызывающие опасные природные явления.
9. Воздействие электрического тока на организм человека.
10. Влияние алкоголя на безопасность.

11. Влияние наркотических и психотропных средств на безопасность.
12. Психогенные реакции и их характеристика.
13. Классификация условий труда по показателям тяжести и напряженности.
14. Эргономика как наука о правильной организации человеческой деятельности.
15. Производственная, городская, бытовая, природная среда.
16. Национальная безопасность.
17. Промышленная безопасность.
18. Аварии на коммунально-энергетических системах.
19. Космические аварии.
20. Биологические ЧС.
21. Безопасность в системе образования.
22. Электромагнитное излучение и безопасность.
23. Город как источник опасности.
24. Вибрация и шум. Способы защиты.
25. Экономическая и информационная безопасность.

### **Темы рефератов**

1. Виды и опасностей и характер воздействия опасностей в системе «человек – среда обитания».
2. Влияние негативных факторов среды обитания на жизнедеятельность человека.
3. Безопасное поведение в городе и быту.
4. Безопасное поведение в городском транспорте.
5. Безопасное поведение в ЧС природного характера.
6. Безопасное поведение в ЧС техногенного характера.
7. Проблема суицидов у детей и подростков.
8. Роль гражданской обороны по защите населения от опасностей.
9. Психологическая помощь пострадавшим в ЧС.
10. Реакции организма на экстремальные ситуации.
11. Особенности поведения человека в экстремальных и опасных ситуациях.

12. Современные способы защиты населения от оружия массового поражения.
13. Законодательство Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.
14. Влияние вредных веществ на среду обитания.
15. Внешнее и внутреннее облучение.
16. Электромагнитное излучение.
17. Шумовое загрязнение окружающей среды.
18. Коллективные средства защиты.
19. Индивидуальные средства защиты.
20. Терроризм и его проявления.
21. Психологические аспекты здорового образа жизни.
22. Опасности, связанные с психическим воздействием на человека.
23. Психологические приемы самозащиты.
24. Оповещение о ЧС.
25. Вредные вещества, характеристика по классам опасности.
26. Основные загрязнители почв, влияние на здоровье.
27. Влияние качества воды на здоровье человека.
28. Опасные растения и животные Владимирской области.
29. Основные типы акцентуаций характера.
30. Психогенные реакции и их характеристика.
31. Описание ЧС в произведениях художественной литературы, произведениях искусства.
32. Выживание в условиях природной среды.
33. Стресс. Профилактика неблагоприятных эмоциональных состояний.
34. Травматический стресс. Психологическая помощь.
35. Профилактика дорожно-транспортного травматизма.
36. Психотравмирующее воздействие экстремальных факторов.
37. Лекарственные и опасные растения Владимирской области.
38. Освещенность и ее влияние на работоспособность.

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.



## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
Основная литература		
1.Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебник для бакалавров / В. О. Евсеев, В. В. Кастерин, Т. А. Коржинек [и др.] ; под ред. Е. И. Холостова, О. Г. Прохорова. — Электрон. текстовые данные. — М. : Дашков и К. — 453 с. — 978-5-394-02026-1.	2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/60384.html">http://www.iprbookshop.ru/60384.html</a>
2.Айзман, Р. И. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р. И. Айзман, Н. С. Шуленина, В. М. Ширшова ; под ред. А. Я. Тернер. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, — 247 с. — 978-5-379-02005-7.	2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/65282.html">http://www.iprbookshop.ru/65282.html</a>
3.Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р. И. Айзман, Л. К. Айзман, Н. В. Балиоз [и др.] ; под ред. Р. И. Айзман, С. Г. Кривощеков, И. В. Омельченко. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство — 463 с. — 978-5-379-02006-4.	2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/65283.html">http://www.iprbookshop.ru/65283.html</a>
3.Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р. И. Айзман, Л. К. Айзман, Н. В. Балиоз [и др.] ; под ред. Р. И. Айзман, С. Г. Кривощеков, И. В. Омельченко. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство — 463 с. — 978-5-379-02006-4.	2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/65283.html">http://www.iprbookshop.ru/65283.html</a>
5.Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г. В. Тягунов, А. А. Волкова, В. Г. Шишкунов, Е. Е. Барышев ; под ред. В. С. Цепелев. — Электрон. текстовые данные. — Екатеринбург : Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, — 236 с. — 978-5-321-02487-4	2016	<a href="http://www.iprbookshop.ru/68224.html">http://www.iprbookshop.ru/68224.html</a>
Дополнительная литература		
1 Рысин, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Электрон. текстовые данные. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, — 122 с. — 978-5-4486-0158-3.	2018	<a href="http://www.iprbookshop.ru/70759.html">http://www.iprbookshop.ru/70759.html</a>
2. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л. А. Муравей, Д. А. Кривошеин, Е. Н.	2017	<a href="http://www.iprbookshop.ru/71175.html">http://www.iprbookshop.ru/71175.html</a>

Черемисина [и др.] ; под ред. Л. А. Муравей. — 2-е изд. — Электрон. текстовые данные. — М. : ЮНИТИ-ДАНА, — 431 с. — 978-5-238-00352-8.		
3. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие / Л.Л. Никифоров, В.В. Персиянов. - М.: НИЦ ИНФРА-М, - 297 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование: Бакалавриат). (переплет) ISBN 978-5-16-006480-2	2014	<a href="http://znanium.com/catalog/product/392577">http://znanium.com/catalog/product/392577</a>

## 6.2. Периодические издания

Гражданская оборона.

Основы безопасности жизнедеятельности.

Основы безопасности жизни.

## 6.3. Интернет-ресурсы

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785279031801.html>

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785763834727.html>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Практические работы проводятся в аудитории 40ба.

Учебно-методические материалы — учебники, методические пособия.

Аудиовизуальные средства обучения — слайды, презентации, видеофильмы.

Лабораторное оборудование — весы, ростомер, тонометры, спирометры, сантиметровые ленты, шины, жгуты, тренажер «Максим».

Расходные материалы: спирт, вата, бинты, 3% раствор перекиси водорода, йод.

Рабочую программу составил  
доцент кафедры БГО Бурдакова Н.Е.



Рецензент:  
(представитель работодателя)

директор МБОУ СОШ № 29 г. Владимира Плышевская Е. В.



Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры БГО, протокол № 12 от 23.06.2022г.  
Заведующий кафедрой, к.б.н., доцент Грачева Е.П.



Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
протокол № 2 от 30.06.22 года.

Председатель комиссии  
зав. кафедрой СПП, к.п.н., доцент М.В. Данилова

