

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины:

- - формирование у студентов твердых знаний о чрезвычайных ситуациях (ЧС) мирного и военного времени, мероприятий по защите населения с использованием индивидуальных и коллективных средств защиты при оказании первой медицинской помощи пострадавшим.

Задачи освоения дисциплины:

- - формирование высоких морально-психологических и профессиональных качеств;
- - способности быстро ориентироваться в экстремальной обстановке;
- обучить действиям в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени, защите от оружия массового поражения;
- - совершенствовать развитие системы адаптации с целью обеспечения безопасности жизнедеятельности при взаимодействии с внешней средой;
- - формировать процесс мотивации здорового образа жизни и повышение ответственности за состояние своего здоровья.

Важным элементом обеспечения личной безопасности человека являются его знания, опыт, готовность к адекватным действиям в любых непредвиденных экстремальных ситуациях. Изучение курса «Безопасность жизнедеятельности» позволит студентам получить систематизированное представление об опасностях и о прогнозировании степени воздействия опасных ситуаций на человека, оценить их влияние на его жизнь и здоровье, выработать алгоритм безопасного поведения с учетом реальных возможностей человека.

Содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» составляют общие закономерности опасных явлений и соответствующие методы и средства защиты человека в любых условиях обитания, при этом решается триединая задача, которая состоит в идентификации опасностей, реализации профилактических мероприятий и защите от остаточного риска

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к блоку дисциплин базовой части обязательных дисциплин программы бакалавриата (Б1.О.11) Основной профессиональной образовательной программы по направлению 53.03.05 Дирижирование (уровень бакалавриата).

Для усвоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» необходимы знания, умения, компетенции, полученные студентами в среднем учебном заведении. Студенты должны иметь представление о строении и функциях человеческого тела; уметь работать с литературой, использовать знания о современной естественнонаучной картине мира при освоении новых знаний. Студент должен владеть культурой мышления, навыками восприятия, анализа и фиксации информации, устной и письменной речью. Владение математическим аппаратом решения задач имеет значение успешности усвоения материала при изучении таких вопросов безопасности жизнедеятельности как защита населения и территорий от опасностей в чрезвычайных ситуациях. Знания основ экономики необходимо при изучении социально-экономических последствий воздействия опасных и вредных факторов среды обитания, оценке страховых рисков.

Данная дисциплина по содержанию, структуре, объему учебного материала учитывает область и виды профессиональной деятельности будущих бакалавров

Результаты освоения дисциплины будут необходимы при подготовке к сдаче и сдаче государственного экзамена.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОПОП


Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	<p>Знать: - выявляет возможные угрозы для жизни и здоровья человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения)</p> <p>Уметь: - понимает как создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения)</p> <p>Владеть: - демонстрирует приемы оказания доврачебной помощи пострадавшему, в том числе на рабочем месте</p>

4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) 2

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах) 72

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения заочная)			
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам		
		1	2	3
1	2	3	4	5
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП		36	-	-
Аудиторные занятия:		36	-	-
Лекции		36	-	-
семинары и практические занятия			-	-
лабораторные работы, практикумы			-	-
Самостоятельная работа		36	-	-

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др.(не менее 2 видов)	реферат, устный опрос	реферат, устный опрос	-	-
Курсовая работа		-	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	зачет	зачет	-	-
Всего часов по дисциплине	72	72		

4. Содержание дисциплины (модуля.) Распределение часов по темам и видам учебной работы:
Форма обучения заочная

Название и разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			занятия в интерактивной форме	самостоятельная работа	
		лекции	практические занятия, семинары	лабораторная работа			
1	2	3	4	5	6	7	
Раздел 1. Основы здорового образа жизни							
Тема 1. Основы личной гигиены и культуры здоровья	8	4				4	реферат, устный опрос
Тема 2. Формирование стрессовой устойчивости в чрезвычайных ситуациях	8	4				4	реферат, устный опрос
Тема 3. Современная семья и общество. Законодательство семьи	8	4				4	реферат, устный опрос
Раздел 2. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в							

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

повседневной жизни. Правила безопасного поведения							
Тема 4. Выживание в условиях вынужденной автономии	8	4				4	реферат, устный опрос
Тема 5. Социально-опасные явления и защита от них	8	4				4	реферат, устный опрос
Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи							
Тема 6. Первая помощь при острой сердечной недостаточности	8	4				4	реферат, устный опрос
Тема 7. Экстренная реанимация дыхательной и сердечной деятельности	12	6				6	реферат, устный опрос
Тема 8. Первая помощь при ранениях, травмах	12	6				6	реферат, устный опрос
Итого		36					

При реализации программы дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» используются различные образовательные технологии — лекции, лекции-беседы и др.

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Раздел 1. Основы здорового образа жизни

Тема 1. Основы личной гигиены и культуры здоровья

Понятия: гигиена, здоровье. Полезные привычки: уход за кожей, волосами, руками, ногами. Критерии оценки здоровья: подтянутость, жизнерадостность, чистота, опрятность, красота. Двигательная активность и закаливание организма, как потребность и необходимость для его развития.

Тема 2. Формирование стрессовой устойчивости в чрезвычайных ситуациях

Психологическое состояние человека, состояние здоровья, психологические травмы, педагогическая запущенность, особенности характера. Стрессовое состояние и его особенности. Профилактика стрессов. Стресс как стимул и разрушитель. Дистресс и его особенности. Формирование стрессовой устойчивости.

Тема 3. Современная семья и общество. Законодательство семьи

Понятия: семья, гармоничность развития ребенка, брак, психологическая совместимость и долговечность брака, законодательство РФ о браке.

Раздел 2. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила безопасного поведения

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Тема 4. Выживание в условиях вынужденной автономии

Действия в экстремальных условиях. Тактика активного и пассивного выживания. Способы определения собственного местоположения. Защита от неблагоприятного воздействия факторов природной среды. Организация аварийного бивака. Установление связи и подготовка средств сигнализации. Опасности встреч с дикими животными. Организация и наведение переправ через водные преграды. Организация и проведение туристического похода. Способы переноса пострадавшего.

Тема 5. Социально–опасные явления и защита от них

Классификация социальных опасностей. Виды психического воздействия на человека и защита от них. Сексуальные насилия и защита от них. Агрессия, направленная на себя. Проблемы преступности. Социальные опасности, связанные с употреблением и распространением психоактивных веществ. Социальные опасности, связанные с распространением венерических заболеваний. Правовые аспекты защиты и самозащиты от социально – опасных явлений. Основы безопасности жизнедеятельности в быту.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

Тема 6. Первая помощь при острой сердечной недостаточности

Диагноз, основные причины сердечной недостаточности. Инсульт и его симптомы. Первая помощь при сердечной недостаточности. Первая помощь при инсульте.

Тема 7. Экстренная реанимация дыхательной и сердечной деятельности

Терминальные состояния. Этапы реанимации, диагностика, подготовительный период, реанимация, циклы ИВЛ. Последовательность действий спасателя.

Тема 8. Первая помощь при ранениях, травмах

Разновидности ранения и их опасность для жизни человека. Основные этапы первой помощи при ранении: головы, грудной клетки, суставов, руки, предплечья. Признаки кровотечения и его тяжесть. Наложение кровоостанавливающего жгута.

Первая помощь при травмах:

Ушиб: симптомы, первая помощь, растяжение связок, вывих: симптомы, первая помощь.

Переломы костей скелета: симптомы, первая помощь.

Травматический шок: симптомы, первая помощь.

Терминальные состояния. Этапы реанимации, диагностика, подготовительный период, реанимация, циклы ИВЛ. Последовательность действий спасателя.

6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Не предусмотрены учебным планом

7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ (ЛАБОРАТОРНЫЙ ПРАКТИКУМ)

Не предусмотрены учебным планом

8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ

Примерная тематика рефератов:

1. Вредные факторы воздействия на организм человека.
2. Виды источников опасности для здоровья человека и ущерба окружающей среды.
3. Как улучшить экологическую обстановку в среде моего проживания.
4. Меры безопасности для человека в бытовой среде обитания.
5. Меры безопасности для природной среды.
6. Меры безопасности для человека в условиях ЧС.
7. Правовое обеспечение безопасности жизнедеятельности на производстве.


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

8. Ответственность работодателя за нанесение ущерба здоровью работников.
9. Законодательно-правовые акты в области защиты населения и территорий от ЧС.
10. Особенности условий труда и заболеваемости работников на предприятиях.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ (ЗАЧЕТУ)

Вопросы к зачету:

1. Основные определения принципы и понятия науки о безопасности жизнедеятельности
2. Формирование знаний, умение и навыков в человекозащитной среде.
3. Понятие опасность и его развитие через понятие и принципы науки о безопасности жизнедеятельности
4. Мотивация развития взаимодействия человека с внешней средой
5. Основные направления взаимодействия и обмена человека с внешней средой жизнедеятельности
6. Характерные потоки масс энергии и информации жизненного пространства человека
7. Естественные опасности внешней среды человека
8. Техногенные и антропогенные опасности для жизнедеятельности человека
9. Классификация опасности внешней среды
10. Источники и факторы социального риска
11. Теплообмен человека с окружающей средой
12. Формирование способов защиты от антропогенных опасностей
13. Органы восприятия человеком окружающей среды
14. Способы получения информации об окружающей среде
15. Терморегуляция организма человека
16. Основы здорового образа жизни
17. Формирование стрессовой устойчивости в ЧС мирного и военного времени
18. Понятия семья, гармоничность развития ребёнка, психологическая совместимость и долговечность брака
19. Выживание в условиях вынужденной автономии
20. Виды психического воздействия на человека
21. Первая помощь при острой сердечной недостаточности
22. Этапы последовательности реанимации
23. Основные этапы первой помощи при ранении головы, руки, предплечья
24. Основные положения закона о защите нашего Отечества «О воинской обязанности и военной службе»
25. Обеспечение исполнения воинской обязанности
26. Дружба и воинское товарищество – основа боевой готовности войск.
27. Взаимоотношения в воинском коллективе
28. Кодекс войскового товарищества
29. Требования, предъявляемые к морально-этическим, психологическим и профессиональным качествам призывника
30. Понятие и принципы науки о безопасности
31. Мотивация взаимодействия человека с элементами внешней среды
32. Характерные потоки масс, энергий и информации жизненного пространства человека
33. Параметры и виды взаимодействия потоков внешней среды
34. Классификация опасностей внешней среды
35. Антропогенные опасности в системе человек – среда обитания
36. Источники и факторы социального риска

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

37. Комплексная система обеспечения комфортности и травмобезопасности человека в техносфере
38. Естественные источники опасностей
39. Источники техногенных опасностей
40. Антропогенные опасности человеческого фактора
41. Способы формирования защиты от антропогенных опасностей
42. Способы получения информации об окружающей среде
43. Теплообмен человека с внешней средой
44. Влияние параметров микроклимата на самочувствие человека
45. Терморегуляция организма человека

10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ


Содержание, требования, условия и порядок организации самостоятельной работы обучающихся с учетом формы обучения определяются в соответствии с «Положением об организации самостоятельной работы обучающихся», утвержденным Ученым советом УлГУ (протокол №8/268 от 26.03.2019 г.).

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (<i>проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.</i>)	Объем в часах	Форма контроля (<i>проверка решения задач, реферата и др.</i>)
Раздел 1. Основы здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> • реферат • подготовка к сдаче зачета 	12	проверка реферата, зачет
Раздел 2. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила безопасного поведения	<ul style="list-style-type: none"> • реферат • подготовка к сдаче зачета 	8	проверка реферата, зачет
Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	<ul style="list-style-type: none"> • реферат • подготовка к сдаче зачета 	16	проверка реферата, зачет
Итого		36	

При организации самостоятельной работы используются следующие образовательные технологии: самостоятельная работа во время основных аудиторных занятий (лекций); самостоятельная работа под контролем преподавателя в форме плановых консультаций, сдаче зачёта; внеаудиторная самостоятельная работа при выполнении студентом домашних заданий учебного и творческого характера.

В ходе самостоятельной работы студент должен:

- освоить теоретический материал по изучаемой дисциплине (отдельные темы, отдельные вопросы тем, отдельные положения и т. д.);
- закрепить знания теоретического материала, используя необходимый инструментарий, практическим путем (написание рефератов, выполнение контрольных работ, тестов для

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

самопроверки);

- применить полученные знания и практические навыки для анализа ситуации и выработки правильного решения (подготовка к групповой дискуссии, подготовленная работа в рамках деловой игры, письменный анализ конкретной ситуации, и т. д.);
- использовать полученные знания и умения для формирования собственной позиции.

11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) Список рекомендуемой литературы

основная

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / под ред. Э. А. Арустамова. - 13-е изд., перераб. и доп. - М. : Дашков и К°, 2008. - 453 с.

дополнительная

1. Курс лекций "Безопасность жизнедеятельности" [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / В. В. Варнаков, Д. В. Варнаков; УлГУ. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 1,61 Мб). - Ульяновск : УлГУ, 2012. - Имеется печ. аналог.

учебно-методическая:

1. Безопасность жизнедеятельности: метод. рекомендации по выполнению лабор. работ для студентов вузов Д.В.Варнаков, В.В. Варнаков, Е.А.Варнакова, А.Г.Писанец

Согласовано:

_____/_____/_____/_____
 Должность сотрудника научной библиотеки / ФИО / подпись / дата

б) Программное обеспечение стандартное

Операционная система Windows;
 Пакет офисных программ Microsoft Office.

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. **IPRbooks** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система/ группа компаний Ай Пи Эр Медиа. - Электрон. дан. - Саратов, [2019]. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

1.2. **ЮРАЙТ** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система/ ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. - Электрон. дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru>.

1.3. **Консультант студента** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система/ ООО Политехресурс. - Электрон. дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/pages/catalogue.html>.

1.4. **Лань** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система/ ООО ЭБС Лань. - Электрон. дан. – С.-Петербург, [2019]. - Режим доступа: <https://e.lanbook.com>.

1.5. **Znanium.com** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система/ ООО Знаниум. - Электрон. дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <http://znanium.com>.

2. **КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система/ Компания «Консультант Плюс». - Электрон. дан. - Москва: КонсультантПлюс, [2019].

3. **База данных периодических изданий** [Электронный ресурс]: электронные

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

журналы/ ООО ИВИС. - Электрон. дан. - Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>.

4. **Национальная электронная библиотека** [Электронный ресурс]: электронная библиотека. - Электрон. дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://нэб.рф>.

5. **Электронная библиотека диссертаций РГБ** [Электронный ресурс]: электронная библиотека/ ФГБУ РГБ. - Электрон. дан. – Москва, [2019]. - Режим доступа: <https://dvs.rsl.ru>.

6. **Федеральные информационно-образовательные порталы:**

6.1. Информационная система Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Режим доступа: <http://window.edu.ru>.

6.2. Федеральный портал Российское образование. Режим доступа: <http://www.edu.ru>.

7. **Образовательные ресурсы УлГУ:**

7.1. Электронная библиотека УлГУ. Режим доступа: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>.

7.2. Образовательный портал УлГУ. Режим доступа: <http://edu.ulsu.ru>.

Согласовано:

_____/_____/_____/_____
 Должность сотрудника УИТиТ / ФИО / подпись / дата

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Аудитории для проведения лекций, практических занятий, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, групповых и индивидуальных консультаций.

Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для предоставления информации большой аудитории. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе.

Учебная аудитория № 28 для проведения лекций, занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации (с набором демонстрационного оборудования для обеспечения тематических иллюстраций в соответствии с рабочей программой дисциплины). Помещение укомплектовано комплектом ученической мебели (столы, стулья). Технические средства: доска аудиторная Площадь 54,9 кв.м.	Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. 12 Сентября, д. 5А Помещение № 11
Учебная аудитория № 230 для самостоятельной работы студентов, Wi-Fi с доступом к ЭИОС, ЭБС. Компьютерный класс укомплектованный специализированной мебелью на 32 посадочных места и техническими средствами обучения (16 персональных компьютера) с доступом к сети «Интернет», ЭИОС, ЭБС. Площадь 93,51 кв.м.	Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Набережная реки Свияги, д. 106 (корпус 1) Помещение № 114
Читальный зал научной библиотеки (аудитория 237) с зоной для самостоятельной работы, Wi-Fi с доступом к ЭИОС, ЭБС. Аудитория укомплектована специализированной мебелью на 80 посадочных мест и оснащена компьютерной техникой с доступом к сети «Интернет», ЭИОС, ЭБС, экраном и проектором. Площадь 220,39 кв.м	Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Набережная реки Свияги, д. 106 (корпус 1) Помещение № 125

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

Разработчик _____

подпись

ст. преподаватель

должность

Писанец А.Г.

ФИО