

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Мордовский государственный педагогический  
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет истории и права

Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности  
жизнедеятельности

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Безопасность жизнедеятельности**

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки: Право

Форма обучения: Заочная

Разработчики:

, старший преподаватель кафедры Теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности Бородулин П. С.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 7 от  
18.02.2021 года

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

## 1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование профессиональной культуры безопасности, под которой понимается готовность и способность личности использовать в профессиональной деятельности приобретенную совокупность знаний, умений и навыков для обеспечения безопасности в сфере профессиональной деятельности, характера мышления и ценностных ориентаций, при которых вопросы безопасности рассматриваются в качестве приоритета.

Задачи дисциплины:

- ознакомиться с необходимыми индивидуальными мерами безопасности в повседневной жизни и трудовой деятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- освоить правила и навыки защиты, позволяющие минимизировать возможный ущерб личности, обществу и окружающей среде в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- понять причины возникновения и масштабы новых опасностей для человечества от антропогенного воздействия человека;
- сформировать и развить навыки оценки обстановки и принятия целесообразных решений;
- воспитание чувства гражданственности, патриотизма, уважения к правам и свободам человека; воли и настойчивости при выполнении принятых правовых решений, нетерпимости к любому нарушению закона.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

## 2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.3 «Безопасность жизнедеятельности» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 2 курсе, в 5 триместре.

Для изучения дисциплины требуется: Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

- способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9).

Освоение дисциплины К.М.3 «Безопасность жизнедеятельности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.0 Производственная (педагогическая) практика.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Безопасность жизнедеятельности», включает: 01 Образование и наука.

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом.

## 3 Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

| Компетенция в соответствии ФГОС ВО                                                                                                                    |                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| Индикаторы достижения компетенций                                                                                                                     | Образовательные результаты |
| <b>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b> |                            |

|                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> | <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нормативно-правовые и организационные основы обеспечения безопасности физкультурно-спортивной деятельности ;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать комплексы физических упражнений с учетом задач физического воспитания;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками безопасного поведения в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.                                                                                                                                | <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- средства и методы определения сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовать технику безопасности при занятиях физической культурой и спортом;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практическими навыками защиты человека от опасностей в повседневной жизни.</li> </ul>                                                                                                  |
| УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.                                              | <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методику формирования комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- заранее строить модель своих действий, и оценивать их адекватность во время практических действий;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками безопасного поведения в процессе физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> |
| УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности. | <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- специфические особенности и закономерности проявления опасностей различного характера;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- заранее строить модель своих действий, и оценивать их адекватность во время практических действий;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практическими навыками защиты человека от опасностей в повседневной жизни.</li> </ul>                                                                                                      |
| <b>УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</b>                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| УК-8.1 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.                                                                                                                                                | <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы риска и процесс идентификации опасностей бытовой и производственной среды;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять возможные последствия реализации риска для различных групп населения и организаций;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками эвакуации населения из зон, попадающих под действие опасных и вредных факторов.</li> </ul>                                                                                                |
| УК-8.2 Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.                                                                                                                             | <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы, методы и средства обеспечения безопасности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать рекомендации по уменьшению уровня риска;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих.</li> </ul>                                                                                                                                                                                          |

|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ПК-5. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| ПК-5.1 Оказывает первую                                                                                                             | знать:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                     | - теоретические основы системы сохранения жизни и здоровья обучающихся в процессе учебно-воспитательной работы и во                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| доврачебную помощь обучающимся.                                                                                                     | внеурочное время;<br>уметь:<br>- организовать работу по обеспечению безопасности и снижению травматизма в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности;<br>владеть:<br>- навыками обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих.                                                                                                                                                                                              |
| ПК-5.2 Применяет меры профилактики детского травматизма.                                                                            | знать:<br>- факторы учебной среды, оказывающие влияние на работоспособность и здоровье обучающихся;<br>уметь:<br>- нормализовать санитарно-гигиенические условия проведения физкультурно-образовательной деятельности в образовательной организации;<br>владеть:<br>- навыками и приемами проведения организации инструктажей по обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в процессе учебно-воспитательной деятельности и во внеучебное время. |
| ПК-5.3 Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.                                                                 | знать:<br>- гигиенические основы обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности;<br>уметь:<br>- формировать культуру безопасного и ответственного поведения;<br>владеть:<br>- навыками и приемами проведения организации инструктажей по обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в процессе учебно-воспитательной деятельности и во вне учебное время.                            |

#### 4 Объем дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы                    | Всего часов | Пятый триместр |
|---------------------------------------|-------------|----------------|
| <b>Контактная работа (всего)</b>      | <b>6</b>    | <b>6</b>       |
| Лекции                                | 4           | 4              |
| Практические                          | 2           | 2              |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b> | <b>62</b>   | <b>62</b>      |
| <b>Виды промежуточной аттестации</b>  | <b>4</b>    | <b>4</b>       |
| Зачет                                 | 4           | 4              |
| <b>Общая трудоемкость часы</b>        | <b>72</b>   | <b>72</b>      |

|                                     |   |   |
|-------------------------------------|---|---|
| Общая трудоемкость зачетные единицы | 2 | 2 |
|-------------------------------------|---|---|

## **5. Содержание дисциплины**

### **5.1. Содержание разделов дисциплины**

#### **Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных:**

Введение в БЖД.

#### **Раздел 2. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека:**

Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.

### **5.2. Содержание дисциплины: Лекции (4 ч.)**

#### **Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных (2 ч.)**

##### **Тема 1. Введение в БЖД (2 ч.)**

Введение. Общие вопросы дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Эволюция системы «человек – среда обитания», переход к техносфере. Демографический взрыв. Урбанизация. Причины возникновения учения о БЖД, цель и содержание учения о БЖД, основные понятия и определения БЖД. Аксиомы БЖД. Опасность, понятие о концепции приемлемого риска, управление риском, средства обеспечения безопасности.

#### **Раздел 2. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека (2 ч.)**

##### **Тема 2. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности (2 ч.)**

Цель, задачи и значение дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» как учебной дисциплины. Основные понятия и термины дисциплины: жизнедеятельность, биосфера, техносфера, среда обитания, гомосфера, ноксосфера, опасность, безопасность. Воздействие факторов окружающей среды. Источники формирования опасностей в конкретной деятельности. Признаки, определяющие опасность. Классификация опасностей по происхождению, по характеру воздействия на человека, по времени проявления отрицательных последствий и месту проявления. Принципы, методы и средства обеспечения безопасности

### **5.3. Содержание дисциплины: Практические (2 ч.)**

#### **Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных (2 ч.)**

##### **Тема 1. Введение БЖД (2 ч.)**

1. Демографический взрыв
2. Урбанизация
3. Причины возникновения учения о БЖД, цель и содержание учения о БЖД
4. Эволюция системы «человек – среда обитания»

## **6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (разделу)**

### **6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы**

#### **Пятый триместр (62 ч.)**

#### **Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных (31 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

В процессе освоения дисциплины "

Б

езопасность жизнедеятельности" осуществляется ведение тетради, предполагающее конспектирование лекционного материала и отдельных вопросов, подлежащих самостоятельному изучению студентами.

#### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ КОНСПЕКТА**

Написание конспекта включает в себя 4 основных этапа:

- 1) предварительное знакомство с содержанием главы, раздела, вопроса;
- 2) внимательное чтение текста;

- 3) составление плана прочитанного;
- 4) составление тезисов или конспекта.

Конспект - наиболее универсальный вид записи прочитанного, который помогает лучше усвоить материал и облегчает подготовку к лабораторно-практическому занятию, зачету или экзамену.

Начинать составление конспекта рекомендуется только после ознакомительного прочтения соответствующего раздела учебника, конспекта лекции, так как без первичной ориентировки в материале его группировку проводить очень трудно. При просмотре главы или параграфа нужно, прежде всего, найти основную мысль и выбрать значимые аргументы вопроса и кратко их записать.

Конспект всегда предназначен для проверки, поэтому он должен быть аккуратно и грамотно оформлен в рабочей тетради. В самом начале конспекта необходимо указать все выходные данные учебника, затем фамилию и имя того, кем составлен конспект, тему конспекта.

Запись следует вести последовательно, по главам и параграфам, при этом обязательно указывается точное название каждой главы и параграфа. Записи конспекта носят выборочный, но связный характер.

Ориентировочное время на подготовку конспекта главы - 4 часа. Заслушиванию подлежат основные положения и выводы конспекта в виде краткого устного сообщения (3-4 минуты) в рамках практического занятия. Критерии оценки конспекта:

- 1) содержательность, соответствие плану;
- 2) ясность, лаконичность изложения мыслей студента;
- 3) наличие графологических схем;
- 4) соответствие оформления требованиям;
- 5) грамотность изложения;
- 6) сдача конспекта в срок.

Контроль также проводится в виде проверки конспектов преподавателем. Задания по составлению конспекта вносятся в учебную карту дисциплины.

Обязательным видом самостоятельной работы по данной дисциплине при освоении Модуля 1 является подготовка мультимедийной презентации.

Требования к оформлению презентации.

Основным наполнением презентации являются слайды с текстом. При подготовке презентации необходимо продемонстрировать умение оформлять слайды различными способами и использовать эффекты анимации. Количество слайдов, посвященных описанию работы и полученных результатов, может меняться и окончательно определяется автором в зависимости от имеющихся материалов.

В целом необходимо избегать обилия слайдов, мелкого шрифта, объемных и неподходящих диаграмм.

- ☐ На первом слайде (титульный) представляется тема работы, фамилия, инициалы автора.
- ☐ На втором слайде дается обоснование актуальности изучаемой темы.
- ☐ На 3-9 слайдах приводится содержание работы. Могут размещаться схемы, таблицы, графики, фотографии, поясняющие суть выполненной работы, снабженные необходимой для понимания краткой текстовой информацией.
- ☐ На последнем слайде приводятся выводы по выполненной работе.
- ☐ К слайдовой презентации может быть добавлен фотоматериал, позволяющий более полно раскрыть содержание выполненного задания.

## **Раздел 2. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека (31 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

В процессе освоения дисциплины "

Безопасность жизнедеятельности

" осуществляется ведение тетради, предполагающее конспектирование лекционного материала и отдельных вопросов, подлежащих самостоятельному изучению студентами.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ КОНСПЕКТА**

Написание конспекта включает в себя 4 основных этапа:

- 1) предварительное знакомство с содержанием главы, раздела, вопроса;
- 2) внимательное чтение текста;
- 3) составление плана прочитанного;
- 4) составление тезисов или конспекта.

Конспект - наиболее универсальный вид записи прочитанного, который помогает лучше усвоить материал и облегчает подготовку к лабораторно-практическому занятию, зачету или экзамену.

Начинать составление конспекта рекомендуется только после ознакомительного прочтения соответствующего раздела учебника, конспекта лекции, так как без первичной ориентировки в материале его группировку проводить очень трудно. При просмотре главы или параграфа нужно, прежде всего, найти основную мысль и выбрать значимые аргументы вопроса и кратко их записать.

Конспект всегда предназначен для проверки, поэтому он должен быть аккуратно и грамотно оформлен в рабочей тетради. В самом начале конспекта необходимо указать все выходные данные учебника, затем фамилию и имя того, кем составлен конспект, тему конспекта.

Запись следует вести последовательно, по главам и параграфам, при этом обязательно указывается точное название каждой главы и параграфа. Записи конспекта носят выборочный, но связный характер.

Ориентировочное время на подготовку конспекта главы - 4 часа. Заслушиванию подлежат основные положения и выводы конспекта в виде краткого устного сообщения (3-4 минуты) в рамках практического занятия. Критерии оценки конспекта:

- 1) содержательность, соответствие плану;
- 2) ясность, лаконичность изложения мыслей студента;
- 3) наличие графологических схем;
- 4) соответствие оформления требованиям;
- 5) грамотность изложения;
- 6) сдача конспекта в срок.

Контроль также проводится в виде проверки конспектов преподавателем. Задания по составлению конспекта вносятся в учебную карту дисциплины.

В процессе освоения дисциплины в рамках Модуля 2 обязательным видом самостоятельной работы является промежуточное тестирование.

Применение тестовой системы контроля знаний позволит определять степень освоенности той или иной темы сразу после ее прохождения. Вследствие этого повышается успеваемость и результаты сдачи экзамена.

## **7. Тематика курсовых работ(проектов)**

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

## **8. Оценочные средства**

### **8.1. Компетенции и этапы формирования**

| № п/п | Оценочные средства                               | Компетенции, этапы их формирования |
|-------|--------------------------------------------------|------------------------------------|
| 1     | Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности | УК-8, ПК-5, УК-7.                  |
| 2     | Предметно-методический модуль                    | ПК-5.                              |

### **8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания**

| Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции |                       |                     |                        |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------|------------------------|
| 2 (не зачтено) ниже порогового                                    | 3 (зачтено) пороговый | 4 (зачтено) базовый | 5 (зачтено) повышенный |

|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности                                                                              |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      |  |
| ПК-5.1 Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      |  |
| Не способен<br>Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.                                                                                                                                         | В целом успешно, но бессистемно<br>Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.                                                                                                                                         | В целом успешно, но с отдельными недочетами<br>Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.                                                                                                                                         | Способен в полном объеме<br>Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.                                                                                                                                         |  |
| ПК-5.2 Применяет меры профилактики детского травматизма.                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      |  |
| Не способен<br>Применяет меры профилактики детского травматизма.                                                                                                                                        | В целом успешно, но бессистемно<br>Применяет меры профилактики детского травматизма.                                                                                                                                        | В целом успешно, но с отдельными недочетами<br>Применяет меры профилактики детского травматизма.                                                                                                                                        | Способен в полном объеме<br>Применяет меры профилактики детского травматизма.                                                                                                                                        |  |
| ПК-5.3 Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      |  |
| Не способен<br>Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.                                                                                                                             | В целом успешно, но бессистемно<br>Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.                                                                                                                             | В целом успешно, но с отдельными недочетами<br>Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.                                                                                                                             | Способен в полном объеме<br>Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.                                                                                                                             |  |
| УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности                                                           |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      |  |
| УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.         |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      |  |
| Не способен<br>Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. | В целом успешно, но бессистемно<br>Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. | В целом успешно, но с отдельными недочетами<br>Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. | Способен в полном объеме<br>Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. |  |
| УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      |  |
| Не способен<br>Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.                                                                               | В целом успешно, но бессистемно<br>Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.                                                                               | В целом успешно, но с отдельными недочетами<br>Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.                                                                               | Способен в полном объеме<br>Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.                                                                               |  |

|                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                          |
| Не способен<br>Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. | В целом успешно, но бессистемно<br>Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. | В целом успешно, но с отдельными недочетами<br>Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. | Способен в полном объеме<br>Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. |

УК-7.4 Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.

|                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Не способен<br>Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности. | В целом успешно, но бессистемно<br>Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности. | В целом успешно, но с отдельными недочетами<br>Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности. | Способен в полном объеме<br>Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

УК-8.1 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.

|                                                                                                           |                                                                                                                               |                                                                                                                                           |                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Не способен<br>Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. | В целом успешно, но бессистемно<br>Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. | В целом успешно, но с отдельными недочетами<br>Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. | Способен в полном объеме<br>Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

УК-8.2 Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

|                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Не способен<br>Использует методы<br>защиты в<br>чрезвычайных<br>ситуациях, формирует<br>культуру безопасного<br>и ответственного<br>поведения. | В целом успешно, но<br>бессистемно<br>Использует методы<br>защиты в<br>чрезвычайных<br>ситуациях, формирует<br>культуру безопасного<br>и ответственного<br>поведения. | В целом успешно, но<br>с отдельными<br>недочетами<br>Использует методы<br>защиты в<br>чрезвычайных<br>ситуациях, формирует<br>культуру безопасного<br>и ответственного<br>поведения. | Способен в полном<br>объеме Использует<br>методы защиты в<br>чрезвычайных<br>ситуациях, формирует<br>культуру безопасного<br>и ответственного<br>поведения. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| Уровень<br>сформированности<br>компетенции | Шкала оценивания для промежуточной<br>аттестации |           | Шкала оценивания по<br>БРС |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------|----------------------------|
|                                            | Экзамен<br>(дифференцированный<br>зачет)         | Зачет     |                            |
| Повышенный                                 | 5 (отлично)                                      | зачтено   | 90 – 100%                  |
| Базовый                                    | 4 (хорошо)                                       | зачтено   | 76 – 89%                   |
| Пороговый                                  | 3 (удовлетворительно)                            | зачтено   | 60 – 75%                   |
| Ниже порогового                            | 2 (неудовлетворительно)                          | незачтено | Ниже 60%                   |

### 83. Вопросы промежуточной аттестации

**Пятый триместр (Зачет, ПК-5.1, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-7.1, УК-7.2, УК-7.3, УК-7.4, УК-8.1, УК-8.2)**

1. Раскройте содержание понятий «безопасность», «биосфера», «техносфера», «среда обитания», «гомосфера», «ноосфера», «опасность» в предметной области дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».
2. Охарактеризуйте цель, задачи и значение «Безопасности жизнедеятельности» как учебной дисциплины, назовите причины ее возникновения
3. Назовите источники формирования опасностей в конкретной деятельности. Охарактеризуйте признаки, определяющие опасность.
4. Систематизируйте виды опасностей по происхождению, по характеру воздействия на человека, по времени проявления отрицательных последствий, по месту проявления, по наносимому ущербу и по сфере проявления.
5. Дайте определение понятию «риск». Проведите подробную систематизацию рисков по различным типологическим признакам (по степени влияния на жизнедеятельность, по объекту и субъекту, по месторасположению источника опасности).
6. Раскройте содержание понятий «анализ риска», «идентификация риска». Перечислите действия по оценке риска. Охарактеризуйте процесс управления риском
7. Раскройте содержание понятий «эргатическая система», «эргономика». Охарактеризуйте уровни организации эргатических систем. Приведите примеры.
8. Назовите основные формы деятельности человека в эргатической системе. Дайте классификацию формам трудовой деятельности человека. Охарактеризуйте последствия рабочей нагрузки на человека в системе «человек-машина».
9. Дайте определения понятиям «условия труда», «тяжесть труда», «напряженность труда» Охарактеризуйте фазы трудовой деятельности по уровню работоспособности. Приведите примеры.
10. Раскройте содержание понятия «надежность работы». Систематизируйте ошибки, допускаемые человеком в процессе осуществления взаимодействия «человек-машина». Приведите примеры
11. Раскройте содержание понятия «чрезвычайная ситуация». Назовите причины и обстоятельства возникновения чрезвычайных ситуаций. Охарактеризуйте стадии развития чрезвычайной ситуации.
12. Дайте подробную классификацию чрезвычайных ситуаций по причинам возникновения, по

масштабам возможных последствий, по ведомственной принадлежности, по скорости распространения.

13. Охарактеризуйте Единую российскую государственную систему предупреждения и ликвидации стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Назовите цель РСЧС и постулаты, на которых она базируется.

14. Систематизируйте структуру Единой российской государственной системы предупреждения и ликвидации стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Назовите руководящие и рабочие органы РСЧС.

15. Дайте классификацию сил и средств Единой российской государственной системы предупреждения и ликвидации стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Перечислите основные режимы функционирования РСЧС.

16. Раскройте содержание понятия «чрезвычайная ситуация природного характера». Перечислите закономерности, которым подчиняются чрезвычайные ситуации природного характера. Дайте подробную классификацию чрезвычайным ситуациям природного происхождения.

17. Дайте характеристику чрезвычайным ситуациям геологического характера. Охарактеризуйте способы защиты от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения.

18. Дайте характеристику чрезвычайным ситуациям гидрологического характера. Охарактеризуйте способы защиты от морских гидросферных ЧС и гидрологических ЧС на суше.

19. Дайте характеристику чрезвычайным ситуациям метеорологического характера. Охарактеризуйте способы защиты от ветровых ЧС и аномальных метеорологических явлений.

20. Дайте характеристику природным пожарам. Охарактеризуйте причины возникновения и способы защиты от природных пожаров.

21. Дайте характеристику биологически опасным явлениям (эпидемия, эпизоотия, эпифитотия). Охарактеризуйте фазы механизма передачи возбудителя и пути передачи инфекционных заболеваний. Перечислите способы защиты от биологически опасных заболеваний.

22. Дайте характеристику чрезвычайным ситуациям космического характера. Перечислите типы космических катастроф. Охарактеризуйте последствия космических катастроф и поражающие факторы в результате действия космических объектов.

23. Раскройте содержание понятия «чрезвычайная ситуация техногенного характера». Перечислите причины возникновения техногенных аварий и катастроф. Дайте подробную классификацию чрезвычайным ситуациям техногенного характера в зависимости от специфики объекта.

24. Раскройте содержание понятия «химически опасный объект». Дайте подробную классификацию аварий на химически опасных объектах (ХОО) в зависимости от степени опасности. Перечислите поражающие факторы при авариях на ХОО.

25. Раскройте содержание понятия «радиационно-опасный объект» (РОО), «радиационная авария». Перечислите типы РОО. Охарактеризуйте зоны защиты населения и персонала при авариях на РОО.

#### **84. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Процедура промежуточной аттестации в институте регулируется «Положением о зачетно-экзаменационной сессии в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14); «Положением о независимом мониторинге качества образования студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14), «Положением о фонде оценочных средств дисциплины в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14).

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических и семинарских занятий, готовности к практической деятельности, успешного выполнения студентами лабораторных и курсовых работ, производственной и учебной практик и выполнения в процессе этих практик всех учебных поручений в соответствии с утвержденной программой.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

#### Собеседование (устный ответ) на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

#### Тесты

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля необходимо обращать особое внимание на следующее:

- оценивается полностью правильный ответ;
- преподавателем должна быть определена максимальная оценка за тест, включающий определенное количество вопросов;
- преподавателем может быть определена максимальная оценка за один вопрос теста;
- по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, оценка определяется исходя из максимальной оценки за один вопрос теста.

## 9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### Основная литература

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / под ред. Э. А. Арустамова. – М. : Дашков и К, 2013. – 445 с.
2. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебник / Э.А. Арустамов, А.Е. Волощенко, Г.В. Гуськов и др. ; под ред. Э.А. Арустамова. – М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2015. – 448 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru>
3. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / под ред. Л.А. Муравей. – М. : Юнити-Дана, 2015. – 431 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru>
4. Косолапова, Н. В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум [Текст] : учеб. пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – М. : КНОРУС, 2016. – 156 с.

### Дополнительная литература

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для бакалавров / под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. - М. : Дашков и К, 2014. - 452 с.
2. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / под ред. П. Э. Шлендера. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Вузовский учебник, 2012. - 303 с.
3. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Р. И. Айзман, С. В. Петров, Н. С. Шуленкина ; под ред. Р. И. Айзмана. - Новосибирск : АРТА, 2011. - 287 с.

4. Жуков, В. И. Защита и безопасность в ЧС : учебное пособие / В. И. Жуков, Л. Н. Горбунова. - М. : ИНФРА-М, 2013. - 391 с.

5. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник для бакалавров / В. И. Каракеян, И. Н. Никулина. - М. : Юрайт, 2013. - 455 с.

## **10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. <http://0bj.ru/> - Сайт Безопасность жизнедеятельности
2. <http://bzhde.ru/> - Энциклопедия безопасности жизнедеятельности
3. <http://novtex.ru/bjd/> - Научно-практический и учебно-методический журнал «Безопасность жизнедеятельности»

## **11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)**

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

## **12. Перечень информационных технологий**

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» используются следующие информационные технологии:

- электронные издания (учебники, методические материалы);
- пересылка изучаемых материалов по компьютерным телекоммуникациям (электронная почта);
- комплекты лицензионного программного обеспечения ( Microsoft World, Power Point);
- компьютерное тестирование;
- информационные справочные системы (Научная электронная библиотека eLIBRARY.R Российский общеобразовательный портал, Словари и энциклопедии на Академике, Словари на Яндексe, Сайт ресурса «БиблиоРоссика»).

### **12.1 Перечень программного обеспечения**

**(обновление производится по мере появления новых версий программы)**

1. <Объект не найден> (9074:9 bb000505683152e11e6babfac4c0e44)

2. iSpring 6.0
3. ABBYY FineReader 9.0
4. Microsoft Office Professional Plus 2013

**122 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)**

**123 Перечень современных профессиональных баз данных**

### **13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)**

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации № 205.

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (клавиатура, сетевой фильтр, мышь, коврик, монитор, системный блок, проектор, интерактивная доска). Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Помещение для самостоятельной работы

Читальный зал электронных ресурсов № 101б.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета: автоматизированные рабочие места (компьютер – 12 шт.).

Мультимедийный проектор, многофункциональное устройство, принтер.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации, электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.