

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ВОРОНЕЖСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной
деятельности

_____ Е.В. Суханова

«25» июня 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Безопасность жизнедеятельности»

Направление подготовки:

49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Направленность (профиль):

«Спортивно-оздоровительный туризм»

Квалификация (степень) выпускника:

«Бакалавр»

Форма обучения:

Очная 1 курс 1 семестр

Год набора: 2024

Разработчик рабочей программы:

«Кафедра медико-биологических, естественно-научных
и математических дисциплин»

Воронеж 2024

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО

на заседании кафедры «Медико-биологических, естественнонаучных и математических дисциплин»

протокол № 9

от «09» апреля 2024 г.

Заведующий кафедрой

И.Е. Попова

Руководитель ОПОП ВО

И.Н. Маслова

СОГЛАСОВАНО

на заседании учебно-методического совета
протокол № 5

от «20» июня 2024 г.

Начальник учебного отдела

В.Б. Маркина

Заведующая библиотекой

А.В. Утицких

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Безопасность жизнедеятельности» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» (приказ № 943 Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017г. зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 16.10.2017 г. № 48565) и с учетом индивидуальных особенностей лиц с отклонением в состоянии здоровья.

Автор:

Холодов Олег Михайлович – к.п.н., доцент, доцент кафедры «Медико-биологических, естественнонаучных и математических дисциплин»

Рецензент:

Маслова И.Н. – зав. кафедрой «Теории и методики циклических видов спорта» ФГБОУ ВО «ВГАС», д.п.н., доцент

ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ (МОДУЛЯ)

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры протокол № __ от _____ 20__ г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине	5
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	5
3. Объем дисциплины и виды учебной работы	6
4. Содержание дисциплины	6
5. Фонд оценочных средств	8
6. Перечень основной и дополнительной литературы	22
7. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»	22
8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).	23
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины	23

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций: УК-8, УК-10.

Универсальные компетенции:

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-10. Способен формировать нетерпимое отношение к проявлению экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности.

Планируемые результаты обучения по дисциплине

Перечень формируемых знаний и умений	Код формируемой компетенции
Знает:	
– классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; – методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества	УК-8
– действующие правовые нормы, обеспечивающие борьбу с проявлениями экстремизма, терроризма, коррупции в различных областях жизнедеятельности; – способы профилактики проявлений экстремизма, терроризма, коррупции и формирования нетерпимого отношения к ним в профессиональной деятельности	УК-10
Умеет:	
– обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	УК-8
– планировать, организовывать и проводить мероприятия, обеспечивающие формирование гражданской позиции и предотвращение проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в социуме	УК-10
Имеет опыт:	
– прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; – применения основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов, в повседневной жизни и профессиональной деятельности	УК-8
– навыками взаимодействия в обществе на основе нетерпимого отношения к проявлению экстремизма, терроризма и коррупции	УК-10

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина (модуль) «Безопасность жизнедеятельности» (Б1.О.07) относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с примерным

учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

Для успешного усвоения дисциплины также необходимы знания, полученные при изучении следующих дисциплин: история, психология и педагогика, биология.

Изучение дисциплины позволит будущим специалистам овладеть основами безопасности труда. В учебном процессе рекомендуется использовать правовые информационно-справочные системы (Консультант Плюс, Гарант).

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Очное обучение	
	Семестр	
	1	2
Контактная работа преподавателя с обучающимися:	40	
В том числе:		
Лекции (Л)	14	
Лабораторные занятия (ЛЗ)	8	
Практические занятия (ПЗ)	18	
Вид промежуточной аттестации	экзамен	
Самостоятельная работа студента (СРС)	59	
Контроль (К)	9	
Всего часов (семестр)	108	
Зачетные единицы (семестр)	3	
Общая трудоемкость дисциплины:	Всего часов:	108
	Всего зачетных единиц:	3

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1.1. Перечень разделов (тем), распределение учебной нагрузки по видам занятий (очное обучение)

№ п/п	Разделы (темы)	Л	ЛЗ	ПЗ	СР С	Конт- роль
1. Природа чрезвычайных ситуаций					59	9
1.	Чрезвычайные ситуации природного характера	2	2			
2.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	2	2			
3.	Чрезвычайные ситуации военного характера	2	2	2		
2. Система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций						
4.	Единая Российская государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	2		4		
3. Вооруженные силы Российской Федерации						
5.	Основы обороны государства. Военная служба – особый вид федеральной государственной службы	2		4		

4. Здоровье человека и общества						
6.	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	2		4		
7.	Первая помощь пострадавшему	2	2	4		
Всего часов по видам занятий		14	8	18	59	9
ИТОГО часов		108				

4.2. Наименование разделов (тем) и их краткое содержание

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Содержание раздела	Форма текущего контроля успеваемости
1 семестр			
1.	Природа чрезвычайных ситуаций	Введение в предмет. Основные понятия о безопасности жизнедеятельности. Структура Чрезвычайных ситуаций: природного характера; техногенного характера; военного характера	Опрос. Наличие конспектов, записей. Выполнение конкретных заданий.
2.	Система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Структура, задачи Единой Российской государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Опрос. Наличие конспектов, записей. Разбор и анализ практического занятия. Выполнение конкретных заданий.
3.	Вооруженные силы российской федерации	Основы обороны государства. Военная служба – особый вид федеральной государственной службы	Опрос. Наличие конспектов, записей. Разбор и анализ практического занятия. Выполнение конкретных заданий.
4.	Здоровье человека и общества	Основы и принципы здорового образа жизни как необходимого условия сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Первая помощь пострадавшему.	Опрос. Наличие конспектов, записей. Контрольная работа (реферат). Разбор и анализ практического занятия. Выполнение конкретных заданий. Экзамен.

4.3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающегося

Для успешного освоения дисциплины и формирования компетенций обучающемуся необходимо систематически в полном объеме выполнять все задания самостоятельной работы.

В организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине выделяются два вида – аудиторная (под руководством преподавателя) и внеаудиторная.

Основными видами самостоятельной внеаудиторной работы по дисциплине являются: усвоение содержания рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (ЭБС, электронные учебники и т.д.), конспектирование учебной литературы, подготовку сообщений, докладов, подбор литературы (в том числе с использованием Интернет-ресурсов) по индивидуальному заданию, написание рефератов, выполнение микроисследований, закрепление теоретического материала путем выполнения практических, проблемно-ориентированных, творческих заданий, подготовка презентации по теме занятия и т.д.

При подготовке к выполнению самостоятельной работы обучающемуся необходимо:

- тщательно изучить теоретический и методический материал, изложенный в учебнике, учебном пособии и/или научных статьях;
- особое внимание уделить основным определениям и фактам по теме занятия;
- проектировать ситуации по профилю и находить творческие решения и подходы.

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

5.1. Компетенции в соотношении с трудовыми функциями профессиональных стандартов и индикаторы их достижения

Компетенции	Трудовые функции	Индикаторы достижения
УК-8	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта»	Знает: – классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; – методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества Умеет: – обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций Владеет: – прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; – применения основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов, в повседневной жизни и профессиональной деятельности
УК-10	01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» 05.005 «Специалист по инструкторской и методической работе в области	Знает: – действующие правовые нормы, обеспечивающие борьбу с проявлениями экстремизма, терроризма, коррупцией в различных областях жизнедеятельности; – способы профилактики проявлений экстремизма, терроризма, коррупции и формирования нетерпимого отношения к ним в профессиональной деятельности Умеет: – планировать, организовывать и проводить мероприятия, обеспечивающие формирование гражданской позиции и предотвращение проявлений экстремизма, терроризма,

	физической культуры и спорта»	и коррупции в социуме Владеет: – навыками взаимодействия в обществе на основе нетерпимого отношения к проявлению экстремизма, терроризма и коррупции
--	-------------------------------	--

5.2. Типовые задания для текущего контроля

Примерные темы устных, письменных опросов

1. Активный отдых.
2. Алкоголь и алкоголизм, как болезнь.
3. Биологические ритмы.
4. Биологическое (бактериологическое) оружие.
5. Вентиляция (механическая вентиляция, инфильтрации и аэрации).
6. Виды ВС РФ.
7. Военно-воздушные силы.
8. Военно-морской флот.
9. Воздушная ударная волна.
10. Гражданская оборона.
11. Дегазация.
12. Дезактивация.
13. Дезинфекция.
14. Допустимые микроклиматические условия.
15. Неотложные работы в очагах поражения.
16. Задачи ГО на объектах экономики.
17. Задачи гражданской обороны.
18. Здоровье и здоровый образ жизни.
19. Зона химического заражения, очаг химического поражения.
20. Искусственное дыхание и закрытый массаж сердца.
21. Карантин, обсервация.
22. Катастрофа.
23. Классификация ОВ по физиологическому действию.
24. Кондиционирование (ионизация, дезодорация, озонирование).
25. Критерии, определяющие здоровье человека.
26. Курение, как вредная привычка.
27. Личная гигиена.
28. Локальная война.
29. Наркотики и наркомания, как болезнь.
30. Негативные факторы производственной среды.
31. Нравственное здоровье.
32. Обстоятельства, влияющие на индивидуальное здоровье.
33. Опасный производственный объект (Закон РФ № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» 1997г.).
34. Организация защиты от ЧС мирного и военного времени.
35. Организация обороны государства.
36. Основные направления развития кризиса системы «Человек-окружающая среда».
37. Основные современные направления изменения среды обитания.
38. Основа сил и средств РСЧС.
39. Основы обороны государства.
40. Охрана собственного здоровья.
41. Оценка пожарной обстановки.

42. Первая медицинская помощь.
43. Помощь при ожогах.
44. Помощь при обморожениях.
45. Помощь при электротравме.
46. Поражающие факторы бактериологического оружия.
47. Поражающие факторы химического оружия.
48. Последствия Чрезвычайных ситуаций военного характера, которые могут, возникнуть в случае локальных войн.
49. Правила оказания первой медицинской помощи.
50. Принципы обеспечения военной безопасности.
51. Принципы прогнозирования развития событий и оценки последствий природных и техногенных чрезвычайных ситуаций.
52. Проникающая радиация.
53. Профилактика вредного влияния микроклимата на организм человека.
54. Психическое здоровье.
55. Радиоактивное заражение.
56. Рациональное питание.
57. Рациональный режим труда и отдыха.
58. Режим дня.
59. Роль Физической культуры в развитии духовных и физических качеств.
60. Санитарная обработка.
61. Световое излучение.
62. Составляющие здорового образа жизни.
63. Спасательные работы в очагах поражения.
64. Среда обитания.
65. Стихийное бедствие.
66. Структура Вооруженных сил Российской Федерации.
67. Сухопутные войска.
68. Терморегуляция.
69. Терроризм и его формы.
70. Техносфера.
71. Утомление.
72. Фазы (этапы) ЧС (аварии) на промышленных объектах.
73. Факторы, разрушающие здоровье.
74. Физическое здоровье.
75. Химическое оружие.
76. Чрезвычайные ситуации военного характера.
77. Чрезвычайные ситуации геологического характера.
78. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера.
79. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера.
80. Чрезвычайные ситуации природного характера.
81. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.
82. Электромагнитный импульс.
83. Ядерное оружие, его поражающие факторы, виды ядерных взрывов.

Критерии оценки:

«5» баллов – выставляется студенту, который полно излагает изученный материал, дает правильное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; излагает материал последовательно и правильно.

«4» балла – выставляется студенту, который недостаточно полно излагает изученный материал, дает неточное определение основных понятий; может обосновать свои суждения; допускает 1-2 недочета.

«3» балла – выставляется студенту, который неполно излагает изученный материал, дает неправильное определение основных понятий; не может обосновать свои суждения; излагает материал скудно.

«2» балла – выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения; не знает материал.

Примерные темы лабораторных работ

Раздел 1.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации военного характера.

Раздел 2.

Единая Российская государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Выявление и оценка обстановки при чрезвычайной ситуации.

Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций.

Раздел 3.

Основы обороны государства.

Военная служба - особый вид федеральной государственной службы.

Современные средства поражения.

Раздел 4.

Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Промсанитария зданий и сооружений.

Первая помощь пострадавшему.

Критерии оценки:

- **оценка «отлично»** выставляется студенту, который логически определил задачи контрольной работы, систематизировал позиции российских и зарубежных учёных и аргументировал собственную точку зрения относительно понятий, проблем, определений; всесторонне изучил и проанализировал материал по исследуемой теме; сформулировал выводы по теме работы; в список литературы включил все использованные источники в алфавитном порядке, в приложения включил вспомогательный материал.

- **оценка «хорошо»** выставляется студенту, который недостаточно осветил научно-теоретические проблемы, актуальность и практическую значимость исследования.

- **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, который недостаточная точность и ясность языка, четкость мысли, логическая последовательность и аргументированность.

- **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, который не может обосновать свои суждения; не знает материал.

Примерные тестовые задания

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №1

1. Укажите, что включает в себя организация обороны РФ:

а) *разработку, производство и совершенствование оружия и военной техники;*

б) прогнозирование и оценку экономических кризисов;

в) разработку военной политики и Военной доктрины РФ.

2. Дайте определение понятия «Авария»:

а) *чрезвычайное происшествие в технической системе, не сопровождающееся гибелью людей, при котором восстановление технических средств невозможно или экономически нецелесообразно;*

б) чрезвычайное происшествие в технической системе, сопровождающееся гибелью людей;

в) чрезвычайное происшествие, повлекшее ДТП.

3. Определите, какие объекты согласно Закон РФ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» относятся к опасным промышленным объектам:

а) *токсичных веществ с уровнем средней смертельной концентрации в воздухе более 5 мг/л;*

б) оборудования, работающего с высоким избыточным давлением; взрывчатых и горючих веществ;

в) веществ, образующих с песком взрывоопасные смеси.

4. Определите по каким основным признакам могут классифицироваться ЧС:

а) *степень внезапности;*

б) скорость ликвидации последствий;

в) продолжительность отдыха спасателей.

5. Назовите критерии, определяющие здоровье человека:

а) *экономическое благополучие;*

б) уровень образования;

в) умение приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде.

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №2

1. Определите, какое основное направление изменения среды обитания на современном этапе является главным:

а) *рост численности населения Земли;*

б) развитие туризма;

в) образование новых государств.

2. Назовите вид ЧС природного характера:

а) геостационарный;

б) *метеорологический;*

в) механический.

3. Дайте определение понятия «Катастрофа»:

а) чрезвычайное происшествие в технической системе, не сопровождающееся гибелью людей, при котором восстановление технических средств невозможно или экономически нецелесообразно;

б) *чрезвычайное происшествие в технической системе, сопровождающееся гибелью людей;*

в) чрезвычайное происшествие, повлекшее ДТП.

4. Определите, какие объекты согласно Закон РФ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» относятся к опасным промышленным объектам:

а) оборудования, работающего с низким избыточным давлением;

б) *взрывчатых и горючих веществ;*

в) оборудования, работающего при низких температурах или при температуре нагрева воды менее 85,5°C.

5. Определите по каким основным признакам могут классифицироваться ЧС:

а) степень трудности;

б) *скорость распространения;*

в) продолжительность светлого времени суток.

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №3

1. Определите, какое основное направление изменения среды обитания на современном этапе является главным:

а) *рост потребления и истощения ресурсов (в т.ч. энергетических);*

б) развитие туризма;

в) образование новых государств.

2. Перечислите поражающие факторы химического оружия:

- а) *химическое заражение;*
- б) химическая тревога;
- в) средства химической защиты.

3. Дайте определение понятия «Чрезвычайное происшествие (ЧП)»:

а) чрезвычайное происшествие в технической системе, не сопровождающееся гибелью людей, при котором восстановление технических средств невозможно или экономически нецелесообразно;

б) чрезвычайное происшествие в технической системе, сопровождающееся гибелью людей;

в) *событие, происходящее обычно кратковременно и обладающее высоким уровнем негативного воздействия на людей, природные и материальные ресурсы.*

4. Определите, какие объекты согласно Закон РФ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» относятся к опасным промышленным объектам:

а) токсичных веществ с уровнем средней смертельной концентрации в воздухе менее 0,05 мг/л;

б) *взрывчатых и горючих веществ;*

в) веществ, образующих с глиной взрывоопасные смеси.

5. Определите, по каким основным признакам могут классифицироваться ЧС:

а) по характеру чрезвычайных ситуаций;

б) *степень внезапности;*

в) уровень обеспечения средствами защиты.

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №4

1. Определите, какое основное направление изменения среды обитания на современном этапе является главным:

а) *загрязнение среды обитания;*

б) развитие туризма;

в) образование новых государств.

2. Перечислите поражающие факторы ядерного взрыва:

а) химическое заражение;

б) *электромагнитный импульс;*

в) пищевое отравление.

3. Раскройте содержание понятия «происшествие»:

а) чрезвычайное происшествие в технической системе, не сопровождающееся гибелью людей, при котором восстановление технических средств невозможно или экономически нецелесообразно;

б) события, состоящие из негативного воздействия с причинением ущерба людским, природным и/или материальным ресурсам;

в) *событие, происходящее обычно кратковременно и обладающее высоким уровнем негативного воздействия на людей, природные и материальные ресурсы.*

4. Перечислите, что включает в себя обеззараживание территории:

а) *дезактивация;*

б) дестабилизация;

в) депривация.

5. Определите по каким основным признакам могут классифицироваться ЧС:

а) степень задержки;

б) по темпераменту чрезвычайных ситуаций;

в) *продолжительность действия.*

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №5

1. Перечислите поражающие факторы ядерного взрыва:

- а) химическое заражение;
 - б) *воздушная ударная волна*;
 - в) пищевое отравление.
2. Найдите составляющую классификации тяжести катастрофы:
- а) низкие;
 - б) *средние*;
 - в) глобальные.
3. Перечислите последствия ЧС военного характера, которые могут, возникнуть в случае локальных вооруженных конфликтов или ведения широкомасштабных боевых действий:
- а) *санитарные и психические потери среди граждан*;
 - б) появление слухов;
 - в) разрушение стереотипов.
4. Определите, какие объекты согласно Закон РФ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» относятся к опасным промышленным объектам:
- а) токсичных веществ с уровнем средней смертельной концентрации в воздухе более 25 мг/л;
 - б) *оборудования, работающего с высоким избыточным давлением*;
 - в) веществ, образующих с водой взрывоопасные смеси
5. Перечислите какие виды оружия относятся к оружию массового поражения (ОМП):
- а) дистанционное;
 - б) лучевое;
 - в) *бактериологическое*.

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №6

1. Перечислите какие виды оружия относятся к оружию массового поражения (ОМП):
- а) *химическое*;
 - б) лучевое;
 - в) дистанционное.
2. Определите по каким основным признакам могут классифицироваться ЧС:
- а) степень раскрываемости;
 - б) *скорость распространения*;
 - в) масштаб изображения
3. Назовите вид ЧС природного характера:
- а) генеалогический;
 - б) гносеологический;
 - в) *гидрологический*.
4. Назовите вид ЧС природного характера:
- а) *геологический*;
 - б) геостационарный;
 - в) гендерный.
5. Перечислите, что включает в себя обеззараживание территории:
- а) деепричастие;
 - б) депривация;
 - в) *дезинфекция*.

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №7

1. Перечислите какие виды оружия относятся к оружию массового поражения (ОМП):
- а) пучковое;
 - б) *ядерное*;
 - в) дистанционное.

2. Определите, какие объекты согласно Закон РФ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» относятся к опасным промышленным объектам:

а) токсичных веществ с уровнем средней смертельной концентрации в воздухе менее 0,5 мг/л;

б) оборудования, работающего с низким избыточным давлением;

в) оборудования, работающего при низких температурах или при температуре нагрева воды менее 85,5°C.

3. Дайте определение понятия «Техносфера»:

а) регионы биосферы, преобразованные человеком с использованием технических систем;

б) инновационная деятельность в технической сфере;

в) техническая сфера.

4. Перечислите последствия ЧС военного характера, которые могут, возникнуть в случае локальных вооруженных конфликтов или ведения широкомасштабных боевых действий:

а) разрушение стереотипов;

б) появление слухов;

в) появление значительного количества беженцев.

5. Перечислите, что включает в себя обеззараживание территории:

а) демобилизация;

б) дегазация;

в) дестабилизация

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №8

1. Укажите, что включает в себя организация обороны РФ:

а) правовое регулирование в области обороны;

б) прогнозирование и оценку экономических кризисов;

в) разработку социальной политики в РФ.

2. Назовите критерии, определяющие здоровье человека:

а) экономическое благополучие;

б) полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие;

в) уровень образования.

3. Уточните, какая температура определяет холодный период года:

а) ниже +10°C;

б) ниже – 10°C;

в) ниже 0°C.

4. Перечислите, что включает в себя обеззараживание территории:

а) демобилизация

б) демилитаризация;

в) дератизация.

5. Уточните, как подразделяется искусственное освещение по функциональному назначению:

а) рабочее;

б) выходное;

в) экономичное.

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №9

1. Назовите критерии, определяющие здоровье человека:

а) экономическое благополучие;

б) нормальное функционирование организма в системе «человек – окружающая среда»;

в) уровень образования.

2. Перечислите, что включает в себя обеззараживание территории:
 - а) дестабилизация;
 - б) *дезинсекция*;
 - в) деинтеграция.
3. Уточните, какая температура определяет теплый период года:
 - а) $+ 10^{\circ}\text{C}$ и выше;
 - б) $+ 15^{\circ}\text{C}$ и выше;
 - в) $+ 25^{\circ}\text{C}$ и выше.
4. Назовите основные составляющие здорового образа жизни:
 - а) уровень заработной платы;
 - б) *режим дня с учетом динамики индивидуальных биологических ритмов*;
 - в) общественный статус.
5. Уточните, какими количественными показателями характеризуется освещение рабочего помещения:
 - а) электрический разряд;
 - б) скорость света
 - в) *освещенность*.

КОНТРОЛЬНОЕ (ТЕСТОВОЕ) ЗАДАНИЕ №10

1. Перечислите, что включает в себя обеззараживание территории:
 - а) дестабилизация;
 - б) *демеркуризация*;
 - в) демобилизация
2. Назовите критерии, определяющие здоровье человека:
 - а) *способность к полноценному выполнению основных социальных функций*;
 - б) экономическое благополучие;
 - в) уровень образования.
3. Уточните, какими количественными показателями характеризуется освещение рабочего помещения:
 - а) электрический разряд;
 - б) скорость света;
 - в) *яркость*.
4. Назовите основные факторы риска для здоровья человека:
 - а) жирная пища;
 - б) наркотики;
 - в) *гиподинамия*.
5. Назовите основные составляющие здорового образа жизни:
 - а) уровень заработной платы;
 - б) общественный статус;
 - в) *умеренное и сбалансированное питание*.

Критерии оценки:

- «5» баллов – 5 правильных ответов;
- «4» балла – 4 правильных ответа;
- «3» балла – 3 правильных ответа;
- «2» балла – не более 2 правильных ответов.

Допуск студента(ки) к сдаче экзамена по дисциплине осуществляется при условии, что он(а) посетил(а) не менее 70% лекционных и практических занятий, выполнил(а) не менее 50% лабораторных работ и сдал(а) на положительную оценку тестирование. Пропуски занятий должны быть подтверждены оправдательными документами. Если указанные параметры не выполнены, в качестве допуска к экзамену принимается контрольная работа (реферат, научная статья) по одной из пропущенных тем дисциплины.

Темы контрольных работ (реферат/ научная статья)

1. Адаптивный спорт (паралимпийский, сурдлимпийский (дефлимпийский) и иные направления): актуальные вопросы регулирования.
2. Актуальные вопросы трудовых, гражданских, административных и уголовных отношений в спортивной деятельности.
3. Актуальные проблемы профилактики заболеваний среди военнослужащих и гражданского персонала МО РФ.
4. Актуальные проблемы учебно-тренировочного процесса и пути оптимизации.
5. Актуальные проблемы физической культуры, спорта и туризма.
6. Борьба с допингом в избранном виде спорта (ИВС).
7. Военно-прикладные виды спорта в Вооруженных Силах РФ.
8. Военно-спортивный комплекс в Вооруженных Силах РФ.
9. Естественнонаучные и информационные технологии в физической культуре, юношеском и женском спорте.
10. Естественно-научные основы физической культуры.
11. Защита от стресса в ИВС.
12. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) спортсмена в ИВС.
13. Здоровый образ жизни и его составляющие в ИВС.
14. Инновации и технологии спортивной тренировки в ИВС.
15. Инновационные технологии современной науки в области физической культуры и спорта.
16. Концептуальные психолого-педагогические и медико-биологические проблемы физической культуры, спорта, адаптивной и оздоровительной физической культуры.
17. Медико-биологические аспекты тренировочной и соревновательной деятельности.
18. Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта.
19. Медико-биологическое и психофизиологическое обеспечение служебно-прикладной физической подготовки, физической культуры и спорта.
20. Менеджмент и маркетинг спорта.
21. Меры безопасности при проведении тренировки и соревнований на природе в ИВС.
22. Меры пожарной безопасности в ходе тренировок и спортивных состязаний.
23. Меры профессиональной безопасности в ходе тренировок и спортивных состязаний в ИВС.
24. Новое содержание образования по физической культуре и спорту и подготовка научно-педагогических кадров.
25. Оздоровительная и адаптивная физическая культура студентов.
26. Оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре.
27. Оказание первой помощи в ИВС.
28. Олимпийское право и проблемы олимпийских правоотношений.
29. Организация антитеррористической безопасности учебного учреждения.
30. Организация пожарной безопасности учебного учреждения.
31. Подготовка спортивного резерва и возможности ее обеспечения.
32. Пожаробезопасность спортивных объектов.
33. Правовое регулирование допинг-контроля в спорте.
34. Применение современных тренажеров и тренажерных систем в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.
35. Проблемы правового регулирования отношений в сфере спорта.

36. Проблемы преподавания физической, огневой и тактико-специальной подготовки в учебных организациях, осуществляющих обучение сотрудников для силовых структур.
37. Проблемы развития и использования спортивной инфраструктуры.
38. Проблемы формирования физической культуры личности.
39. Профессиональный спорт: проблемы спортивного права.
40. Психологическая безопасность в ИВС.
41. Психолого-педагогические аспекты тренировочной и соревновательной деятельности.
42. Разрешение спортивных споров.
43. Рациональное питание в ИВС.
44. Современное состояние и перспективы развития спортивной подготовки.
45. Современные технологии в адаптивной физической культуре.
46. Современные технологии оздоровительной физической культуры, лечебной и адаптивной физической культуры, рекреации и туризма (психолого-педагогический и медико-биологический аспекты).
47. Современный рынок физкультурно-оздоровительных и туристско-рекреационных услуг: состояние кадров и перспективы его развития.
48. Спорт высших достижений: интеграция науки и практики.
49. Спорт и право: национальное и международное законодательство.
50. Спортивный травматизм в ИВС.
51. Средства безопасности в ИВС.
52. Теоретические и методические аспекты тренировочной и соревновательной деятельности.
53. Теория и практика физкультурно-оздоровительной деятельности.
54. Физическая культура и спорт в системе образования.
55. Формирование здорового образа жизни, профилактика наркомании средствами физической культуры и спорта.
56. Целенаправленность профессионально-педагогической подготовки и компетенций специалистов по физической культуре и спорту.
57. Экологическая безопасность вблизи спортивных объектов.

Требования к написанию реферата:

Реферат (объем 15-20 полных страниц формата А4) должен быть набран на компьютере шрифт Times New Roman, размер шрифта 14, межстрочный интервал 1.5 (или выполнен разборчивым подчерком (от руки)).

Поля в см: верхнее – 2; нижнее – 2; левое – 2,5-3; правое – 1,5; абзац – 1,25; текст выравнивается по краям, страницы нумеруются посередине вверху.

Реферат содержит:

- Титульный лист (1 стр.).
- Введение (1 стр.).
- Основная часть: 2-3 вопроса (Обращая внимание на соразмерность объемов информации в вопросах. Каждый вопрос заканчивается кратким выводом, например: «Таким образом, рассмотрев данный материал можно заключить, что ...»)
- Заключение (1-2 стр.).
- Список использованной литературы (источников) не менее 5 наименований – (1 стр.), из них не менее 1 – не старше 5 лет.

Литература, согласно списку, представлена в тексте реферата в квадратный скобках – [1]. Срок сдачи материала – не позднее чем за 1 месяц до экзамена в распечатанном и сброшюрованном виде.

Реферат защищается студентом в личном собеседовании с преподавателем, проверяющим работу. Если работа удовлетворяет всем требованиям, то студент получает

оценку в баллах, предусмотренную технологической картой. При неудовлетворительной оценке работа возвращается для устранения недостатков. Исправленная работа предоставляется на повторную проверку и собеседования.

Критерии оценки:

«5» баллов – тема раскрыта полностью, конспект хорошо структурирован, оформление соответствует требованиям, используется 5-10 источников информации, имеются ссылки на авторов.

«4» балла – тема раскрыта полностью, конспект хорошо структурирован, оформление соответствует требованиям, но мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

«3» балла – в целом вопрос раскрывается, но отсутствует четкая структура конспекта, оформление небрежное, мало источников информации или отсутствуют ссылки на авторов;

«2» балла – тема раскрыта частично, нет четкой структуры реферата, оформление небрежное, используется 3-5 источников информации, ссылок в тексте работы нет;

5.3 Перечень примерных вопросов для промежуточной аттестации (Экзамен)

Перечень вопросов для промежуточной аттестации соответствует индикаторам достижения компетенций в форме знаний.

1. Аварийно химически опасные вещества (АХОВ).
2. Авария.
3. Активный отдых.
4. Алкоголь и алкоголизм, как болезнь.
5. Биологические ритмы.
6. Биологическое (бактериологическое) оружие.
7. Вентиляция (механическая вентиляция, инфильтрации и аэрации).
8. Виды ВС РФ.
9. Военно-воздушные силы.
10. Военно-морской флот.
11. Военные угрозы Национальная безопасность РФ.
12. Воздушная ударная волна.
13. Возможные способы применения биологического (бактериологического) оружия.
14. ВС России и их место в системе обеспечения национальной безопасности страны.
15. Гражданская оборона.
16. Дегазация.
17. Дезактивация.
18. Дезинфекция.
19. Допустимые микроклиматические условия.
20. Неотложные работы в очагах поражения.
21. Задачи ГО на объектах экономики.
22. Задачи гражданской обороны.
23. Здоровье и здоровый образ жизни.
24. Зона биологического (бактериологического) заражения, очаг биологического (бактериологического) поражения.
25. Зона химического заражения, очаг химического поражения.
26. Искусственное дыхание и закрытый массаж сердца.

27. Исходные данные для своевременной оценки радиационной обстановки.
28. Карантин, обсервация.
29. Катастрофа.
30. Классификация катастроф по тяжести.
31. Классификация ОВ по физиологическому действию.
32. Кондиционирование (ионизация, дезодорация, озонирование).
33. Критерии, определяющие здоровье человека.
34. Курение, как вредная привычка.
35. Личная гигиена.
36. Локальная война.
37. Наркотики и наркомания, как болезнь.
38. Национальная безопасность Российской Федерации и ее компоненты.
39. Негативные факторы производственной среды.
40. Нравственное здоровье.
41. Обеззараживание объекта (зоны).
42. Обстоятельства, влияющие на индивидуальное здоровье.
43. Опасный производственный объект (Закон РФ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» 1997г.).
44. Определение материального ущерба и числа жертв.
45. Организация защиты от ЧС мирного и военного времени.
46. Организация обороны государства.
47. Освещение (естественное, искусственное, общее, комбинированное, бактерицидное и др.).
48. Основные направления развития кризиса системы «Человек-окружающая среда».
49. Основные требования Концепции национальной безопасности и Военной доктрины РФ.
50. Основные современные направления изменения среды обитания.
51. Основа сил и средств РСЧС.
52. Основы обороны государства.
53. Охрана собственного здоровья.
54. Оценка пожарной обстановки.
55. Первая помощь пострадавшему.
56. Помощь при ожогах.
57. Помощь при обморожениях.
58. Помощь при электротравме.
59. Поражающие факторы бактериологического оружия.
60. Поражающие факторы химического оружия.
61. Последствия Чрезвычайных ситуаций военного характера, которые могут, возникнуть в случае локальных войн.
62. Правила оказания первой медицинской помощи.
63. Признаки классификации ЧС.
64. Принципы обеспечения военной безопасности.
65. Принципы прогнозирования развития событий и оценки последствий природных и техногенных чрезвычайных ситуаций.
66. Прогнозирование и оценка химической обстановки.
67. Проникающая радиация.
68. Профилактика вредного влияния микроклимата на организм человека.
69. Психическое здоровье.
70. Радиоактивное заражение.
71. Ракетные войска стратегического назначения.
72. Рациональное питание.

73. Рациональный режим труда и отдыха.
74. Режим дня.
75. Роль Физической культуры в развитии духовных и физических качеств.
76. Санитарная обработка.
77. Световое излучение.
78. Силы и средства гражданской обороны.
79. Составляющие здорового образа жизни.
80. Спасательные работы в очагах поражения.
81. Среда обитания.
82. Стихийное бедствие.
83. Структура Вооруженных сил Российской Федерации.
84. Сухопутные войска.
85. Терморегуляция.
86. Терроризм и его формы.
87. Техносфера.
88. Утомление.
89. Фазы (этапы) ЧС (аварии) на промышленных объектах.
90. Факторы, разрушающие здоровье.
91. Физическое здоровье.
92. Химическое оружие.
93. Чрезвычайные ситуации военного характера.
94. Чрезвычайные ситуации геологического характера.
95. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера.
96. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера.
97. Чрезвычайные ситуации природного характера.
98. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.
99. Электромагнитный импульс.
100. Ядерное оружие, его поражающие факторы, виды ядерных взрывов.

Критерии оценивания обучающегося на экзамене

Оценка	Критерии
«отлично»	Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей. Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.
«хорошо»	Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать изложение практическими приемами или расчетами. В ответах на вопросы преподавателя могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.
«удовлетво-	Знание основных положений теории при наличии существенных

рительно»	пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.
«неудовлетворительно»	Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.

Итоговая оценка по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» формируется на основе среднеарифметической от суммы баллов по текущим оценкам, реферата и результатов экзамена.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

Основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Под ред. Арустамова. – 6-е изд., перераб. и доп. – М.: Дашков и К., 2003. – 496с.
2. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие /И.М.Чиж, С.Н.Русанов, Н.В.Третьяков; под ред. И.М.Чижа. – Ростов н/Д: Феникс. 2015. – 301 с.
3. Холодов О.М., Караванов А.А., Куликова Т.А., Сафин А.М., Устинов И.Ю. Безопасность жизнедеятельности. – Воронеж: Научная книга, 2017. – 164 с.

Дополнительная литература:

4. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений высш.проф.образования /Л.А.Михайлова, В.М.Губанов, В.П.Соломин и др.; под ред. Л.А.Михайлова.-5-е изд., стер. – М.: Академия, 2013. – 272с.
5. Безопасность жизнедеятельности. Современные системы реабилитации после чрезвычайных ситуаций / О.В. Ильичева, М.В. Петровская, О.М. Холодов. – Воронеж: Научная книга, 2012. – 132с.
6. Холодов О.М., Бугаев Г.В., Иванова О.А., Кубланов А.М., Куликова Т.А., Сергатских Е.А. Безопасность жизнедеятельности. – Воронеж: ИПЦ «Научная книга», 2015. – 112 с.
7. Холодов О.М., Петровская М.В., Аврамов З.А. Безопасность жизнедеятельности. – Воронеж: ИПЦ «Научная книга», 2011. – 94 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
2. Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
3. Интернет-ресурс www.vgfk.ru

4. Справочная правовая система «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru>
5. Культура физическая и здоровье [http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/\(link isexternal\)](http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/(link%20isexternal))
6. Физкультура и спорт (журнал) [http://www.fismag.ru/\(link isexternal\)](http://www.fismag.ru/(link%20isexternal))
7. Электронный каталог Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (<http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>);
8. Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>
9. Научный портал <http://www.teoriya.ru;>
10. Министерство спорта, туризма и молодежной политики - <http://www.minstm.gov.ru/>
11. Федеральное государственное учреждение «Управление по организации и проведению спортивных мероприятий» - <http://www.usmsport.ru/>
12. МЧС <http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual>

8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ (ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ)

При осуществлении образовательного процесса студентами и профессорско-преподавательским составом используются следующее программное обеспечение: Microsoft Office (Access, Excel, PowerPoint, Word и т. д), Open Office, Linux (бесплатное программное обеспечение широкого класса), Skype, Вебинар (Мирополис), программное обеспечение электронного ресурса сайта вуза, система дистанционного образования на базе cms Moodle, использование мультимедийного сопровождения практических занятий, раздаточного материала, электронной почты.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для материально-технического обеспечения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» используется:

1. Мультимедиа.
 2. Компьютерные классы, технические средства обучения (учебные фильмы).
- Использование инвентаря и оборудования на практических занятиях проводится с учетом индивидуальных особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Оборудование, необходимое для проведения практических занятий по дисциплине, используется с учетом индивидуальных особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Для оптимизации и наиболее эффективного освоения учебного материала, а также в соответствии с Методическими рекомендациями по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования (утв. Минобрнауки РФ 08.04.2014 №АК-44/05 ВН) материально-техническое обеспечение образовательного процесса по данному модулю позволяет осуществлять безбарьерное обучение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп посредством использования следующих методов и средств:

- для слабослышающих студентов – видеоматериалы и презентации лекционных, семинарско-практических и лабораторных занятий;
- для слабовидящих студентов – звуковое воспроизведение учебного материала, укрупненный текст презентаций лекционных, семинарско-практических и лабораторных

занятий; фиксация звукового материала учебного занятия с помощью технических средств (диктофон);

- **для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата** - используются все вышеуказанные средства.

Аудитории, в которых проводятся учебные занятия по данному модулю, оснащены видео и аудиотехникой, мультимедийной системой.

Использование в образовательном процессе социально-активных и рефлексивных методов обучения, обеспечение студентов электронными образовательными ресурсами дают возможность эффективного усвоения учебного материала.

Адаптация фонда оценочных средств данного модуля к специфическим особенностям студентов с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп позволяет адекватно оценить достижение ими запланированных в модуле результатов обучения и уровень сформированности профессиональных компетенций.

Лист внесения изменений в рабочую программу дисциплины
(заполняется вручную)

[illegible]