

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Кислова Наталья Николаевна

Должность: Проректор по УМР и качеству образования

Дата подписания: 11.08.2025 15:06:57

Уникальный программный ключ:

52802513f5b14a975b3e9b13008095b5726b159b6b04f8b5ae63b96a966c033

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

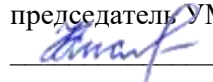
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра физического воспитания и спорта

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ

 **Н.Н. Кислова**

МОДУЛЬ "ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ" **Безопасность жизнедеятельности**

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Физического воспитания и спорта		
Учебный план	ФФКС-625Фо(4г) Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»		
Квалификация	бакалавр		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах: экзамены 3	
в том числе:			
аудиторные занятия	28		
самостоятельная работа	80		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	3(2.1)		Итого	
	УП	РПД	УП	РПД
Вид занятий				
Лекции	10	10	10	10
Практические	18	18	18	18
В том числе инт.	6	6	6	6
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	28	28	28	28
Сам. работа	80	80	80	80
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

Богомолова Елена Александровна
Лизунова Елена Владимировна

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины
Безопасность жизнедеятельности

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 21.03.2025 протокол № 9.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры
Физического воспитания и спорта

Протокол от 27.05.2025 г. № 10

Зав. кафедрой Воеводина Т.М.

Начальник УОП



Н.А. Доманина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель изучения дисциплины: формирование у бакалавров представлений о безопасных и комфортных условиях труда на рабочем месте, последствиях воздействия негативных факторов на организм человека, а также о действиях в условиях возникновения чрезвычайных ситуаций и использованию методов защиты от них.

Задачи изучения дисциплины: владение основными понятиями в области безопасности жизнедеятельности; знание основных видов чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, причин и особенностей каждого из видов ЧС; изучение целей и задач спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий; развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья через овладение принципами здорового образа жизни.

Область профессиональной деятельности: 05 Физическая культура и спорт

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.О.05

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Содержание дисциплины базируется на материале:

Психология

Физическая культура

2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Правовые основы профессиональной деятельности

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

УК-8.1. Обеспечивает безопасные и/или комфортные условия труда на рабочем месте; выявляет и устраняет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте

Знает основные негативные факторы среды обитания; теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек - среда обитания»; основные принципы здорового образа жизни; методы профилактики стресса и утомления; оптимальные параметры микроклимата; особенности влияния электромагнитного излучения на здоровье человека, классификацию источников электромагнитного излучения; особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека, санитарные нормы допустимого уровня шума; особенности воздействия на человека ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений и источники данных видов излучений; принципы радиационной безопасности; основные принципы организации безопасного и комфортного освещения; правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности; анатомо-физиологические последствия для человека воздействия опасных и вредных факторов окружающей среды; методы защиты от повышенного уровня шума; сущность понятия «техника безопасности» и ее цели; причины производственного травматизма и заболеваний; мероприятия по улучшению условий труда на рабочем месте.

Умеет применять средства защиты от негативных воздействий факторов внешней среды (электромагнитного, ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучения, шума, вибрации, электрического тока, химических веществ).

Владет навыками составления оценки условий труда на рабочем месте; навыками составления алгоритма действий при угрозе возникновения негативных факторов внешней среды.

УК-8.2. Имеет представление об использовании технологий виртуальной реальности для подготовки к осуществлению действий в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

Знает: сущность понятия «технология виртуальной реальности»; значение и преимущества виртуальной подготовки к осуществлению действий в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

УК-8.3. Готов поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества

Знает определение и классификацию безопасных условий жизнедеятельности; чрезвычайные ситуации природного характера; основы прогнозирования и предупреждения ЧС природного происхождения; права и обязанности граждан РФ в области защиты от ЧС и их последствий; предназначение, задачи, структуру и режимы функционирования Российской системы предупреждения и ликвидации ЧС; сущность понятия «устойчивое развитие общества»; принципы концепции устойчивого развития общества.

Умеет классифицировать безопасные условия жизнедеятельности; классифицировать чрезвычайные ситуации природного характера; распознавать признаки приближающихся ЧС; составлять алгоритм действий при угрозе возникновения и внезапном возникновении ЧС в природной среде.

Владет навыками составления алгоритма действий при внезапном возникновении, угрозе возникновения стихийных бедствий.

УК-8.4. Готов принимать участие в спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

Знает силы и средства ликвидации ЧС; цели и основные задачи спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий; особенности оповещения населения о ЧС, военных конфликтов и его эвакуацию; специальную (полную или частичную) обработку населения и территорий после ЧС.

Умеет составлять алгоритм действий при проведении спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

Владеет навыками составления алгоритма действий при возникновении спасательных и неотложных аварийно-восстановительных работ.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)				
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности			
1.1	Основные негативные факторы среды обитания /Лек/	3	6	1
1.2	Понятие об опасности и безопасности. Безопасность в различных сферах жизнедеятельности /Пр/	3	6	1
1.3	Особенности влияния электромагнитного излучения на здоровье человека. Методы и способы защиты /Пр/	3	4	1
1.4	Особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека. Методы защиты от шума /Ср/	3	6	0
1.5	Методы профилактики стресса и утомления /Ср/	3	6	0
1.6	Особенности воздействия на человека ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений и источники данных видов излучений /Ср/	3	6	0
1.7	Оптимальные параметры микроклимата в помещениях образовательных учреждений /Ср/	3	6	0
1.8	Принципы организации безопасного и комфортного освещения в учебных помещениях образовательных учреждений /Ср/	3	6	0
1.9	Правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности /Ср/	3	6	0
	Раздел 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и защита от них			
2.1	Общая характеристика ЧС природного характера, их классификация /Лек/	3	4	1
2.2	Понятие «чрезвычайная ситуация природного характера», причины возникновения ЧС. Классификация ЧС природного характера. Правила поведения /Пр/	3	4	1
2.3	Права и обязанности граждан РФ в области защиты от ЧС природного и техногенного характера /Ср/	3	6	0
2.4	Общая характеристика ЧС техногенного характера, их классификация /Ср/	3	3	0
2.5	Понятие «чрезвычайная ситуация техногенного характера», причины возникновения ЧС. Классификация ЧС техногенного характера. Правила поведения /Ср/	3	3	0
2.6	Структура и режимы функционирования Российской системы предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного происхождения /Ср/	3	5	0
2.7	Предназначение, задачи, Российской системы предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного происхождения /Ср/	3	5	0
	Раздел 3. Спасательные и неотложные аварийно-восстановительные мероприятия в случае возникновения ЧС			
3.1	Эвакуация и рассредоточение населения из опасной зоны /Пр/	3	4	1
3.2	Общая характеристика спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий /Ср/	3	5	0
3.3	Специальная обработка населения и территорий после ЧС /Ср/	3	6	0
3.4	Силы и средства ликвидации ЧС /Ср/	3	6	0
3.5	Особенности оповещения населения о ЧС /Ср/	3	5	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)	
5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)	
3 семестр, 5 лекций, 9 практических занятий	
Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	
Лекции № 1-3 (6 часов)	
Основные негативные факторы среды обитания	
Вопросы и задания:	
1. Определение понятия «негативные факторы среды обитания»	
2. Классификация негативных факторов среды обитания:	
2.1 Психофизиологические факторы.	
2.2. Физические факторы.	
2.3. Химические факторы.	
2.4. Биологические факторы.	
Практические занятия № 1-3 (6 часов)	
Понятие об опасности и безопасности. Безопасность в различных сферах жизнедеятельности	
Вопросы и задания:	
1. Понятие опасности и безопасности.	
2.Безопасность в различных сферах жизнедеятельности:	

- 2.1. Безопасность в городской среде.
- 2.2. Безопасность в производственной среде.
- 2.3. Безопасность в быту.
- 2.4. Безопасность в окружающей природной среде.

Практические занятия № 4-5 (4 часа)

Особенности влияния электромагнитного излучения на здоровье человека. Методы и способы защиты.

Вопросы и задания:

1. Определение понятия «Электромагнитное излучение».
2. Основные источники электромагнитного излучения.
3. Влияние электромагнитного излучения на здоровье человека.
4. Методы и способы защиты от ЭМИ.

Раздел 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и защита от них

Лекции № 4-5 (4 часа)

Общая характеристика ЧС природного характера, их классификация

Вопросы и задания:

1. Определение понятия «ЧС природного характера».
2. Классификация ЧС природного характера: тектонические, ландшафтные, гидрологические, метеорологические.
3. Причины возникновения ЧС природного характера.
4. Последствия от ЧС природного характера.

Практические занятия № 6-7 (4 часа)

Понятие «чрезвычайная ситуация природного характера», причины возникновения ЧС. Классификация ЧС природного характера. Правила поведения

Вопросы и задания:

1. Понятие «чрезвычайной ситуации природного характера».
2. Причины возникновения ЧС природного характера.
3. Классификация ЧС природного характера:
 - 3.1. Ландшафтные.
 - 3.2. Гидрологические.
 - 3.3. Метеорологические.
 - 3.4. Тектонические
4. Правила поведения при ЧС природного характера.

Раздел 3. Спасательные и неотложные аварийно-восстановительные мероприятия в случае возникновения ЧС

Практические занятия № 8-9 (4 часа)

Эвакуация и рассредоточение населения из опасной зоны.

Вопросы и задания:

1. Определение понятий «эвакуация», «рассредоточение», «загородная зона».
2. Способы и средства защиты населения в чрезвычайных ситуациях: сигналы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях.
3. Порядок действий при объявленной эвакуации населения.
4. Защитные сооружения гражданской обороны.

5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека. Методы защиты от шума	Подготовка сообщения	Сообщение
2	Методы профилактики стресса и утомления		
3	Особенности воздействия на человека ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений и источники данных видов излучений		
4	Оптимальные параметры микроклимата в помещениях образовательных учреждений		
5	Принципы организации безопасного и комфортного освещения в учебных помещениях образовательных учреждений		
6	Правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности	Перечень правовой нормативно-технической документации в области безопасности жизнедеятельности	Таблица
7	Права и обязанности граждан РФ в	Подготовка конспектов	Конспект практического

	области защиты от ЧС природного и техногенного характера	практическим занятиям	занятия
8	Общая характеристика ЧС техногенного характера, их классификация		
9	Структура и режимы функционирования Российской системы предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного происхождения	Подготовка конспектов к практическим занятиям	Конспект практического занятия
10	Предназначение, задачи, Российской системы предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного происхождения	Выполнение проекта	Проект (электронная презентация)
11	Общая характеристика спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий	Подготовка конспектов к практическим занятиям	Конспект практического занятия
12	Специальная обработка населения и территорий после ЧС		
13	Силы и средства ликвидации ЧС		
14	Особенности оповещения населения о ЧС	Подготовка сообщения	Сообщение

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Ликвидация ЧС природного и техногенного происхождения	Поиск (подбор) и обзор электронных источников информации по заданной проблеме. К каждой ссылке должна присутствовать аннотация (электронный адрес, название сайта, организация, которой принадлежит сайт, какую именно информацию он содержит, источник информации, содержащейся на сайте, автор публикации, год размещения информации). Список оформлен в виде таблицы с колонками «Учебная тема», «Адрес электронного ресурса (URL-адрес)», «Краткая аннотация».	Аннотированный каталог Интернет-ресурсов по темам дисциплины
2	- Снежные лавины - Цунами. - Наводнения - Снежные и пыльные бури - Оползни - Селевые потоки	Подготовка презентации по заданной теме с использованием программы MS PowerPoint. Выбранная тема должна быть освещена полностью, материал темы представлен на слайдах в основном в виде различных схем, таблиц и т.д. с добавлением рисунков-иллюстраций. Количество слайдов - не менее 15.	Презентация по одной из тем дисциплины
3	Чрезвычайные ситуации и защита от них	Выполнение заданий для самостоятельной работы в рабочих тетрадях: - «Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения». – Самара: Изд-во ПГСГА, 2012.	Заполненная рабочая тетрадь
4	Здоровьесберегающее пространство образовательного учреждения	Подготовка сценария внеклассного мероприятия для школьников.	Сценарий внеклассного мероприятия

5.3.Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Дата обращения к электронным учебным изданиям, электронным образовательным ресурсам, современным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л1.1	Плошкин В.В.	Плошкин, В.В. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие для вузов / Ч. 1. – 380 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271548 – ISBN 978-5-4475-3694-7.	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015.
Л1.2	Танашев В.Р.	Танашев, В.Р. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / 314 с.; ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=349053 – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-4558-1. – DOI 10.23681/349053.	Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2015.

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
Л2.1	Маслова Л.Ф.	Маслова, Л.Ф. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / ФГБОУ ВПО «Ставропольский государственный аграрный университет». — 87 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277462	Ставрополь: Ставропольский государственный аграрный университет, 2014.
Л2.2	Екимова И.А.	Екимова, И.А. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Министерство образования и науки Российской Федерации, Томский Государственный Университет Систем Управления и Радиоэлектроники (ТУСУР). — 192 с.: табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=208696 – Библиогр.: с. 187-188. – ISBN 978-5-4332-0031-9.	Томск: Эль Контент, 2012.

6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat Reader DC
- Dr.Web Desktop Security Suite, Dr.Web Server Security Suite
- GIMP
- Microsoft Office 365 Pro Plus - subscription license (12 month).
- Microsoft Windows 10 Education
- XnView
- Архиватор 7-Zip

6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Учебная аудитория. Оснащенность: Меловая доска-1шт., Комплект учебной мебели
7.2	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю. Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах. Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

Курс 2 Семестр 3

Видконтроля		Минимальноеколич ествобаллов	Максимальноекол ичествобаллов
Наименование раздела: «Теоретические основы безопасности жизнедеятельности»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	9	12
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	7	12
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	3	9
Контрольное мероприятие по разделу:		3	5
Промежуточный контроль		22	38
Наименование раздела: «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и защита от них»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	9	12
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	5	12
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	3	8
Контрольное мероприятие по разделу:		0,5	5
Промежуточный контроль		17,5	37
Наименование раздела: «Спасательные и неотложные аварийно-восстановительные мероприятия в случае возникновения ЧС»			
Текущий контроль по разделу:			
1	Аудиторная работа	9	12
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	1	2
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	3	6
Контрольное мероприятие по разделу:		3,5	5
Промежуточный контроль		16,5	25
Промежуточная аттестация		56	100

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Теоретические основы безопасности жизнедеятельности»			
1	Аудиторная работа	Выступление по проблемным вопросам. Выступление с докладом. Критерии оценки и количество баллов: 9 баллов – короткие дополнения или замечания по одному-двум вопросам; 10 баллов - содержательный ответ на один из вопросов; 12 баллов – содержательный и глубокий ответ на два-три обсуждаемых вопроса, либо существенные дополнения по всем обсуждаемым вопросам.	Тема: 1. Основные негативные факторы среды обитания 2. Понятие об опасности и безопасности. Безопасность в различных сферах жизнедеятельности 3. Особенности влияния электромагнитного излучения на здоровье человека. Методы и способы защиты Образовательный результат: Знает: основные негативные факторы среды обитания; теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек - среда обитания»; основные принципы здорового образа жизни; методы профилактики стресса и утомления; оптимальные

			параметры микроклимата в помещениях образовательных учреждений; особенности влияния электромагнитного излучения на здоровье человека, классификацию источников электромагнитного излучения; особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека, санитарные нормы допустимого уровня шума в помещениях образовательных учреждений; особенности воздействия на человека ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений и источники данных видов излучений; принципы радиационной безопасности; принципы организации безопасного и комфортного освещения в учебных помещениях образовательных учреждений.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Выполнение сообщений по заданной теме. Критерии оценки и количество баллов: 0 баллов – материал не подготовлен. 7 баллов – произведен правильный выбор материала, согласно формулировке темы, логически связан, но в не полном объеме. 12 баллов – материал подготовлен содержательно, прослеживается логика изложения материала.	Тема: 1. Особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека. Методы защиты от шума 2. Методы профилактики стресса и утомления 3. Особенности воздействия на человека ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений и источники данных видов излучений 4. Оптимальные параметры микроклимата в помещениях образовательных учреждений 5. Принципы организации безопасного и комфортного освещения в учебных помещениях образовательных учреждений 6. Правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности Образовательный результат: Знает: оптимальные параметры микроклимата в помещениях образовательных учреждений; особенности влияния электромагнитного излучения на здоровье человека, классификацию источников электромагнитного излучения; особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека, санитарные нормы допустимого уровня шума в помещениях образовательных учреждений; особенности воздействия на человека ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений и источники данных видов излучений; принципы радиационной безопасности; принципы организации безопасного и комфортного освещения в учебных помещениях образовательных учреждений.

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
 Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»
 Рабочая программа дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

3	Самостоятельная работа (на выбор)	Подготовка сценария внеклассного мероприятия для школьников. Критерии оценки и количество баллов: 3 баллов – в конспекте сценария отсутствует логика изложения хода мероприятия. 6 баллов – произведен правильный выбор материала сценария, согласно формулировке темы, логически связан, но в не полном объеме. 9 баллов – материал подготовлен содержательно, включает в себя цели, задачи, необходимое оборудование; в сценарии прослеживается логика изложения материала.	Подготовка сценария внеклассного мероприятия для школьников. «Здоровьесберегающее пространство образовательного учреждения». Образовательный результат: Знает: теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек - среда обитания»; основные принципы здорового образа жизни; методы профилактики стресса и утомления; оптимальные параметры микроклимата в помещениях образовательных учреждений; Умеет: создавать и поддерживать здоровьесберегающие условия для учебного процесса и внеурочной деятельности учащихся в образовательных учреждениях, соответствующие требованиям СанПиН и ГОСТ.
Контрольное мероприятие по разделу		Задание: выполнение теста с заданиями закрытого типа с выбором 1 правильного ответа из предложенных. Критерии оценки: за каждый правильный ответ - 1 балл. Количество баллов: max – 5 баллов, min – 3балла.	Темы: Основные негативные факторы среды обитания. Понятие об опасности и безопасности. Безопасность в различных сферах жизнедеятельности. Особенности влияния электромагнитного излучения на здоровье человека. Методы и способы защиты. Особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека. Методы защиты от шума. Методы профилактики стресса и утомления Образовательный результат: Знает: основные негативные факторы среды обитания; теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек - среда обитания»; особенности влияния электромагнитного излучения на здоровье человека, классификацию источников электромагнитного излучения; особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека, санитарные нормы допустимого уровня шума в помещениях образовательных учреждений; особенности воздействия на человека ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений и источники данных видов излучений; принципы радиационной безопасности; принципы организации безопасного и комфортного освещения в учебных помещениях образовательных учреждений.
Промежуточный контроль (количество баллов)		Максимальное количество баллов за промежуточный контроль – 38, минимальное – 22.	Темы: 1. Основные негативные факторы среды обитания 2. Понятие об опасности и безопасности. 3. Безопасность в различных сферах жизнедеятельности 4. Особенности влияния электромагнитного излучения

		на здоровье человека. Методы и способы защиты. 5. Особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека. Методы защиты от шума. 6. Методы профилактики стресса и утомления 7. Особенности воздействия на человека ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений и источники данных видов излучений Образовательный результат: Знает: основные негативные факторы среды обитания; теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек - среда обитания»; основные принципы здорового образа жизни; методы профилактики стресса и утомления; оптимальные параметры микроклимата в помещениях образовательных учреждений; особенности влияния электромагнитного излучения на здоровье человека, классификацию источников электромагнитного излучения; особенности воздействия шума на физиологию и психологию человека, санитарные нормы допустимого уровня шума в помещениях образовательных учреждений; особенности воздействия на человека ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений и источники данных видов излучений; принципы радиационной безопасности; принципы организации безопасного и комфортного освещения в учебных помещениях образовательных учреждений. Умеет: создавать и поддерживать здоровьесберегающие условия для учебного процесса и внеурочной деятельности учащихся в образовательных учреждениях, соответствующие требованиям СанПиН и ГОСТ. Владеет: навыками составления оценки условий труда на рабочем месте
Текущий контроль по разделу «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и защита от них»		
1	Аудиторная работа	Выступление по проблемным вопросам. Выступление с докладом. Критерии оценки и количество баллов: 9 баллов – короткие дополнения или замечания по одному-двум вопросам; 10 баллов - содержательный ответ на один из вопросов; 12 баллов – содержательный и глубокий ответ на два-три обсуждаемых вопроса, либо существенные дополнения по всем Темы: 1. Общая характеристика ЧС природного характера, их классификация 2. Понятие «чрезвычайная ситуация природного характера», причины возникновения ЧС. Классификация ЧС природного характера. Правила поведения Образовательный результат: Знает: определение и классификацию чрезвычайных

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
 Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»
 Рабочая программа дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

		обсуждаемым вопросам.	ситуаций (ЧС) по характеру происхождения, по масштабам последствий и по причинам возникновения; основы прогнозирования и предупреждения ЧС природного и техногенного происхождения.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Выполнение конспекта практического занятия по заданной теме. Критерии оценки и количество баллов: 0 баллов – материал не подготовлен. 5 баллов – произведен правильный выбор материала, согласно формулировке темы, логически связан, но в не полном объеме. 12 баллов – материал подготовлен содержательно, подробно, логически связано.	Темы: 1. Права и обязанности граждан РФ в области защиты от ЧС природного и техногенного характера 2. Общая характеристика ЧС техногенного характера, их классификация 3. Понятие «чрезвычайная ситуация техногенного характера», причины возникновения ЧС. Классификация ЧС техногенного характера. Правила поведения 4. Структура и режимы функционирования Российской системы предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного происхождения 5. Предназначение, задачи, Российской системы предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного происхождения Образовательный результат: Знает: основы прогнозирования и предупреждения ЧС природного и техногенного происхождения; права и обязанности граждан РФ в области защиты от ЧС природного и техногенного характера и их последствий; предназначение, задачи, структуру и режимы функционирования Российской системы предупреждения и ликвидации ЧС природного и техногенного происхождения. Умеет: классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера; распознавать признаки приближающихся ЧС.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	Составление аннотированного каталога Интернет-ресурсов по теме дисциплины Критерии оценки: за каждый ресурс – 0,5 балла. Максимальное количество баллов за задание – 5, минимальное – 2. Разработка презентации по одной из тем дисциплины: Максимальное количество баллов за задание – 3, минимальное – 1.	Тема: - Ликвидация ЧС природного и техногенного происхождения. - Снежные лавины - Цунами. - Наводнения - Оползни - Селевые потоки - Снежные и пыльные бури. Образовательный результат: Знает: определение и классификацию чрезвычайных ситуаций (ЧС) по характеру происхождения, по масштабам последствий и по причинам возникновения; основы прогнозирования и предупреждения ЧС

			природного и техногенного происхождения. Умеет: классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера; распознавать признаки приближающихся ЧС; составлять алгоритм действий при угрозе возникновения и внезапном возникновении ЧС природного и техногенного характера. Владеет: навыками составления алгоритма действий при внезапном возникновении, угрозе возникновения стихийных бедствий и ЧС техногенного происхождения.
Контрольное мероприятие по разделу		Задание: выполнение теста с заданиями закрытого типа с выбором 1 правильного ответа из предложенных. Критерии оценки: за каждый правильный ответ – 0,5 балла. Количество баллов: max – 5 баллов.	Темы: 1. Общая характеристика ЧС природного характера, их классификация. Правила поведения. 2. Общая характеристика ЧС техногенного характера, их классификация. Правила поведения. Образовательный результат: Знает: определение и классификацию чрезвычайных ситуаций (ЧС) по характеру происхождения, по масштабам последствий и по причинам возникновения; основы прогнозирования и предупреждения ЧС природного и техногенного происхождения.
Промежуточный контроль (количество баллов)		Максимальное количество баллов за промежуточный контроль – 37, минимальное – 17,5.	Темы: 1. Общая характеристика ЧС природного характера, их классификация. Правила поведения. 2. Общая характеристика ЧС техногенного характера, их классификация. Правила поведения. Образовательный результат: Знает: определение и классификацию чрезвычайных ситуаций (ЧС) по характеру происхождения, по масштабам последствий и по причинам возникновения; основы прогнозирования и предупреждения ЧС природного и техногенного происхождения. Умеет: классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Владеет: навыками составления алгоритма действий при внезапном возникновении, угрозе возникновения стихийных бедствий и ЧС техногенного происхождения.
Текущий контроль по разделу «Спасательные и неотложные аварийно-восстановительные мероприятия в случае возникновения ЧС»			
1	Аудиторная работа	Выступление по проблемным вопросам. Выступление с докладом. Критерии оценки и количество баллов: 9 баллов – короткие дополнения или замечания по одному-двум вопросам; 10 баллов - содержательный ответ на один из вопросов;	Тема: 1. Эвакуация и рассредоточение населения из опасной зоны Образовательный результат: Знает: силы и средства ликвидации ЧС; цели и основные задачи спасательных и неотложных

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
 Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»
 Рабочая программа дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

		12 баллов – содержательный и глубокий ответ на два-три обсуждаемых вопроса, либо существенные дополнения по всем обсуждаемым вопросам.	аварийно-восстановительных мероприятий; особенности оповещения населения о ЧС и его эвакуацию; специальную (полную или частичную) обработку населения и территорий после ЧС.
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Выполнение конспекта практического занятия по заданной теме. Критерии оценки и количество баллов: 0 баллов – материал не подготовлен. 1 балл – произведен правильный выбор материала, согласно формулировке темы, логически связан, но в не полном объеме. 2 балла – материал подготовлен содержательно, подробно, логически связано.	Темы: 1. Общая характеристика спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий 2. Специальная обработка населения и территорий после ЧС 3. Силы и средства ликвидации ЧС/ 4. Особенности оповещения населения о ЧС /Ср/ Образовательный результат: Знает: особенности оповещения населения о ЧС и его эвакуацию; специальную (полную или частичную) обработку населения и территорий после ЧС.
3	Самостоятельная работа (на выбор)	Выполнение заданий для самостоятельной работы в рабочих тетрадях: - «Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения». – Самара: Изд-во ПГСГА, 2012. Критерии оценки и количество баллов: 0 баллов – не заполнена рабочая тетрадь. 3 балла – рабочая тетрадь заполнена, но в не полном объеме. 6 баллов – рабочая тетрадь правильно заполнена, выполнены все задания по данному разделу.	Темы: 1. Общая характеристика спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий 2. Эвакуация и рассредоточение населения из опасной зоны. 3. Специальная обработка населения и территорий после ЧС Образовательный результат: Знает: особенности оповещения населения о ЧС и его эвакуацию; специальную (полную или частичную) обработку населения и территорий после ЧС.
Контрольное мероприятие по разделу		Задание: выполнение теста с заданиями закрытого типа с выбором 1 правильного ответа из предложенных. Критерии оценки: за каждый правильный ответ – 0,5 балла. Количество баллов: max – 5 баллов.	Темы: 1. Общая характеристика спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий 2. Эвакуация и рассредоточение населения из опасной зоны. 3. Специальная обработка населения и территорий после ЧС. Образовательный результат: Знает: силы и средства ликвидации ЧС; цели и основные задачи спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий; особенности оповещения населения о ЧС и его эвакуацию; специальную обработку населения и территорий после ЧС.
Промежуточный контроль (количество баллов)		Максимальное количество баллов за промежуточный контроль – 25, минимальное – 16,5.	Темы: 1. Общая характеристика спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий 2. Эвакуация и рассредоточение населения из опасной

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура
 Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»
 Рабочая программа дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

		зоны. 3. Специальная обработка населения и территорий после ЧС. Образовательный результат: Знает: силы и средства ликвидации ЧС; цели и основные задачи спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий; особенности оповещения населения о ЧС и его эвакуацию; специальную (полную или частичную) обработку населения и территорий после ЧС. Умеет: составлять алгоритм действий при проведении спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций. Владеет: навыками составления алгоритма действий при возникновении спасательных и неотложных аварийно-восстановительных работ.
Промежуточная аттестация	Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	