

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

УТВЕРЖДЕНО
решением Ученого совета факультета
от «20» июня 2024 г., протокол № 5

Председатель С.Н. Митин
«20» июня 2024г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

| | |
|------------|---|
| Дисциплина | Безопасность жизнедеятельности |
| Факультет | Инженерно-физический факультет высоких технологий |
| Кафедра | Кафедра техносферной безопасности |
| Курс | 1 - очная форма обучения; 1 - очно-заочная форма обучения |

Направление (специальность): 37.03.01 Психология

Направленность (профиль/специализация): Практическая психология

Форма обучения: очная, очно-заочная

Дата введения в учебный процесс УлГУ: 01.09.2024 г.

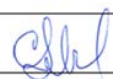
Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20__ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20__ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20__ г.

Сведения о разработчиках:

| ФИО | КАФЕДРА | Должность, ученая степень, звание |
|-----------------------------|-----------------------------------|--|
| Варнаков Дмитрий Валерьевич | Кафедра техносферной безопасности | Профессор, Доктор технических наук, Доцент |

| |
|---|
| СОГЛАСОВАНО |
| Заведующий кафедрой психологии и педагогики |
|  С.Н. Митин |
| «17» июня 2024 г. |

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины:

Обучение студентов правилам поведения, основным способам защиты и действиям в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, ознакомление с теоретическими основами безопасности жизнедеятельности.

Задачи освоения дисциплины:

Ознакомить студентов с источниками и основными характеристиками опасных и вредных факторов производственной среды;

Обучить навыкам защиты от естественных и искусственных опасностей;

Обучить основным правилам действий персонала при чрезвычайных ситуациях;

Стимулировать стремление студентов к здоровому и активному образу жизни.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к числу дисциплин блока Б1.О, предназначенного для студентов, обучающихся по направлению: 37.03.01 Психология.

В процессе изучения дисциплины формируются компетенции: УК-8.

Основные положения дисциплины используются в дальнейшем при изучении таких дисциплин как: Преддипломная практика, Психология безопасности, Основы военной подготовки, Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

| Код и наименование реализуемой компетенции | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций |
|---|---|
| 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 | <p>знать: Основные приемы оказания первой помощи.</p> <p>уметь: Использовать методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p>владеть: Теоретическими основами оказания первой помощи пострадавшему в соответствующем объеме согласно Приказу Министерства здравоохранения и социального развития № 477н от 4.05.2012 г.</p> |

4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего): 1 ЗЕТ

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах): 36 часов

Форма обучения: очная

| Вид учебной работы | Количество часов (форма обучения <u>очная</u>) | |
|---|---|-----------------------------------|
| | Всего по плану | В т.ч. по семестрам |
| | | 1 |
| 1 | 2 | 3 |
| Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП | 18 | 18 |
| Аудиторные занятия: | 18 | 18 |
| Лекции | 18 | 18 |
| Семинары и практические занятия | - | - |
| Лабораторные работы, практикумы | - | - |
| Самостоятельная работа | 18 | 18 |
| Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов) | Тестирование, Оценивание реферата | Тестирование, Оценивание реферата |
| Курсовая работа | - | - |
| Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет) | Зачёт | Зачёт |
| Всего часов по дисциплине | 36 | 36 |

Форма обучения: очно-заочная

| Вид учебной работы | Количество часов (форма обучения <u>очно-заочная</u>) | |
|--|--|---------------------|
| | Всего по плану | В т.ч. по семестрам |
| | | 1 |
| 1 | 2 | 3 |
| Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП | 10 | 18 |
| Аудиторные занятия: | 10 | 18 |
| Лекции | 10 | 18 |
| Семинары и практические занятия | - | - |
| Лабораторные работы, практикумы | - | - |
| | | |

| Вид учебной работы | Количество часов (форма обучения <u>очно-заочная</u>) | |
|---|--|-----------------------------------|
| | Всего по плану | В т.ч. по семестрам |
| | | 1 |
| 1 | 2 | 3 |
| Самостоятельная работа | 26 | 18 |
| Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов) | Тестирование, Оценивание реферата | Тестирование, Оценивание реферата |
| Курсовая работа | - | - |
| Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет) | Зачёт | Зачёт |
| Всего часов по дисциплине | 36 | 36 |

4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения: очная

| Название разделов и тем | Всего | Виды учебных занятий | | | | | Форма текущего контроля знаний |
|--|-------|----------------------|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------------------------|
| | | Аудиторные занятия | | | Занятия в интерактивной форме | Самостоятельная работа | |
| | | Лекции | Практические занятия, семинары | Лабораторные работы, практикумы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Раздел 1. Раздел 1 | | | | | | | |
| Тема 1.1. Введение в БЖД | 4 | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.2. Профессиональные вредности производственной среды. Классификация основных форм трудовой деятельности | 4 | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |

| Название разделов и тем | Всего | Виды учебных занятий | | | | | Форма текущего контроля знаний |
|--|-------|----------------------|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------------------------|
| | | Аудиторные занятия | | | Занятия в интерактивной форме | Самостоятельная работа | |
| | | Лекции | Практические занятия, семинары | Лабораторные работы, практикумы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Тема 1.3. Физиологические основы труда. Профилактика утомления | 4 | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.4. Приспособление производственной среды к возможностям человеческого организма | 4 | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.5. Понятие о чрезвычайных ситуациях. Гражданская оборона | 4 | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.6. Защита персонала при ЧС. Устойчивость организации | 4 | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.7. Определение риска ЧС | 4 | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.8. Пожаробезопасность | 4 | 2 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.9. Биологические ЧС | 2 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | Оценивание реферата, Тестирование |

| Название разделов и тем | Всего | Виды учебных занятий | | | | | Форма текущего контроля знаний |
|---|-------|----------------------|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------------------------|
| | | Аудиторные занятия | | | Занятия в интерактивной форме | Самостоятельная работа | |
| | | Лекции | Практические занятия, семинары | Лабораторные работы, практикумы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Тема 1.10. Общие вопросы оказания первой помощи | 2 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Итого подлежит изучению | 36 | 18 | 0 | 0 | 0 | 18 | |

4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения: очно-заочная

| Название разделов и тем | Всего | Виды учебных занятий | | | | | Форма текущего контроля знаний |
|--|-------|----------------------|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------------------------|
| | | Аудиторные занятия | | | Занятия в интерактивной форме | Самостоятельная работа | |
| | | Лекции | Практические занятия, семинары | Лабораторные работы, практикумы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Раздел 1. Раздел 1 | | | | | | | |
| Тема 1.1. Введение в БЖД | 3 | 1 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.2. Профессиональные вредности производственной среды. Классификация основных форм трудовой деятельности | 3 | 1 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.3. Физиологиче | 3 | 1 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, |

| Название разделов и тем | Всего | Виды учебных занятий | | | | | Форма текущего контроля знаний |
|--|-------|----------------------|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|------------------------|-----------------------------------|
| | | Аудиторные занятия | | | Занятия в интерактивной форме | Самостоятельная работа | |
| | | Лекции | Практические занятия, семинары | Лабораторные работы, практикумы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ские основы труда. Профилактика утомления | | | | | | | Тестирование |
| Тема 1.4. Приспособление производственной среды к возможностям человеческого организма | 3 | 1 | 0 | 0 | 0 | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.5. Понятие о чрезвычайных ситуациях. Гражданская оборона | 4 | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.6. Защита персонала при ЧС. Устойчивость организации | 4 | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.7. Определение риска ЧС | 4 | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.8. Пожаробезопасность | 4 | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.9. Биологическое ЧС | 4 | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.10. Общие | 4 | 1 | 0 | 0 | 0 | 3 | Оценивание реферата, |

| Название разделов и тем | Всего | Виды учебных занятий | | | | | Форма текущего контроля знаний |
|--------------------------------|-------|----------------------|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|------------------------|--------------------------------|
| | | Аудиторные занятия | | | Занятия в интерактивной форме | Самостоятельная работа | |
| | | Лекции | Практические занятия, семинары | Лабораторные работы, практикумы | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| вопросы оказания первой помощи | | | | | | | Тестирование |
| Итого подлежит изучению | 36 | 10 | 0 | 0 | 0 | 26 | |

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1. Раздел 1

Тема 1.1. Введение в БЖД

Источники опасности в современном мире и их характеристика. Суть проблемы БЖД. Объект изучения безопасности жизнедеятельности. Опасные и вредные факторы естественного и антропогенного происхождения. Предмет изучения безопасности жизнедеятельности. Методические блоки дисциплины "Безопасность жизнедеятельности"


Тема 1.2. Профессиональные вредности производственной среды. Классификация основных форм трудовой деятельности

Производственная среда. Опасные и вредные факторы. Классификация Производственные (профессиональные) вредности. Определение и характеристика Классификация опасных и вредных факторов. Классификация форм труда. Классификация умственного труда. Рекомендации по улучшению условий труда

Тема 1.3. Физиологические основы труда. Профилактика утомления

Общая характеристика физиологических изменений в организме при работе. Изменения в системе дыхания при работе. Изменение в сердечно-сосудистой системе при работе. Биохимические изменения крови при работе. Изменения водно-солевого обмена при работе. Изменения при работе со стороны ЦНС. Влияние труда на состояние внутренних органов. Влияние умственного труда на физиологические параметры. Утомление и переутомление. Признаки утомления. Механизм возникновения утомления. Симптомы утомления. Профилактика утомления. Основные направления. Активный отдых как вариант профилактики. Психологическая разгрузка как элемент профилактики утомления. Мероприятия по профилактике утомления

Тема 1.4. Приспособление производственной среды к возможностям человеческого

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

организма

Эргономика. Определение. Краткая характеристика. Суть эргономики и связь с другими науками. Эргономические показатели. Гигиенические эргономические показатели. Антропометрические эргономические показатели. Физиологические эргономические показатели. Психологические эргономические показатели. Применение и учет эргономических требований. Эстетика сферы труда. Планировочная эстетика. Строительно-оформительская эстетика. Технологическая эстетика. Техническая эстетика. Архитектура оборудования. Значение производственной эстетики

Тема 1.5. Понятие о чрезвычайных ситуациях. Гражданская оборона


Предупреждение и ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций (ЧС) — одна из актуальных проблем современности. Основные причины возникновения ЧС. Обстоятельства, способствующие возникновению ЧС. Периоды (стадии) развития ЧС. Понятие, функции гражданской обороны. Понятие о чрезвычайных ситуациях. Понятие об экстремальных ситуациях. Понятие об аварии. Отличие чрезвычайных ситуаций от экстремальных ситуаций. Катастрофы, определение, виды. стихийные бедствия. Войска гражданской обороны

Тема 1.6. Защита персонала при ЧС. Устойчивость организации

Действия Комиссии по ЧС с получением информации об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации. Действия Председателя КЧС с получением информации о ЧС. Действия Комиссия по ЧС с момента получения данных об угрозе возникновения ЧС. План действий по предупреждению и ликвидации ЧС. Первый этап: принятие экстренных мер по защите персонала, предотвращению развития ЧС. Экстренные меры защиты персонала объекта. Дополнительные экстренные меры защиты персонала. Требования к работам, связанным со спасением людей. Связь при ЧС. Характеристика и средства. Второй этап действий при ЧС. Основные мероприятия по жизнеобеспечению пострадавшего и эвакуируемого населения. Устойчивость функционирования организаций. Критерии при оценке устойчивости. Выявление наиболее вероятных ЧС. Оценка устойчивости работы организации при возникновении ЧС химического характера. Оценка устойчивости работы организации в условиях радиоактивного заражения. Пределы психоэмоциональной устойчивости производственного персонала. Время адаптации и стадии адаптации. Психоэмоциональная устойчивость общества в ЧС и меры по ее повышению. "Синдром бедствия". Характеристика и меры по предотвращению. Предел устойчивости управления. Мероприятия по повышению устойчивости функционирования организации. Оценка основных мероприятий по повышению устойчивости работы организации

Тема 1.7. Определение риска ЧС

Понятие риска. Концепция приемлемого (допустимого) риска. Восприятие риска и опасностей общественностью при рассмотрении проблемы приемлемого риска. Приемлемый риск. Определение. Индивидуальный и социальный риск. Расчет величины риска. Методические подходы к определению риска (Инженерный, модельный, экспертный, социологический). Причины аварийности и травматизма в РФ. Человеческий фактор как причина аварийности и травматизма. Особенности. Технологические причины аварий и катастроф. Экономические потери от ЧС.

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

Решение задач БЖД для сокращения риска ЧС.

Тема 1.8. Пожаробезопасность

Общие сведения о пожарах. Пожар. Определение. Горение. Определение и классификация. Скорость распространения пламени при различных видах горения. Условия горения. Полное и неполное горение. Самовоспламенение. Определение и характеристика. Детонация, определение и характеристика. Классы жидкостей по температуре вспышки. Пыли и пылевоздушные смеси горючих веществ. Определение и характеристика. Пожаро- и взрывоопасные объекты. Определение и классификация. Классификация строительных материалов по пожаробезопасности. Пожары на крупных промышленных предприятиях и в населенных пунктах. Определение и характеристика. Противопожарная профилактика. Определение и характеристика. Процесс тушения пожаров. Определение и характеристика. Основные огнегасительные средства и вещества. Правила противопожарной безопасности в производственных и административных зданиях. Современные системы противопожарной защиты. Определение и классификация. Природные пожары. Определение и классификация. Причины и условия лесных пожаров. Лесные пожары. Классификация. Скорость распространения низовых и верховых пожаров. Условия интенсивности горения. Скорость распространения огня. Классификация лесных пожаров по площади, охваченной огнем

Тема 1.9. Биологические ЧС

Эпидемия. Определение. Характеристика. Пандемия. Определение. Характеристика. Классификация инфекционных заболеваний. Инфекционные болезни животных. Определение. Эпизоотический очаг. Определение. Характеристика. Формы эпизоотического процесса. Спорадия. Эпизоотия. Панзоотия. Сравнительная характеристика. Эпифитотия и панфитотия. Восприимчивость растений к фитопатогену.


Тема 1.10. Общие вопросы оказания первой помощи

Понятие первой помощи. Отличие от других видов помощи. Алгоритм оказания первой помощи. Понятие о СЛР. Методика проведения СЛР. Требования к проведению СЛР. Международная схема проведения СЛР. Первая помощь при кровотечениях. Первая помощь при ожогах. Первая помощь при отморожении и общем охлаждении. Первая помощь при переломах. Тактика первой помощи при подозрении на травму позвоночника. Требования к объему первой помощи согласно Приказу Министерства здравоохранения и социального развития № 477н от 4.05.2012 г.

6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ

Данный вид работы не предусмотрен УП.

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

8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ

Темы рефератов

Тема 1. Электромагнитные поля (ЭМП). Защита от ЭМП.

Тема 2. Воздействие на человека статических электрических и магнитных полей, электромагнитных полей промышленной частоты, электромагнитных полей радиочастот.

Тема 3. Воздействие УКВ и СВЧ излучений на органы зрения, кожный покров, центральную нервную систему, состав крови и состояние эндокринной системы.

Тема 4. Нормирование электромагнитных полей.

Тема 5. Действие ИК-излучения на организм человека.

Тема 6. Действие УФ-излучения. Нормирование. Профессиональные заболевания, травмы. Негативные последствия.

Тема 7. Ионизирующее излучение. Поглощение, экспозиционная, эквивалентные дозы. Сравнительная оценка естественных и антропогенных излучений.

Тема 8. Категории облучаемых лиц и групп критических органов. Допустимые уровни для отдельных нуклидов их смеси.

Тема 9. Допустимые уровни для внешнего излучения, загрязнение кожных покровов и поверхностей.

Тема 10. Нормы радиационной безопасности.

Тема 11. Лучевая болезнь, другие заболевания. Отдаленные последствия.

Тема 12. Воздействие ионизирующих излучений на среду обитания

Тема 13. Электрический ток. Воздействия электрического тока на человека.

Тема 14. Влияние параметров цепи и состояния организма человека на исход поражения электрическим током.

Тема 15. Основные средства электрозащиты.

Тема 16. Особенности возникновения и проявления ЧС военного времени.

Тема 17. Классификация ЧС военного времени.

Тема 18. Особенности воздействия поражающих факторов на людей и объекты ядерного, химического, бактериологического оружия.

Тема 19. Поражающие факторы современного оружия, основанного на новых принципах. Защита людей и объектов от ЧС военного времени.

Тема 20. Законодательство по охране труда.

Тема 21. Нормативная и нормативно-техническая документация.

Тема 22. Государственная политика в области охраны труда.

Тема 23. Система стандартов безопасности труда .

Тема 24. Государственный надзор за соблюдением законодательства по охране труда.

Тема 25. Производственный травматизм и меры его предупреждения

Тема 26. Понятие здоровья. Понятие здорового образа жизни (ЗОЖ), его содержание.

Тема 27. Психологические механизмы защиты от стресса.


Тема 28. Меры безопасности для человека в бытовой среде обитания.

Тема 29. Меры безопасности для человека в условиях ЧС (терроризма).

Тема 30. Краткая характеристика правил оказания первой помощи.


Тема 31. Средства производственной безопасности. Классификация средств производственной безопасности.

Тема 32. Средства индивидуальной защиты. Специальная одежда и спецобувь. Средства защиты глаз и лица.


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

9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ


1. Источники опасности в современном мире и их характеристика.
2. Суть проблемы БЖД. Объект изучения безопасности жизнедеятельности.
3. Опасные и вредные факторы естественного и антропогенного происхождения.
4. Предмет изучения безопасности жизнедеятельности. Методические блоки дисциплины "Безопасность жизнедеятельности".
5. Профессиональные вредности производственной среды.
6. Производственная среда. Определение и характеристика.
7. Опасные и вредные факторы. Определение и характеристика.
8. Классификация производственных (профессиональных) вредностей. Определение и характеристика.
9. Классификация основных форм трудовой деятельности.
10. Классификация опасных и вредных факторов.
11. Классификация форм труда.
12. Классификация умственного труда. Рекомендации по улучшению условий труда.
13. Физиологические основы труда.
14. Общая характеристика физиологических изменений в организме при работе.
15. Изменения в системе дыхания при работе. Изменение в сердечно-сосудистой системе при работе.
16. Биохимические изменения крови при работе. Изменения водно-солевого обмена при работе. Изменения при работе со стороны ЦНС.
17. Влияние труда на состояние внутренних органов. Влияние умственного труда на физиологические параметры
18. Профилактика утомления

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

19. Утомление и переутомление
20. Признаки утомления. Механизм возникновения утомления
21. Симптомы утомления. Профилактика утомления. Основные направления.
22. Активный отдых как вариант профилактики. Психологическая разгрузка как элемент профилактики утомления.
23. Мероприятия по профилактике утомления
24. Приспособление производственной среды к возможностям человеческого организма
25. Эргономика. Определение. Краткая характеристика.
26. Суть эргономики и связь с другими науками. Эргономические показатели.
27. Гигиенические эргономические показатели.
28. Антропометрические эргономические показатели.
29. Физиологические эргономические показатели.
30. Психологические эргономические показатели
31. Применение и учет эргономических требований. Эстетика сферы труда
32. Планировочная эстетика. Строительно-оформительская эстетика.
33. Технологическая эстетика. Техническая эстетика
34. Понятие о чрезвычайных ситуациях
35. Предупреждение и ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций (ЧС) как одна из актуальных проблем современности.
36. Основные причины возникновения ЧС
37. Обстоятельства, способствующие возникновению ЧС.
38. Периоды (стадии) развития ЧС.
39. Понятие, функции гражданской обороны
40. Понятие о чрезвычайных ситуациях. Понятие об экстремальных ситуациях

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

41. Понятие об аварии. Отличие чрезвычайных ситуаций от экстремальных ситуаций.
42. Катастрофы, определение, виды. стихийные бедствия.
43. Войска гражданской обороны. Характеристика.
44. Осуществление мероприятий по защите персонала объекта при угрозе и возникновении ЧС
45. Действия Комиссии по ЧС с получением информации об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации.
46. Действия Председателя КЧС с получением информации о ЧС.
47. План действий по предупреждению и ликвидации ЧС. Характеристика.
48. Первый этап: принятие экстренных мер по защите персонала, предотвращению развития ЧС.
49. Экстренные меры защиты персонала объекта. Дополнительные экстренные меры защиты персонала. Требования к работам, связанным со спасением людей.
50. Связь при ЧС. Характеристика и средства.
51. Второй этап действий при ЧС. Основные мероприятия по жизнеобеспечению пострадавшего и эвакуируемого населения.
52. Устойчивость функционирования организаций. Критерии оценки устойчивости.
53. Выявление наиболее вероятных ЧС. Оценка устойчивости работы организации при возникновении ЧС химического характера.
54. Оценка устойчивости работы организации в условиях радиоактивного заражения.
55. Пределы психоэмоциональной устойчивости производственного персонала.
56. Время адаптации и стадии адаптации организма при ЧС.
57. Психоэмоциональная устойчивость общества в ЧС и меры по ее повышению
58. "Синдром бедствия". Характеристика и меры по предотвращению.
59. Предел устойчивости управления. Мероприятия по повышению устойчивости функционирования организации.
60. Оценка основных мероприятий по повышению устойчивости работы организации
61. 60. Определение риска ЧС. Понятие риска. Концепция приемлемого (допустимого) риска.

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

62. Восприятие риска и опасностей общественностью при рассмотрении проблемы приемлемого риска. Приемлемый риск. Определение.

63. Индивидуальный и социальный риск. Расчет величины риска.

64. Методические подходы к определению риска (Инженерный, модельный, экспертный, социологический).

65. Причины аварийности и травматизма в РФ. Человеческий фактор как причина аварийности и травматизма. Особенности.

66. Технологические причины аварий и катастроф. Экономические потери от ЧС. Решение задач БЖД для сокращения риска ЧС.

67. Пожаробезопасность. Общие сведения.

68. Общие сведения о пожарах. Пожар. Определение

69. Горение. Определение и классификация.

70. Скорость распространения пламени при различных видах горения

71. Условия горения. Полное и неполное горение

72. Самовоспламенение. Определение и характеристика

73. Детонация, определение и характеристика

74. Классы жидкостей по температуре вспышки.

75. Пыли и пылевоздушные смеси горючих веществ. Определение и характеристика.

76. Пожаро- и взрывоопасные объекты. Определение и классификация.

77. Классификация строительных материалов по пожаробезопасности


78. Противопожарная профилактика. Определение и характеристика.

79. Процесс тушения пожаров. Определение и характеристика.

80. Основные огнегасительные средства и вещества.

81. Правила противопожарной безопасности в производственных и административных зданиях.

82. Современные системы противопожарной защиты. Определение и классификация.

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

83. Природные пожары. Определение и классификация.
84. Причины и условия лесных пожаров. Классификация. Скорость распространения низовых и верховых пожаров.
85. Лесные пожары. Условия интенсивности горения. Скорость распространения огня. Классификация лесных пожаров по площади, охваченной огнем.
86. Биологические ЧС. Эпидемия. Определение. Характеристика. Пандемия.
87. Понятие первой помощи. Отличие от других видов помощи
88. Алгоритм оказания первой помощи.
89. Понятие о СЛР. Методика проведения СЛР
90. Требования к проведению СЛР.
91. Международная схема проведения СЛР
92. Первая помощь при кровотечениях
93. Первая помощь при ожогах
94. Первая помощь при отморожении и общем охлаждении.
95. Первая помощь при переломах
96. Тактика первой помощи при подозрении на травму позвоночника.
97. Требования к объему первой помощи согласно Приказу Министерства здравоохранения и социального развития № 477н от 4.05.2012 г.

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 26.03.2019г.).

По каждой форме обучения: очная/заочная/очно-заочная заполняется отдельная таблица

Форма обучения: очная

| Название разделов и тем | Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др). | Объем в часах | Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.) |
|--|--|----------------------|--|
| Раздел 1. Раздел 1 | | | |
| Тема 1.1. Введение в БЖД | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.2. Профессиональные вредности производственной среды. Классификация основных форм трудовой деятельности | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.3. Физиологические основы труда. Профилактика утомления | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.4. Приспособление производственной среды к возможностям человеческого организма | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.5. Понятие о чрезвычайных ситуациях. Гражданская оборона | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.6. Защита персонала при ЧС. Устойчивость организации | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.7. Определение риска ЧС | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.8. Пожаробезопасность | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |

| 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>) |
|---|---|------------------|--|
| Тема 1.9. Биологические ЧС | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 1 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.10. Общие вопросы оказания первой помощи | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 1 | Оценивание реферата, Тестирование |

Форма обучения: очно-заочная

| 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. Раздел 1 | | | |
| Тема 1.1. Введение в БЖД | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.2. Профессиональные вредности производственной среды. Классификация основных форм трудовой деятельности | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.3. Физиологические основы труда. Профилактика утомления | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.4. Приспособление производственной среды к возможностям человеческого организма | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 2 | Оценивание реферата, Тестирование |


| Название разделов и тем | Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др). | Объем в часах | Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.) |
|--|--|---------------|---|
| Тема 1.5. Понятие о чрезвычайных ситуациях. Гражданская оборона | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.6. Защита персонала при ЧС. Устойчивость организации | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.7. Определение риска ЧС | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.8. Пожаробезопасность | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.9. Биологические ЧС | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |
| Тема 1.10. Общие вопросы оказания первой помощи | Проработка учебного материала с использованием ресурсов учебно-методического и информационного обеспечения дисциплины. | 3 | Оценивание реферата, Тестирование |

11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) Список рекомендуемой литературы основная

1. Каракеян В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. - 4-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2024. - 335 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/535496> . - Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. - ISBN 978-5-534-17933-0 : 1369.00. / .— ISBN 0_530666

2. Резчиков Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. - 3-е

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

изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2024. - 639 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/536471> . - Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. - ISBN 978-5-534-17431-1 : 2159.00. / .— ISBN 0_530665

3. Соколов, А. Т. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / А. Т. Соколов. - Москва : Интернет-Университет Информационных Технологий (ИНТУИТ), Ай Пи Ар Медиа, 2024. - 191 с. - Книга находится в премиум-версии IPR SMART. - Текст. - Гарантированный срок размещения в ЭБС до 30.10.2025 (автопродлонгация). - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <https://www.iprbookshop.ru/133924.html>. - ISBN 978-5-4497-2444-1. / .— ISBN 0_532330

дополнительная

1. Алексеев, В. С. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В. С. Алексеев, О. И. Жидкова, И. В. Ткаченко ; В. С. Алексеев, О. И. Жидкова, И. В. Ткаченко. - Саратов : Научная книга, 2019. - 158 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - Текст. - Гарантированный срок размещения в ЭБС до 31.08.2021 (автопродлонгация). - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <http://www.iprbookshop.ru/81000.html>. - Режим доступа: ЭБС IPR BOOKS; для авторизир. пользователей. - ISBN 978-5-9758-1716-7. / .— ISBN 0_146505

2. Рысин, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности. Электромагнитное излучение : учебное пособие / Ю. С. Рысин, А. К. Сланов, С. Л. Яблочников. - Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. - 82 с. - Книга находится в премиум-версии IPR SMART. - Текст. - Весь срок охраны авторского права. - электронный. - Электрон. дан. (1 файл). - URL: <https://www.iprbookshop.ru/142070.html>. - ISBN 978-5-4497-3386-3. / .— ISBN 0_544951


3. Сергеев В.С. Безопасность жизнедеятельности : учебно-методическое пособие / В.С. Сергеев ; Сергеев В.С. - Москва : Академический Проект, 2020. - 558 с. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829130077.html>. - Режим доступа: ЭБС "Консультант студента"; по подписке. - ISBN 978-5-8291-3007-7. / .— ISBN 0_256363

4. Ветошкин А.Г. Нормативное и техническое обеспечение безопасности жизнедеятельности. Ч. 1. Нормативно-управленческое обеспечение безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / А.Г. Ветошкин ; Ветошкин А.Г. - Москва : Инфра-Инженерия, 2021. - 472 с. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785972906802.html>. - Режим доступа: ЭБС "Консультант студента"; по подписке. - ISBN 978-5-9729-0680-2. / .— ISBN 0_306667

5. Ветошкин А.Г. Нормативное и техническое обеспечение безопасности жизнедеятельности. Ч. 2. Инженерно-техническое обеспечение безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / А.Г. Ветошкин ; Ветошкин А.Г. - Москва : Инфра-Инженерия, 2021. - 652 с. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785972906819.html>. - Режим доступа: ЭБС "Консультант студента"; по подписке. - ISBN 978-5-9729-0681-9. / .— ISBN 0_306704

учебно-методическая

1. Варнаков В. В. Методические указания для самостоятельной работы студентов по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» для всех специальностей и направлений подготовки всех форм

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

обучения / В. В. Варнаков ; УлГУ, ИФФВТ, Каф. техносфер. безопасности. - 2019. - Загл. с экрана. - Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 233 КБ). - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/8682>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный. / .— ISBN 0_42156.

2. Безопасность жизнедеятельности : методические рекомендации по выполнению лабораторных работ для студентов вузов / Д. В. Варнаков, В. В. Варнаков, Е. А. Варнакова, А. Г. Писанец ; УлГУ, ИФФВТ. - Ульяновск : УлГУ, 2017. - Загл. с экрана. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 7,30 МБ). - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/1169>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный. / .— ISBN 0_34599.

б) Программное обеспечение

- Операционная система "Альт образование"
- Офисный пакет "Мой офис"

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2024]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2024]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.


1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента»)» : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2024]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2024]. – URL: <https://www.gosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2024]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2024]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС **Znanium.com** : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва,

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

[2024]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2024].

3. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2024]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2024]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. Российское образование : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

6. Электронная библиотечная система УлГУ : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:


Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для выполнения лабораторных работ и практикумов, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования, групповых и индивидуальных консультаций (*выбрать необходимое*)

Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для представления 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. Перечень оборудования, используемого в учебном процессе:

- Мультимедийное оборудование: компьютер/ноутбук, экран, проектор/телевизор
- Компьютерная техника
- Огнетушитель ОУ-2
- Набор для оказания экстренной медицинской помощи

13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья

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

(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.

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

| | | |
|-------------|--|-----------------------------|
| Разработчик | Профессор Доктор технических наук, Доцент | Варнаков Дмитрий Валерьевич |
| | Должность, ученая степень, звание | ФИО |