

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

Факультет физической культуры

Кафедра теории и методики физической культуры  
и безопасности жизнедеятельности

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Наименование дисциплины (модуля): Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Разработчик:

Паршина Н. А., старший преподаватель

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 25.04.2017 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 29.08.2017 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

## **1. Цель и задачи изучения дисциплины**

Формирование у студентов комплекса теоретических знаний и практических умений в области обеспечения безопасности занимающихся при осуществлении учебно-тренировочного процесса.

Задачи дисциплины:

- выявление основных причин и общих принципов профилактики спортивного травматизма и обеспечение охраны жизни и здоровья обучающихся;
- способствовать осознанному практическому овладению решать задачи воспитания обучающихся в учебной и внеучебной деятельности, существующих требований безопасности и санитарии к местам проведения учебно-тренировочных занятий;
- формирование практических навыков организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, оказания первой доврачебной помощи при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии других неблагоприятных факторов;
- знакомство с основными правилами обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий в различных условиях.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОПВО**

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.04 «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: наличие у студента компетенций, сформированных в процессе изучения предметов школьного курса «Основы безопасности жизнедеятельности», «Биология», «Анатомия», «Физическая культура».

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.02.04 «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.Б.04 Безопасность жизнедеятельности;

Б1.В.ДВ.10.01 Современные технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности в образовательных организациях;

Б1.В.ДВ.17.03 Проектирование безопасной среды образовательной организации.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе с последующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие;
- просвещение;
- образовательные системы.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

## **3. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

<b>ОПК-2 способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</b>	
ОПК-2 способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности возрастного развития личности;</li> <li>– общие особенности построения процесса обучения в учреждениях общего и дополнительного образования.</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать и осуществлять образовательно-воспитательный процесс с различными возрастными категориями обучающихся;</li> <li>– учитывать особенности возрастного и индивидуального развития обучающихся;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методикой осуществления образовательно-воспитательного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.</li> </ul>
<b>ОПК-6 готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся</b>	
ОПК-6 готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– содержание нормативно-правовых актов, документов и инструкций государственных органов, регламентирующих деятельность по обеспечению безопасности учебно-тренировочного процесса;</li> <li>– основные требования по безопасности и санитарии к местам проведения занятий и спортивному инвентарю;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать существующие условия проведения учебно-тренировочных занятий с точки зрения их безопасности для занимающихся;</li> <li>– разрабатывать правила и инструкции по мерам безопасности при осуществлении учебно-тренировочного процесса;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами осуществления физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.</li> </ul>

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК):

<b>ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности</b>	
ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы и способы организации сотрудничества обучающихся в соответствии с требованиями техники безопасности;</li> </ul>

<p>активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности</p>	<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– поддерживать активность, инициативность и самостоятельность обучающихся, основанные на знаниях требований техники безопасности;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– приемами осуществления физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.</li> </ul>
---	---

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
<b>Контактная работа (всего)</b>	<b>18</b>	<b>18</b>
Практические	18	18
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>54</b>	<b>54</b>
<b>Виды промежуточной аттестации</b>		
Зачет		+
<b>Общая трудоемкость часы</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>Общая трудоемкость зачетные единицы</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

#### 5. Содержание дисциплины

##### 5.1. Содержание модулей дисциплины

###### Модуль 1. Травматизм на занятиях физической культурой и спортом:

Введение в дисциплину. Причины и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях. Требования к закрытым спортивным сооружениям, открытым спортивным площадкам, спортивному инвентарю и оборудованию. Должностные обязанности специалистов в области физической культуры и спорта по выполнению требований безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий. Контрольная работа.

###### Модуль 2. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на спортивных площадках различного типа:

Меры безопасности при организации и проведении занятий по физической культуре и спорту в образовательной школе. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на открытых спортивных площадках, в спортивном и тренажерном залах. Безопасность на учебно-тренировочных занятиях по игровым видам во время проведения туристских походов. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по различным видам спорта. Понятие о первой доврачебной помощи, ее содержание, средства, порядок оказания и влияние на исход повреждений. Контрольная работа.

##### 5.2. Содержание дисциплины: Практические (18 ч.)

###### Модуль 1. Травматизм на занятиях физической культурой и спортом (10ч.)

Тема 1. Введение в дисциплину (2 ч.)

1. Специфические особенности занятий физической культурой и спортом с позиций обеспечения безопасности занимающегося.

2. Предмет, цель и задачи курса «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях». Требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся.

3. Нормативно-правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой и спортом.

Тема 2. Причины и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях (2ч.)

1. Основные причины травматизма при занятиях физической культурой и спортом.

2. Гипокинезия как одна из основных причин травматизма.
3. Основные правила безопасности при использовании спортивного оборудования.
4. Значение физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.
5. Причины и характер травм в различных видах спорта.
6. Общие принципы профилактики спортивного травматизма.

Тема 3. Требования к закрытым спортивным сооружениям, открытым спортивным площадкам, спортивному инвентарю и оборудованию. Должностные обязанности специалистов в области ФК и С по выполнению требований безопасности при проведении УТЗ (2 ч.)

1. Общие санитарно-гигиенические требования к закрытым спортивным сооружениям.
2. Микроклиматические условия спортивных залов.
3. Санитарно-гигиенические требования к открытым спортивным площадкам.
4. Требования к спортивному инвентарю и оборудованию.
5. Контроль состояния охраны труда в образовательных учреждениях.
6. Должностные обязанности заведующего спортивным залом.
7. Должностные обязанности учителя физической культуры.
8. Методические указания по разработке правил и инструкций по мерам безопасности.

Тема 4. Тестирование (2 ч.)

Тестирование по теме: Требования безопасности и санитарии к местам проведения занятий по физической культуре и спорту.

Тема 5. Меры безопасности при организации и проведении занятий по физической культуре и спорту в образовательной школе (2 ч.)

1. Общие правила обеспечения безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту.
2. Основные обязанности тренера-преподавателя по обеспечению безопасности занимающихся на учебно-тренировочных занятиях.
3. Правила проведения инструктажа безопасности и порядок действий при несчастном случае на занятии.
4. Содержание вводного инструктажа по предмету «Физическая культура».

## **Модуль 2. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на спортивных площадках различного типа (8 ч.)**

Тема 6. Обеспечение безопасности при проведении УТЗ на открытых спортивных площадках, в спортивном и тренажерном залах. Безопасность на УТЗ по игровым видам во время проведения туристских походов. (2 ч.)

1. Меры безопасности при проведении занятий на открытых спортивных площадках.
2. Меры безопасности при проведении занятий в спортивных залах.
3. Меры безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.

Тема 7. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по различным видам спорта (2 ч.)

1. Меры безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.
2. Меры безопасности при проведении занятий по спортивной гимнастике.
3. Меры безопасности при проведении занятий по атлетической гимнастике.
4. Меры безопасности при проведении занятий по аэробике.
5. Меры безопасности при проведении занятий по плаванию.

Тема 8. Понятие о первой доврачебной помощи, ее содержание, средства, порядок оказания и влияние на исход повреждений (2 ч.)

1. Понятие о первой помощи, ее сущность, содержание, принципы и порядок оказания.
2. Порядок осмотра и правила обращения с пострадавшим.

3. Средства оказания первой помощи.

4. Установление признаков жизни.

Тема 9. Контрольная работа (2 ч.)

Контрольная работа по теме: «Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на спортивных площадках различного типа».

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

**61 Вопросы задания для самостоятельной работы**

**Первый семестр (54ч.)**

**Модуль 1. Травматизм на занятиях физической культурой и спортом (27 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Подготовить презентацию на тему: «Санитарно-гигиенические требования к открытым спортивным площадкам».

1. Подготовить презентацию на тему: «Общие санитарно-гигиенические требования к закрытым спортивным сооружениям».

2. Подготовить презентацию на тему «Микроклиматические условия спортивных залов».

3. Подготовить презентацию на тему: «Требования к спортивному инвентарю и оборудованию в футболе».

4. Подготовить презентацию на тему: «Требования к спортивному инвентарю и оборудованию в баскетболе».

5. Подготовить презентацию на тему: «Требования к спортивному инвентарю и оборудованию в волейболе».

6. Подготовить презентацию на тему: «Требования к спортивному инвентарю и оборудованию в легкой атлетике».

7. Подготовить презентацию на тему: «Требования к спортивному инвентарю и оборудованию в гимнастике».

Вид СРС: Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

1. Подготовить реферат на тему: «Специфические особенности занятий физической культурой и спортом позиций обеспечения безопасности занимающегося»

2. Подготовить реферат на тему: «Основные причины травматизма при занятиях физической культурой и спортом»

3. Подготовить реферат на тему: «Гипокинезия как одна из основных причин травматизма при занятиях физической культурой и спортом»

4. Подготовить реферат на тему: «Основные правила безопасности при использовании спортивного оборудования»

5. Подготовить реферат на тему: «Значение физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах»

6. Подготовить реферат на тему: «Общие принципы профилактики спортивного травматизма»

7. Подготовить реферат на тему: «Контроль состояния охраны труда в образовательных учреждениях»

8. Подготовить реферат на тему: «Нормативно-правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой и спортом».

**Модуль 2. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на спортивных площадках различного типа (27 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

1. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи при наружных и внутренних кровотечениях».

2. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи повреждениям связочно-сумочного аппарата».

3. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи при вывихах».
4. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи при ушибах и переломах».
5. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи при травмах позвоночника».
6. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи при травматическом шоке».
7. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи при остановке сердца и дыхания».
8. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударах».
9. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи при утоплении».
10. Подготовьте конспект на тему: «Порядок оказания первой доврачебной помощи при обморожениях».
11. Подготовьте реферат на тему: «Понятие о первой помощи, ее сущность и содержание».
12. Подготовьте реферат на тему: «Принципы и порядок оказания первой доврачебной помощи».
13. Подготовьте реферат на тему: «Порядок осмотра и правила обращения с пострадавшим».
14. Подготовьте реферат на тему: «Средства оказания первой помощи».
15. Подготовьте реферат на тему: «Установление признаков жизни».

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

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

### **8. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

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

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули ( разделы) дисциплины
ОПК-2,ОПК-6	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 1: Травматизм на занятиях физической культурой и спортом
ОПК-6, ПК-7	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 2: Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на спортивных площадках различного типа

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:  
 Компетенция ОПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин: Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях, Биомеханика двигательных действий, Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников, Влияние биоритмов на физическую работоспособность человека, Гендерный подход к физическому воспитанию школьников, Девиантное поведение как угроза безопасности личности, Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры, Информационно-психологическая безопасность личности, Информационные

технологии в обучении основам безопасности жизнедеятельности, Лечебная физическая культура и массаж, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Медико-педагогический контроль при занятиях физической культурой, Методика антропологических исследований при спортивном отборе, Методика занятий по физической культуре со школьниками специальных медицинских групп, Методические основы формирования профессиональных и личностных качеств учителя безопасности жизнедеятельности, Обеспечение безопасных условий работы за компьютером, Образование и безопасность жизнедеятельности, Основы ВНД и психического здоровья детей, Основы физической реабилитации при заболеваниях нервной системы у детей, Особенности физического воспитания в дошкольных образовательных организациях, Особенности формирования личности безопасного типа поведения у школьников, Охрана труда на производстве и в учебном процессе, Педагогика, Педагогика и психология инклюзивного образования, Педагогика инклюзивного образования, Прикладные основы безопасности жизнедеятельности в школе, Проектирование безопасной среды образовательной организации, Психологические основы безопасности, Психология, Психология инклюзивного образования, Психология физической культуры и спорта, Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры, Современные направления оздоровительных видов физической культуры, Современные средства оценивания результатов обучения, Современные технологии обучения основам безопасности жизнедеятельности, Теория и методика физической культуры, Технологии подготовки волейболистов различной квалификации, Технологии подготовки инструкторов детско-юношеского туризма, Технологии спортивной подготовки легкоатлетов, Технология начальной подготовки прыгунов в длину, Физиологические и психологические особенности адаптации к экстремальным ситуациям, Физическая культура в образовательном пространстве, Физическая культура в системе «Семья-школа», Физкультурно-оздоровительные технологии при нарушениях опорно-двигательного аппарата, Фитнес-технологии в условиях образовательных организаций, Формирование спортивного мастерства в организациях дополнительного образования, Человеческий фактор в обеспечении безопасности и охраны труда, Экология и безопасность жизнедеятельности.

Компетенция ОПК-6 формируется в процессе изучения дисциплин: Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях, Безопасность городской среды обитания, Безопасность жизнедеятельности, Биологические опасности и защита от них, Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников, Влияние биоритмов на физическую работоспособность человека, Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии, Воспитание культуры безопасности у молодежи, Здоровье и безопасность человека в современном обществе, Криминогенные опасности и защита от них, Лечебная физическая культура и массаж, Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности, Медико-биологические основы выживания в экстремальных ситуациях, Медико-биологические особенности воздействия на организм человека негативных факторов среды, Методика антропологических исследований при спортивном отборе, Методика организации и проведения занятий по спортивному ориентированию со школьниками, Методика освоения тактических приемов борьбы, Мини-футбол в школе, Мониторинг среды обитания, Обеспечение безопасности образовательной организации, Общие основы противодействия терроризму, Окружающая природная среда и безопасность жизнедеятельности, Опасные ситуации в населенных пунктах и защита от них, Организация внеклассной работы по основам безопасности жизнедеятельности, Организация занятий с детьми школьного возраста по спортивной борьбе, Организация и проведение соревнований по легкой атлетике, Организация и управление в области пожарной безопасности, Организация работы спортивного судьи по биатлону, Основы ВНД и психического здоровья детей, Основы научных исследований в области безопасности жизнедеятельности в образовательных организациях, Основы

ноксологии, Основы спортивной тренировки юных лыжников, Основы физической реабилитации при заболеваниях нервной системы у детей, Особенности подготовки спортивного волонтера, Охрана труда на производстве и в учебном процессе, Пожарная безопасность, Проектирование образовательного процесса по ОБЖ в школе, Профессиональная компетентность инструктора по физической культуре и плаванию в оздоровительных центрах, Профилактика негативных социальных явлений, Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры, Системный анализ и моделирование безопасности, Современные направления оздоровительных видов физической культуры, Современные технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности в образовательных организациях, Теоретико-методические особенности применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, Теория и практика судейства соревнований по волейболу, Терроризм и безопасность человека, Тренажерные технологии в физической культуре и спорте, Физическая культура в системе «Семья-школа», Физкультурно-оздоровительные технологии при нарушениях опорно-двигательного аппарата, Фитнес-технологии в условиях образовательных организаций, Экологические аспекты физической культуры и спорта, Эксплуатация и управление спортивными объектами, Эргономические основы безопасности жизнедеятельности.

Компетенция ПК-7 формируется в процессе изучения дисциплин: Автономное выживание человека в природной среде, Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников, Гимнастика, Допризывная подготовка молодежи, Единоборства, Легкая атлетика, Лыжный спорт, Методика организации и проведения занятий по спортивному ориентированию со школьниками, Методика освоения тактических приемов борьбы, Организация занятий с детьми школьного возраста по спортивной борьбе, Патриотическое воспитание молодежи в региональном образовательном пространстве, Профессиональная компетентность классного руководителя, Спортивные и подвижные игры, Спортивный туризм, Теория и практика судейства соревнований по волейболу, Технологии физкультурно-спортивной деятельности, Физическая культура в системе «Семья-школа», Фитнес-технологии в условиях образовательных организаций, Формирование готовности населения к действиям в экстремальных ситуациях.

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

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

### Повышенный уровень:

– студент знает содержание нормативно-правовых актов, документов и инструкций государственных органов, регламентирующих деятельность по обеспечению безопасности учебно-тренировочного процесса; основные требования по безопасности и санитарии к местам проведения занятий и спортивному инвентарю; порядок оказания первой доврачебной помощи при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии неблагоприятных факторов окружающей среды.

Демонстрирует умение анализировать существующие условия проведения учебно-тренировочных занятий с точки зрения их безопасности для занимающихся; разрабатывать правила и инструкции по мерам безопасности при осуществлении учебно-тренировочных занятий.

Владеет приемами осуществления физической помощи, страховки и само страховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.

### Базовый уровень:

– студент знает содержание нормативно-правовых актов, документов и инструкций государственных органов, регламентирующих деятельность по обеспечению безопасности учебно-тренировочного процесса. Допускает незначительные ошибки при перечислении основных требований по безопасности и санитарии к местам проведения занятий и спортивному инвентарю. Испытывает незначительные затруднения в определении

порядка оказания первой доврачебной помощи при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии неблагоприятных факторов окружающей среды.

Умеет анализировать существующие условия проведения учебно-тренировочных занятий с точки зрения их безопасности для занимающихся; разрабатывать правила и инструкции по мерам безопасности при осуществлении учебно-тренировочных занятий..

Допускает незначительные ошибки в приемах осуществления физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.

Пороговый уровень:

– студент допускает ошибки при использовании знаний содержания нормативно-правовых актов, документов и инструкций государственных органов, регламентирующих деятельность по обеспечению безопасности учебно-тренировочного процесса. Допускает ошибки при перечислении основных требований по безопасности и санитарии к местам проведения занятий и спортивному инвентарю. Испытывает затруднения в определении порядка оказания первой доврачебной помощи при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии неблагоприятных факторов окружающей среды.

Анализирует существующие условия проведения учебно-тренировочных занятий с точки зрения их безопасности для занимающихся; разрабатывать правила и инструкции по мерам безопасности при осуществлении учебно-тренировочных занятий,

Допускает ошибки в приемах осуществления физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.

Уровень ниже порогового:

– студент имеет значительные пробелы в знаниях содержания нормативно-правовых актов, документов и инструкций государственных органов, регламентирующих деятельность по обеспечению безопасности учебно-тренировочного процесса. Испытывает затруднения при перечислении основных требований по безопасности и санитарии к местам проведения занятий и спортивному инвентарю, в определении порядка оказания первой доврачебной помощи при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии неблагоприятных факторов окружающей среды.

Допускает значительные ошибки при анализе существующих условий проведения учебно-тренировочных занятий с точки зрения их безопасности для занимающихся.

Допускает значительные ошибки в приемах осуществления физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.

Не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Зачет	
Повышенный	зачтено	90 – 100%
Базовый	зачтено	76 – 89%
Пороговый	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	Не зачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает содержание нормативно-правовых актов, документов и инструкций государственных органов, регламентирующих деятельность по обеспечению безопасности учебно-тренировочного процесса; основные требования по

	<p>безопасности и санитарии к местам проведения занятий и спортивному инвентарю; порядок оказания первой доврачебной помощи при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии неблагоприятных факторов окружающей среды.</p> <p>Демонстрирует умение анализировать существующие условия проведения учебно-тренировочных занятий с точки зрения их безопасности для занимающихся; разрабатывать правила и инструкции по мерам безопасности при осуществлении учебно-тренировочных занятий..</p> <p>Владеет приемами осуществления физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.</p> <p>Ответ логичен и последователен, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы, выводы доказательны.</p>
Не зачтено	<p>Студент имеет значительные пробелы в знаниях содержания нормативно-правовых актов, документов и инструкций государственных органов, регламентирующих деятельность по обеспечению безопасности учебно-тренировочного процесса. Испытывает затруднения при перечислении основных требований по безопасности и санитарии к местам проведения занятий и спортивному инвентарю, в определении порядка оказания первой доврачебной помощи при спортивных травмах, внезапных заболеваниях и воздействии неблагоприятных факторов окружающей среды.</p> <p>Допускает значительные ошибки при анализе существующих условий проведения учебно-тренировочных занятий с точки зрения их безопасности для занимающихся.</p> <p>Допускает значительные ошибки в приемах осуществления физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.</p> <p>Не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.</p>

### 8.3. Вопросы, задания текущего контроля

#### Модуль 1: Травматизм на занятиях физической культурой и спортом

ОПК-2 способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся

1. Перечислите и охарактеризуйте основные причины травматизма при занятиях физической культурой и спортом.
2. Охарактеризуйте гипокинезию как одну из основных причин травматизма.
3. Определите значение физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.
4. Выявите причины и характер травм в различных видах спорта.
5. Предложите общие принципы профилактики спортивного травматизма.
6. Опишите возрастные и индивидуальные особенности детей дошкольного возраста.
7. Отразите возрастные и индивидуальные особенности детей младшего школьного возраста.
8. Охарактеризуйте возрастные и индивидуальные особенности детей среднего школьного возраста.

9. Отрадите возрастные и индивидуальные особенности детей старшего школьного возраста.

10. Определите роль учета возрастных и индивидуальных особенностей в обеспечении безопасности учебно-тренировочного занятия.

ОПК-6 готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся

1. Выявите специфические особенности занятий физической культурой и спортом с позиций обеспечения безопасности занимающегося.

2. Перечислите нормативно-правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой и спортом.

3. Определите основные правила безопасности при использовании спортивного оборудования.

4. Выявите общие санитарно-гигиенические требования к закрытым спортивным сооружениям

5. Охарактеризуйте микроклиматические условия спортивных залов.

6. Определите санитарно-гигиенические требования к открытым спортивным площадкам.

7. Представьте требования к спортивному инвентарю и оборудованию.

8. Опишите роль контроля состояния охраны труда в образовательных учреждениях.

9. Перечислите должностные обязанности заведующего спортивным залом.

10. Выявите должностные обязанности учителя физической культуры.

11. Дайте методические указания по разработке правил и инструкций по мерам безопасности.

**Модуль 2: Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на спортивных площадках различного типа**

ОПК-6 готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся

1. Перечислите общие правила обеспечения безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту.

2. Выявите основные обязанности тренера-преподавателя по обеспечению безопасности занимающихся на учебно-тренировочных занятиях.

3. Представьте правила проведения инструктажа безопасности и порядок действий при несчастном случае на занятии.

4. Опишите содержание вводного инструктажа по предмету «Физическая культура».

5. Перечислите меры безопасности при проведении занятий на открытых спортивных площадках.

6. Определите меры безопасности при проведении занятий в спортивных залах.

7. Предложите меры безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.

8. Выявите меры безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.

9. Перечислите меры безопасности при проведении занятий по спортивной гимнастике.

10. Предложите меры безопасности при проведении занятий по атлетической гимнастике.

11. Определите меры безопасности при проведении занятий по аэробике.

12. Перечислите меры безопасности при проведении занятий по плаванию.

13. Выявите меры безопасности при проведении занятий по спортивным играм.

14. Предложите меры безопасности при проведении занятий по подвижным играм.

15. Определите меры безопасности при проведении экскурсий и туристских походов.

ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности

1. Вы обнаружили пострадавшего с признаками внутреннего кровотечения.

Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

2. Вы обнаружили пострадавшего с признаками наружного кровотечения. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

3. Вы обнаружили пострадавшего с признаками вывиха. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

4. Вы обнаружили пострадавшего с признаками перелома. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

5. Вы обнаружили пострадавшего с признаками ушиба. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

6. Вы обнаружили пострадавшего с травмой позвоночника. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

7. Вы обнаружили пострадавшего с признаками травматического шока. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

8. Вы обнаружили пострадавшего с признаками остановки сердца. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

9. Вы обнаружили пострадавшего с признаками остановки дыхания. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

10. Вы обнаружили пострадавшего с признаками теплового удара. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

11. Вы обнаружили пострадавшего с признаками солнечного удара. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

12. Вы обнаружили пострадавшего с признаками утопления. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

13. Вы обнаружили пострадавшего с признаками обморожения. Выстройте верный алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Организуйте рациональное сотрудничество студентов при оказании первой помощи.

#### **8.4 Вопросы промежуточной аттестации**

##### **Первый семестр (Зачет, ОПК-2, ОПК-6, ПК-7)**

1. Определите цель и задачи дисциплины «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях».

2. Отрадите причины травматизма на учебно-тренировочных занятиях.

3. Перечислите основные правила безопасности при использовании спортивного оборудования.

4. Определите особенности установки снарядов в рабочее положение.

5. Отрадите содержание технического ухода за спортивным оборудованием.

6. Выявите значение физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.

7. Отрадите общие принципы профилактики спортивного травматизма.

8. Представьте примерные сроки возобновления занятий физической культурой и

спортом после заболеваний и травм.

9. Отрадите требования к закрытым спортивным сооружениям (спортивным залам): электробезопасность, пожаробезопасность, освещенность, вентиляция.

10. Перечислите требования к открытым спортивным площадкам.

11. Выявите требования к спортивному инвентарю и оборудованию.

12. Перечислите должностные обязанности заведующего учебным кабинетом, мастерской, спортзалом, кружком, спортивной секцией по выполнению требований безопасности и санитарии к местам проведения учебно-тренировочных занятий.

13. Дайте методические указания по разработке правил и инструкций по мерам безопасности.

14. Представьте правила техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на открытых спортивных площадках.

15. Отрадите особенности техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий в спортивном зале.

16. Охарактеризуйте правила техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий в тренажерном зале.

17. Определите правила техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике.

18. Выявите правила техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по спортивной гимнастике.

19. Отрадите правила техники безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, футбол, гандбол).

20. Определите правила техники при проведении учебно-тренировочных занятий по плаванию.

21. Представьте характеристику понятия «первая доврачебная помощь», определите ее содержание, средства, порядок оказания и влияние на исход повреждений.

22. Отрадите основные принципы оказания первой помощи.

23. Представьте общие правила обращения с пострадавшим.

24. Отрадите порядок оказания первой доврачебной помощи при наружных и внутренних кровотечениях.

25. Выявите порядок оказания первой доврачебной помощи при повреждениях связочно-сумочного аппарата.

26. Охарактеризуйте порядок оказания первой доврачебной помощи при вывихах.

27. Отрадите порядок оказания первой доврачебной помощи при переломах.

28. Представьте порядок оказания первой доврачебной помощи при ушибах.

29. Определите порядок оказания первой доврачебной помощи при травмах позвоночника.

30. Представьте порядок оказания первой доврачебной помощи при травматическом шоке.

31. Выявите порядок оказания первой доврачебной помощи при остановке сердца и дыхания.

32. Отрадите порядок оказания первой доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударах.

33. Представьте порядок оказания первой доврачебной помощи при утоплении.

34. Выявите порядок оказания первой доврачебной помощи при обморожениях.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета,

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических занятий, готовности к практической деятельности.

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.

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;

## **9 Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

### **Основная литература**

1. Акимова, Л. А. Здоровьесберегающие технологии : учебное пособие / Л. А. Акимова. – Оренбург : ОГПУ, 2017. – 247 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/102254>

2. Пожарова, Г. В. Традиционные и современные методы диагностики здоровья и функциональной подготовленности спортсменов : учебное пособие / Г. В. Пожарова, Г. Г. Федотова, М. А. Гераськина. – Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. – 120 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/74483>

3. Ситуационные задания к курсу «Безопасность жизнедеятельности» : учебное пособие / составители Т. Р. Кабиров [и др.]. – Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2011. – 20 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/49594>

### **Дополнительная литература**

1. Кириллова, А. В. Теория и методика физической культуры : учебно-методическое пособие / А. В. Кириллова, Н. В. Ерохова. – Мурманск : МАГУ, 2016. – 98 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/140982>

2. Купчинов, Р. И. Физическое воспитание : учебное пособие [Электронный ресурс] / Р. И. Купчинов – Минск: ТетраСистемс, 2012. – 350 с. – Режим доступа: [https://rusneb.ru/catalog/001306\\_000045\\_54229367-F2B3-421A-B06B-3E22B662208D/](https://rusneb.ru/catalog/001306_000045_54229367-F2B3-421A-B06B-3E22B662208D/).

3. Лобанов, С. А. Физиология и гигиена питания спортсменов : учебно-методическое пособие / С. А. Лобанов, В. А. Смирнов, В. Ю. Корнаухов. – Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2009. – 112 с. – ISBN 978-5-87978-512-8. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/43194>

4. Омаров, М. М. Безопасность жизнедеятельности : учебно-методическое пособие / М. М. Омаров, М. У. Гусенов. – Махачкала : ДГПУ, 2012. – 280 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/138855>

5. Третьякова, Н.В. Теория и методика оздоровительной физической культуры [Электронный ресурс] / Н.В. Третьякова, Т.В. Андрюхина, Е.В. Кетриш. – Москва : Спорт, 2016. – 281 с. : ил. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=46137>

6. Шуняева, Е. А. Физическая культура. Инструктивно-методические указания для студентов : методические указания / Е. А. Шуняева, Е. Н. Бибина, Н. А. Ломакина. – Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. – 95 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/74510>

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

1. <http://0bj.ru/> - Сайт Безопасность жизнедеятельности
2. <http://bzhde.ru/> - Энциклопедия безопасности жизнедеятельности
3. <http://www.obzh.ru/> - Нормативные документы по обеспечению безопасности жизнедеятельности.
4. <https://yadi.sk/d/MSnKOolvR4wAv>-Оказание первой помощи пострадавшим практическое пособие

### **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;

Алгоритм работы над каждой темой:

- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

## **12. Перечень информационных технологий**

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

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

### **12.1 Перечень программного обеспечения**

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

1. Microsoft Windows 7Pro
2. Microsoft Office Professional Plus2010
3. 1С: УниверситетПРОФ

### **12.2 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)**

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

### **12.3 Перечень современных профессиональных баз данных**

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn----8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiihbv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Профессиональная база данных «Портал открытых данных Министерства культуры Российской Федерации» (<http://opendata.mkrf.ru/>)

3. Электронная библиотечная система Znanium.com (<http://znanium.com/>)

4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

### **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 занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (№ 106).**

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

#### Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (компьютер, системный блок, сетевой фильтр, клавиатура, мышь, колонки).

#### Учебно-наглядные пособия:

Презентации.