|  |
| --- |
| ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  **«ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  **ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА»**  УТВЕРЖДАЮ  Проректор по учебно-методической  работе  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н. Большаков  РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  дисциплины  Б1.О.03 Здоровьесберегающий (модуль):  **Б1.О.03.02 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  Направление подготовки **44.03.01 Педагогическое образование**  Направленность (профиль) **Физическая культура**  (год начала подготовки – 2022)    Санкт-Петербург  2022 |

**1. Перечень планируемых результатов обучения ПО дисциплине**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Индекс компетенции | Содержание компетенции (или ее части) | Индикаторы компетенций  (код и содержание) |
| 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 | ИУК – 8.1 знает требования основных нормативных документов по вопросам безопасности жизнедеятельности; вредные и опасные факторы природного и антропогенного происхождения и их влияние на человека; способы и средства создания здоровых и безопасных условий проведения учебно-воспитательного процесса; организацию и содержание работы по обеспечению безопасности жизнедеятельности в учебных заведениях; правила поведения и действия в опасных ситуациях аварийного, природного и криминогенного характера, а также в условиях вынужденного автономного существования.  ИУК – 8.2 умеет организовывать и осуществлять мероприятия по обеспечению безопасности жизнедеятельности в учебном заведении; оценивать состояние безопасности труда и учебно-воспитательного процесса в системе образования; прививать учащимся основополагающие знания и умения распознавать и оценивать опасности, а также определять способы защиты от них; организовывать и проводить мероприятия по формированию у учащихся внутренней готовности к действиям в экстремальных ситуациях.  ИУК - 8.3 владеет навыками эффективного применения средств защиты от негативных воздействий; навыками оказания первой медицинской помощи и самопомощи;  -навыками распознавания и оценки опасных и вредных факторов воздействия на человека и среду обитания |

**2. Место дисциплины в структуре ОП**

Цель дисциплины: сформировать сознательное отношение к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, приобрести основополагающих знания и умения распознавать и оценивать опасные и вредные факторы, ликвидировать последствия, оказывать само- и взаимопомощь.

Задачи дисциплины:

* формирование теоретических знаний и практических навыков, необходимых для создания комфортного (нормативного) состояния среды обитания в зонах трудовой деятельности и отдыха человека;
* идентификации негативных воздействий среды обитания естественного, техногенного и антропогенного происхождения;
* разработки и реализации мер защиты человека и среды обитания от негативных воздействий;
* проектирования и эксплуатации техники, технологических процессов и объектов экономики в соответствии с требованиями по безопасности и экологичности;
* обеспечение устойчивости функционирования объектов и технических систем в штатных и чрезвычайных ситуациях;
* принятия решений по защите производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и применения современных средств поражения, а также принятия мер по ликвидации их последствий;
* прогнозирования развития негативных воздействий и оценки последствий их действия.

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» входит в состав здоровьесберегающего модуля обязательной части программы бакалавриата. К исходным требованиям, необходимым для изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» относятся знания, умения и компетенции, сформированные в процессе изучения предмета на предшествующей ступени образования. После изучения дисциплины обучающиеся смогут использовать сформированные компетенции в процессе выполнения выпускной квалификационной работы.

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы**

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа *(1 зачетная единица соответствует 36 академическим часам)*.

Очная форма обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
|  | практическая  подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | **32** | |
| в том числе: |  | |
| Лекции | 16 | - |
| Лабораторные работы / Практические занятия (в т.ч. зачет\*) | -/16 | - |
| **Самостоятельная работа (всего)** | **40** | |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | **-** | |
| контактная работа | - | |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | - | |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /** **з.е.)** | **72/2** | |

\* Зачет проводится на последнем занятии

Заочная форма обучения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
|  | практическая  подготовка |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего):** | **10** | |
| в том числе: |  | |
| Лекции | 4 | - |
| Лабораторные работы/ Практические занятия | -/6 | - |
| **Самостоятельная работа (всего)** | **58** | |
| **Вид промежуточной аттестации (зачет):** | **4** | |
| контактная работа | 0,25 | |
| самостоятельная работа по подготовке к зачету | 3,75 | |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен):** | **-** | |
| контактная работа | - | |
| самостоятельная работа по подготовке к экзамену | - | |
| **Общая трудоемкость дисциплины (в час. /** **з.е.)** | **72/2** | |

**4. Содержание дисциплины**

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

**4.1 Блоки (разделы) дисциплины**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Наименование блока (раздела) дисциплины |
| 1 | Теоретические основы безопасности жизнедеятельности |
| 2 | Человек и среда обитания |
| 3 | Природные чрезвычайные ситуации |
| 4 | Автономное существование человека в природе |
| 5 | ЧС криминогенного характера |
| 6 | ЧС техногенного характера |
| 7 | Гражданская оборона и ее задачи |
| 8 | Экстремальные ситуации аварийного характера в жилище |

**4.2 Примерная тематика курсовых работ (проектов)**

Курсовая работа по дисциплине не предусмотрена учебным планом.

**4.3 Перечень занятий, проводимых в активной и интерактивной формах, обеспечивающих развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.**

**Практическая подготовка.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование блока  (раздела) дисциплины | Занятия, проводимые в активной и интерактивной формах | | Практическая подготовка |
| форма проведения занятия | наименование видов занятий |
| 1. | *Тема 1.* Теоретические основы безопасности жизнедеятельности. | лекция | презентация | - |
| практическое занятие | анализ видеоматериала. | - |
| 2. | *Тема 2.* Человек и среда обитания. | практическое занятие | решение ситуационных задач, работа в группах | - |
| 3. | *Тема 3.* Природные чрезвычайные ситуации. | лекция | презентация | - |
| практическое занятие | анализ видеоматериала. | - |
| 4. | *Тема 4.* Автономное существование человека в природе | практическое занятие | анализ видеоматериала. | - |
| 5. | *Тема 5.* ЧС криминогенного характера. | лекция | презентация | - |
| практическое занятие | решение ситуационных задач, работа в группах | - |
| 6. | *Тема 6.* ЧС техногенного характера. | лекция | презентация | - |
| практическое занятие | решение ситуационных задач, анализ видеоматериала | - |
| 7. | *Тема 7.* Гражданская оборонаи ее задачи. | лекция | презентация | - |
| практическое занятие | решение ситуационных задач, анализ видеоматериала, выступление в роли обучающего | - |
| 8. | *Тема 8.* Экстремальные ситуации аварийного характера в жилище. | лекция | презентация | - |
| практическое занятие | решение ситуационных задач, анализ видеоматериала. | - |

**5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

* 1. **Темы конспектов**

1. Предмет, цель и задачи курса БЖД. Основные понятия и определения. Классификация и стадии чрезвычайных ситуаций.
2. Назначение, задачи и структура РСЧС. Система МЧС России.
3. Российская система предупреждения и действий в ЧС.
4. Факторы выживания.
5. Психология несчастных случаев и ЧС.
6. Негативные факторы воздействия источников ЧС на человека и среду обитания.
7. Инфекционные заболевания людей и животных.
8. Землетрясения.
9. Цунами. Наводнения.
10. Ураганы и смерчи.
11. Сели, оползни, снежные лавины.
12. Природные пожары.
13. Действия учителя при стихийных бедствиях.
14. Экстремальные ситуации в природных условиях.
15. Криминогенные ситуации.
16. Терроризм.
17. Чс техногенного характера. Аварии на гидротехнических сооружениях.
18. Пожары и взрывы.
19. Аварии с выбросом радиоактивных и химически опасных веществ.
20. ЧС аварийного характера на транспорте.
21. Гражданская оборона в системе национальной безопасности.
22. Ядерное, химическое и бактериологическое оружие.
23. Выживание на территории военных действий.
24. Организация защиты населения в мирное и военное время.
25. Экстремальные ситуации аварийного характера в жилище.

**5.2 Вопросы для подготовки к практическим занятиям и тестированию**

**Тема № 1.** Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.

1. Дайте определение предмету «Безопасность жизнедеятельности».
2. Определите цель и задачи курса.
3. Что называется чрезвычайной ситуацией?
4. Что такое безопасность в чрезвычайной ситуации?
5. Что такое опасность в чрезвычайной ситуации?
6. Какие факторы являются причинами возникновения чрезвычайных ситуаций?
7. Перечислите принципы классификации чрезвычайных ситуации?
8. Назовите стадии развития чрезвычайных ситуации?
9. Какой объект экономики называют потенциально опасным?
10. Перечислите основные группы факторов выживания.
11. Каким образом влияют природные, личностные и

профессиональные качества человека на сохранение его

безопасности в чрезвычайной ситуации?

**Тема № 2.** Человек и среда обитания.

1. Перечислите факторы негативного воздействия источников ЧС на человека и среду его обитания.
2. Назовите известные вам методы определения поражающего действия негативных факторов на человека.
3. Перечислите степени термического поражения человека.
4. От чего зависит степень барического воздействия?
5. Перечислите типы воздействия ОХВ на человека.
6. Охарактеризуйте известные вам дозы радиационного воздействия.
7. Перечислите основные меры профилактики зоонозных инф. заболеваний и инф. заболеваний желудочно-кишечного тракта.

**Тема № 3.** Природные чрезвычайные ситуации.

1. Перечислите шкалы оценки силы землетрясений.
2. Как вести себя во время землетрясений?
3. Что такое цунами? Перечислите причины его возникновения.
4. Назовите причины образования селей.
5. Каковы причины образования и последствия ураганов и смерчей?
6. Перечислите разновидности наводнений. Каковы причины их возникновения, последствия и правила поведения.
7. Перечислите разновидности лесных и торфяных пожаров.

8. Какова последовательность действий учителя при возникновении ЧС природного происхождения.

**Тема № 4.** Автономное существование человека в природе.

1. Объясните значимость различных факторов выживания в условиях вынужденного автономного существования.
2. Перечислите последовательность действий при попадании человека в условия автономно существования.

**Тема № 5.** ЧС криминогенного характера.

1. Перечислите основные зоны опасные в отношении возможности возникновения криминогенных ситуаций.
2. Какие признаки говорят о возможности возникновения той или иной ситуации криминогенного характера?
3. Каким образом можно избежать криминогенной опасности?
4. Каковы правила поведения в различных криминогенных ситуациях?

**Тема № 6.** ЧС техногенного характера.

1. Как классифицируются ЧС техногенного происхождения?
2. Перечислите основные поражающие факторы при возникновении пожаров и взрывов? Каковы правила поведения в подобных ситуациях?
3. Перечислите основные действия населения при угрозе и в случае возникновения химической или радиационной аварии.
4. Каковы правила поведения в случае неизбежности ДТП?
5. Назовите основные правила безопасности при путешествии авиационным транспортом. Как вести себе при декомпрессии?
6. Перечислите правила поведения в метрополитене. Какую опасность несут в себе основные зоны метрополитена?

**Тема № 7.** Гражданская оборонаи ее задачи.

1. Перечислите разновидности ядерных взрывов.
2. Какова классификация ОВ по токсическому действию?
3. Назовите ОВ нервно-паралитического действия.
4. Назовите ОВ удушающего и общеядовитого действия.
5. Назовите ОВ кожно-нарывного действия.
6. Перечислите специфические особенности бактериологического, метеорологического и экологического оружия.
7. Как вести себя на территории военных действий?
8. Перечислите защитные сооружения гражданской обороны.
9. Каковы основные задачи и пути решения организации ГО в образовательном учреждении?

**Тема № 8.** Экстремальные ситуации аварийного характера в жилище.

1. Как защитить квартиру от проникновения посторонних лиц?
2. Какие действия необходимо предпринять в случае возникновения пожара в квартире?
3. Перечислите заблаговременные действия при подготовке к аварийным ситуациям в жилище.
4. Назовите симптомы поражения эл. током. Какая неотложная помощь необходима в данной ситуации?

**5.3. Темы для написания самостоятельных работ**

1. Потенциально опасные объекты на территории региона постоянного проживания на момент обучения, телефоны экстренной помощи.
2. Боррелиоз, бешенство, сальмонеллез. Профилактика, симптомы, первая помощь.
3. Наводнения в Санкт-Петербурге
4. Природные пожары в России.
5. Землетрясения в России.
6. Ориентирование на местности по солнцу. Специальная система подачи сигналов.
7. Мошенничество в современных условиях жизни и деятельности. Его виды и способы защиты.
8. Конвенции и соглашения по разоружению.
9. Защитные сооружения гражданской обороны в месте постоянного проживания на момент обучения.
10. Северо-Западный регион. Краткая характеристика.

**5.4. Примерные темы презентаций**

* + 1. Чрезвычайные ситуации природного происхождения на территории Северо-Западного региона.
    2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера на территории Северо-Западного региона.
    3. Терроризм в России.

**6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  пп | № блока (раздела) дисциплины | Форма текущего контроля |
| 1. | *Тема 1.* | Предоставление конспектов по темам:  - Предмет, цель и задачи курса БЖД. Основные понятия и определения. Классификация и стадии чрезвычайных ситуаций.  - Назначение, задачи и структура РСЧС. Система МЧС Росси.  - Российская система предупреждения и действий в ЧС.  - Факторы выживания.  - Психология несчастных случаев и ЧС.  - Негативные факторы воздействия источников ЧС на человека и среду обитания.  Самостоятельная работа на тему: «Потенциально опасные объекты на территории региона постоянного проживания на момент обучения, телефоны экстренной помощи». |
| 2. | *Тема 2.* | Предоставление конспектов по темам:  - Негативные факторы воздействия источников ЧС на человека и среду обитания.  - Инфекционные заболевания людей и животных.  Самостоятельная работа на тему:  «Боррелиоз, бешенство, сальмонеллез. Профилактика, симптомы, первая помощь».  Презентация по одной из тем раздела.\* |
| 3. | *Тема 3.* | Предоставление конспектов по темам:  - Землетрясения.  - Цунами. Наводнения.  - Ураганы и смерчи.  - Сели, оползни, снежные лавины.  - Природные пожары.  - Действия учителя при стихийных бедствиях.  Самостоятельная работа на тему:  - Наводнения в Санкт-Петербурге  - Природные пожары в России.  - Землетрясения в России.  Презентация по одной из тем раздела.\* |
| 4. | *Тема 4.* | Предоставление конспектов по темам:  - Экстремальные ситуации в природных условиях.  Самостоятельная работа на тему:  «Ориентирование на местности по солнцу. Специальная система подачи сигналов».  Презентация по одной из тем раздела\*  Тестирование по темам 1-4 разделов программы. |
| 5. | *Тема 5.* | Предоставление конспектов по темам:  - Криминогенные ситуации.  - Терроризм.  Самостоятельная работа на тему:  - Мошенничество в современных условиях жизни и деятельности. Его виды и способы защиты.  Презентация по одной из тем раздела.\* |
| 6. | *Тема 6.* | Предоставление конспектов по темам:  - Чс техногенного характера. Аварии на гидротехнических сооружениях.  - Пожары и взрывы.  - Аварии с выбросом радиоактивных и химически опасных веществ.  - ЧС аварийного характера на транспорте.  Презентация по одной из тем раздела.\* |
| 7. | *Тема 7.* | Предоставление конспектов по темам:  - Гражданская оборона в системе национальной безопасности.  - Ядерное, химическое и бактериологическое оружие.  - Выживание на территории военных действий.  - Организация защиты населения в мирное и военное время.  Самостоятельная работа на тему:  - Конвенции и соглашения по разоружению.  - Защитные сооружения гражданской обороны в месте постоянного проживания на момент обучения.  Презентация по одной из тем раздела.\* |
| 8. | *Раздел 8.* | Предоставление конспектов по темам:  - Экстремальные ситуации аварийного характера в жилище.  Презентация по одной из тем раздела\*  Тестирование по темам 1-8 разделов программы. |

**\***Обучающийся готовит презентацию по одной из выбранных тем любого раздела программы

**7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Авторы | Место издания | Год издания | Наличие | |
| Печатные издания | ЭБС (адрес в сети Интернет) |
|  | Безопасность жизнедеятельности | общ. Ред. С.В. Белова. | М. : Высш. Шк. | 1999 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности | Под ред. Э.А. Арустамова | М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К» | 2003 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности | ред. Л.А.Михайлов | СПб.: Питер | 2008 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности | В.Ю. Мирюков | Ростов н/Д: Феникс | 2007 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности | Ред. С.В. Белова | М.: Высш. Шк | 2004 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности | Гринин А.С. | М.: ФИАР-ПРЕСС | 2002 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности | ред. Л.А. Михайлов | СПб.: Питер | 2006 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф | Г.С. Ястребов; Б.В. Кабарухин | Ростов н/Д: Феникс | 2007 | + |  |
|  | Управление безопасностью жизнедеятельности людей | М.Х. Шрага, Л.И. Кудря, Н.К. Смирнов | Архангельск: Поморский ун-тет | 2004 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности | ред. Л.А. Михайлов | М.: Academia | 2009 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности | ред. Э.А. Арустамов | М.: Дашков и К° | 2009 | + |  |
|  | Безопасность жизнедеятельности : словарь-справочник | Р.И. Айзман, С.В. Петров, А.Д. Корощенко | Новосибирск : Сибирское ун-тетское изд-во | 2010 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
|  | Безопасность жизнедеятельности. Конспект лекций : учебное пособие | Крюков, Р.В | М. : А-Приор | 2011 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
|  | Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи : учебное пособие | под общ. ред. Р.И. Айзман, С.Г. Кривощекова, И.В. Омельченко | Новосибирск : Сибирское университетское издательство | 2005 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |
|  | Опасные ситуации техногенного характера и защита от них: основы радиационной безопасности : учебное пособие | Тимкин, А.В | М. ; Берлин : Директ-Медиа | 2015 |  | [http://biblioclub.ru/](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=241967&sr=1http://biblioclub.ru/) |

**8. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. Официальный сайт МЧС России – Режим доступа: <http://www.mchs.gov.ru/>
2. ГУ МЧС России по г. С.-Петербургу – Режим доступа: <http://78.mchs.gov.ru/>
3. ГУ МЧС по Ленинградской области – Режим доступа: <http://47.mchs.gov.ru/>
4. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online». – Режим доступа:  [http://biblioclub.ru](http://www.knigafund.ru/)

**9. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

В ходе осуществления образовательного процесса используются средства телекоммуникационного общения преподавателя и обучающихся.

* 1. **Требования к программному обеспечению учебного процесса**

Для успешного освоения дисциплины используются следующие программные средства: Microsoft Word; Microsoft Visio; Microsoft Excel; Microsoft Power point.

* 1. **Информационно-справочные системы (при необходимости)**

Информационно–правовая система «Гарант» - <http://www.garant.ru/>

**10. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Перечень материально-технического обеспечения, необходимого для проведения занятий по дисциплине:

- учебные аудитории для занятий лекционного типа, семинарского типа, курсового проектирования, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенные мультимедийным оборудованием (ПК в комплекте: системный блок, монитор, клавиатура, мышь, проектор), экраном настенным, доской (маркерной) и специализированной мебелью (учебные столы и стулья, стол и стул преподавателя). Для проведения занятий лекционного типа по дисциплине предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий; для практических занятий используется учебный тренажер для легочной реанимации «Максим», макет костюма химзащиты.

Для самостоятельной работы используются аудитории, укомплектованные мебелью для обучающихся и техническими средствами с выходом в интернет и обеспечением доступа в электронно-информационно-образовательную среду вуза.