

**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): Здоровье и безопасность человека в  
современном обществе

Уровень ОПОП: Бакалавриат

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

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Федотова Г. Г., д-р биол. наук, профессор

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 9  
от 25.04.2018 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании  
кафедры, протокол № 1 от 29.08.2020 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

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

Цель изучения дисциплины - формирование у обучающихся системы знаний о здоровье и безопасности человека в современном обществе для обеспечения его безопасной жизнедеятельности; формирование умений предупреждать и регулировать неблагоприятные опасности и чрезвычайные ситуации с учетом специфики будущей профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- овладение знаниями о здоровье человека как составляющей его безопасности;
- овладение знаниями об опасностях, угрожающих человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- формирование умений предвидеть, предупреждать влияние на человека поражающих факторов угроз и опасностей;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Дисциплина Б1.В.ДВ.10.4 «Здоровье и безопасность человека в современном обществе» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 4 курсе, в 7 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знание школьного курса основ безопасности жизнедеятельности; знание основ сохранения здоровья человека и правил безопасности жизнедеятельности.

Изучению дисциплины Б1.В.ДВ.10.4 «Здоровье и безопасность человека в современном обществе» предшествует освоение дисциплин (практик):

Б1.Б.4 Безопасность жизнедеятельности;

Б1.Б.11 Основы медицинских знаний.

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.10.4 «Здоровье и безопасность человека в современном обществе» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.В.ДВ.16.1 Окружающая природная среда и безопасность жизнедеятельности;

Б1.В.ОД.15 Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Здоровье и безопасность человека в современном обществе», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими 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 дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

<b>ОК-5. Способностью работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия</b>	
ОК-5 способностью работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия	знать: - способы личностного развития с учетом возможностей командного взаимодействия, толерантного восприятия социальных и культурных различий; уметь: - осуществлять личностное развитие с учетом возможностей командного взаимодействия, толерантного восприятия социальных и культурных различий; владеть: - приемами личностного развития с учетом возможностей командного взаимодействия, толерантного восприятия социальных и культурных различий.
<b>ОК-9. Способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций</b>	
ОК-9 способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	знать: - приемы оказания первой помощи и методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; уметь: - использовать приемы оказания первой помощи и методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; владеть: - способами приемов оказания первой помощи и методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

<b>ПК-7. Способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности педагогическая деятельность</b>	
ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	знать: - формы сотрудничества обучающихся для поддержания их активности, инициативности и самостоятельности; уметь: - развивать у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативу, творческие способности; - формировать гражданскую позицию, способность к труду и жизни в условиях современного мира; - формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни;

	<p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками организации сотрудничества обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развития творческих способностей.</li> </ul>
--	--

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

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
<b>Контактная работа (всего)</b>	<b>36</b>	<b>36</b>
Лекции	18	18
Практические	18	18
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
Виды промежуточной аттестации		
Зачет		+
<b>Общая трудоемкость часы</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>Общая трудоемкость зачетные единицы</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

#### 5. Содержание дисциплины

##### 5.1. Содержание модулей дисциплины

###### Модуль 1. Здоровье человека и его составляющие:

Введение. Место и роль дисциплины «Здоровье и безопасность человека в современном обществе» в системе вузовской подготовки студентов к профессиональной педагогической деятельности. Здоровье человека как составляющая его безопасности. Образ жизни человека – главный фактор здоровья. Окружающая среда как важнейший фактор здоровья человека. Физическая культура как фактор формирования здоровья человека.

###### Модуль 2. Влияние факторов среды на здоровье человека:

Общие представления о безопасности человека. Опасности и чрезвычайные ситуации. Системы безопасности человека. Опасности природного характера и защита от них. Пожарная безопасность. Безопасность на транспорте. Опасности техногенного характера и защита от них. Опасности экологического характера и защита от них. Социальные опасности и защита от них. Личная безопасность человека в повседневной жизни. Безопасность в городе, в быту и на отдыхе.

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

###### Модуль 1. Здоровье человека и его составляющие (10 ч.)

Тема 1. Введение. Место и роль дисциплины «Здоровье и безопасность человека в современном обществе» в системе вузовской подготовки студентов к профессиональной педагогической деятельности (2 ч.)

1. Актуальность, цель и задачи дисциплины «Здоровье и безопасность человека в современном обществе». Содержание курса. Основные положения и понятия дисциплины.

2. Нормативно-правовые документы в области здоровья и обеспечения безопасности личности, общества и государства.

3. Современная концепция и стратегия здоровья и безопасности человека.

4. Индивидуальное здоровье человека как категория качества жизни и безопасности.

Тема 2. Здоровье человека как составляющая его безопасности (2 ч.)

1. Понятие о здоровье. Характеристика и критерии здоровья.

2. Демографические показатели состояния здоровья населения.

3. Здоровье как социальная ценность жизни. Основные факторы, определяющие здоровье. Общественное здоровье.

4. Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки, их влияние на здоровье.

Тема 3. Образ жизни человека – главный фактор здоровья (2 ч.)

1. Образ жизни как социальная проблема. Основные компоненты здорового образа жизни, их характеристика.

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

3. Физическая, психологическая и поведенческая составляющие здоровья и здорового образа жизни.

4. Биологические и социальные принципы формирования здорового образа жизни.

Тема 4. Окружающая среда как важнейший фактор здоровья человека (2 ч.)

1. Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека.

2. Техносфера как источник негативных факторов. Экологическая обстановка и опасные факторы для здоровья.

3. Экологические катастрофы, их влияние на состояние здоровья человека.

4. Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.

Тема 5. Физическая культура как фактор формирования здоровья человека (2 ч.)

1. Физическая культура и ее оздоровительное значение.

2. Социальные функции физической культуры.

3. Деятельностная сущность физической культуры в различных сферах жизни.

4. Основные принципы обеспечения необходимого оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями.

**Модуль 2. Влияние факторов среды на здоровье человека (8 ч.)**

Тема 6. Общие представления о безопасности человека (2 ч.)

1. Понятие безопасности. Безопасность в системе «Природа–Общество–Человек».

2. Объекты, субъекты, предмет, методы, теория, практика и системы безопасности.

3. Предмет национальной безопасности, безопасность страны, общества, государства, личности.

4. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.

Тема 7. Опасности и чрезвычайные ситуации (2 ч.)

1. Опасности, их классификация, источники опасностей, причины их возникновения.

2. Опасные и вредные производственные факторы.

3. Экстремальные и чрезвычайные ситуации.

4. Классификация и виды ЧС.

5. Понятие и виды рисков. Оправданные и неоправданные риски.

Тема 8. Системы безопасности человека (2 ч.)

1. Виды и системы безопасности.

2. Принципы, методы и средства обеспечения безопасности.

3. Естественные системы защиты организма как факторы индивидуальной безопасности.

4. Психологический аспект чрезвычайных ситуаций экологического, природного и техногенного происхождения.

5. Личность безопасного типа. Социальная и психологическая характеристика личности безопасного типа.

Тема 9. Личная безопасность человека в повседневной жизни (2 ч.)

1. Сущность безопасного поведения в городе, в быту и на отдыхе.

2. Безопасное поведение в городе: безопасность на дорогах; безопасность в местах массового скопления людей; безопасное поведение при выходе из помещения; обеспечение безопасности в уличной толпе: предотвращение кражи вещей, похищения.

3. Безопасность в быту: использование бытовых электроприборов: правила эксплуатации, первая помощь пострадавшему; электромагнитные поля и их воздействие

на организм человека: средства защиты от ЭМП, способы снятия усталости; сотовая связь; безопасность в лифте; правила поведения с собаками, аварии с утечкой газа.

4. Безопасность на воде: меры безопасного поведения, действия в экстремальной ситуации, помощь утопающему, действия при проваливании под лед.

### **5.3. Содержание дисциплины: Практические (18 ч.)**

#### **Модуль 1. Здоровье человека и его составляющие (8 ч.)**

Тема 1. Физическое здоровье человека (2 ч.)

1. Понятие «физическое здоровье».

2. Факторы физического здоровья человека: уровень физического развития, уровень физической подготовленности, уровень функциональной подготовленности.

3. Адаптационные резервы организма.

4. Оценка и самооценка физического здоровья.

Тема 2. Психическое здоровье человека (2 ч.)

1. Понятие о психическом здоровье. Критерии (признаки, характеристики) психического здоровья. Индивидуально-психологические аспекты психического здоровья.

2. Психологические типы как формы психического здоровья.

3. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.

4. Роль образа жизни в поддержании психического здоровья человека. Пути сохранения психического здоровья.

Тема 3. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества (2 ч.)

1. Понятие репродуктивное здоровье. Виды его нарушения.

2. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.

3. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Регулирование рождаемости.

4. Воспитание нравственности, культуры половых отношений у молодежи. Роль семьи в системе здорового образа жизни.

5. Основные направления государственной политики в области охраны репродуктивного здоровья.

Тема 4. Факторы, способствующие укреплению здоровья человека (2 ч.)

1. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.

2. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.

3. Режим дня, труда и отдыха.

4. Рациональное питание и его значение для здоровья.

5. Правила личной гигиены и здоровье человека.

#### **Модуль 2. Влияние факторов среды на здоровье человека (10 ч.)**

Тема 5. Опасности природного характера и защита от них (2 ч.)

1. Виды природных опасностей, их классификация и характеристика; закономерности проявления.

2. Опасные природные явления геологического характера: землетрясение, вулканизм, оползень, сель, лавина.

3. Опасные природные явления гидрологического характера: наводнение, цунами.

4. Опасные природные явления метеорологического характера: ураган, буря, смерч, пурга, гололед, засуха.

Тема 6. Пожарная безопасность (2 ч.)

1. Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и возможные последствия.

2. Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения.

3. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах.

Тема 7. Опасности техногенного характера и защита от них (2 ч.)

1. Сущность техногенных опасностей и аварий. Классификация опасностей техногенного происхождения, их характеристика.

2. Радиационно-опасные объекты. Радиационное воздействие на организм человека.

3. Химически опасные объекты: понятие, виды. Химическая авария: понятие, действия при химической аварии.

4. Распространение ядовитых промышленных веществ и признаки отравления ими. Меры предосторожности и признаки отравления и первая помощь при отравлении хлором, аммиаком, ртутью, синильной кислотой, сероводородом, формальдегидом, угарным газом.

Тема 8. Опасности экологического характера и защита от них (2 ч.)

1. Экологические аспекты безопасности жизнедеятельности.

2. Экологически опасные факторы (физические, химические, биологические).

3. Антропогенные воздействия на состояние окружающей среды.

4. Глобальные экологические проблемы современности.

5. Понятие биологических опасностей, зона биологического заражения, очаг биологического поражения.

6. Опасные и особо опасные заболевания человека: эпидемия, пандемия, восприимчивость человека к инфекции (чума, холера, сибирская язва, оспа натуральная, вирусные гепатиты, клещевой энцефалит, туляремия, сыпной тиф, брюшной тиф).

7. Особо опасные болезни животных: спорадия, эпизоотия, панзоотия; ящур, классическая чума свиней, псевдочума птиц.

8. Особо опасные болезни растений: фитофтороз картофеля, желтая ржавчина пшеницы, стеблевая ржавчина пшеницы и ржи.

Тема 9. Социальные опасности и защита от них (2 ч.)

1. Социальные опасности в повседневной жизни. Семейно-бытовые конфликты. Беспорядочность и безнадзорность детей. Девиантное поведение молодежи. Аддиктивное поведение и его последствия.

2. Опасные ситуации криминогенного характера. Зоны повышенной криминогенной опасности в городе (вокзалы, рынки, парки и др. места скопления людей). Правила поведения в криминогенной ситуации, ее прогнозирование, принятие решения.

3. Опасности в духовной сфере и политике. Религиозный экстремизм. Экстремизм в политике и в молодежной среде. Межнациональные конфликты. Массовые волнения и беспорядки. Терроризм и его проявления.

4. Социальные опасности в экономической сфере. Бедность и безработица. Опасности на потребительском рынке. Угрозы в финансовой и кредитной сфере. Конфликты на производстве.

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

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

#### **Седьмой семестр (72 ч.)**

#### **Модуль 1. Здоровье человека и его составляющие (36 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

1. Охарактеризовать основные положения и понятия дисциплины «Здоровье и безопасность человека».

2. Проанализировать нормативно-правовые документы в области здоровья и обеспечения безопасности личности, общества и государства.

3. Определить сущность современной концепции и стратегии здоровья и

безопасности человека в обществе.

4. Раскрыть особенности индивидуального здоровья человека как категория качества жизни и безопасности.

5. Дать характеристику критериям здоровья.

6. Определить сущность и соотносить понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «общественное здоровье», «индивидуальное здоровье», «безопасность жизнедеятельности».

7. Охарактеризовать демографические показатели состояния здоровья населения.

8. Дать оценку категории «здоровье» как социальной ценности жизни.

9. Обосновать факторы, разрушающие здоровье. Раскрыть особенности влияния вредных привычек на здоровье человека.

10. Аргументировать категорию «образ жизни» как социальную проблему.

11. Охарактеризовать основные компоненты здорового образа жизни.

12. Обобщить физическую, психологическую и поведенческую составляющие здоровья человека и здорового образа жизни.

13. Охарактеризовать биологические и социальные принципы формирования здорового образа жизни.

14. Обосновать роль факторов физического здоровья человека: уровень физического развития, уровень физической подготовленности, уровень функциональной подготовленности.

15. Дать понятие о психическом здоровье. Охарактеризовать критерии (признаки) психического здоровья.

16. Обосновать роль образа жизни в поддержании психического здоровья человека и определить пути сохранения психического здоровья.

17. Дать определение понятию «репродуктивное здоровье» и назвать виды его нарушения. Раскрыть социальную роль женщины в современном обществе. Охарактеризовать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье.

18. Интерпретировать здоровый образ жизни как необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

19. Обосновать особенности воспитания нравственности, культуры половых отношений у молодежи.

20. Смоделировать ситуации, требующие знания образцов культуры общения и взаимной ответственности в семье.

21. Назвать и охарактеризовать основные направления государственной политики в области охраны репродуктивного здоровья.

22. Аргументировать факторы, способствующие укреплению здоровья человека.

23. Привести доказательства положения о том, что окружающая среда – важнейший фактор здоровья человека.

24. Привести доказательства положения о том, что физическая культура – фактор формирования здоровья человека.

25. Охарактеризовать влияние индивидуальной системы здорового образа жизни на обеспечение личного благополучия, на сохранение и укрепление здоровья.

26. Охарактеризовать факторы, разрушающие здоровье и последствия для здоровья человека вредных привычек.

27. Сформулировать правила соблюдения норм здорового образа жизни и особенности профилактики вредных привычек.

Темы докладов, рефератов:

Компоненты здоровья человека и пути его формирования.

Здоровье как важнейший фактор безопасности жизнедеятельности человека.

Здоровье и безопасность жизни – насущная потребность человека.

Концепция охраны здоровья населения Российской Федерации.

Политика государства в области охраны здоровья человека.

Вид СРС: Подготовка к контрольной работе

Контрольная работа №1

1. Назвать и охарактеризовать основные факторы, определяющие здоровье.
2. Раскрыть роль семьи в жизни личности и общества и обосновать ее влияние на здоровье человека.

Вариант 2

1. Определить категорию «здоровый образ жизни» как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.
2. Сформулировать социальные функции физической культуры. Определить деятельностную сущность физической культуры в различных сферах жизни.

### **Модуль 2. Влияние факторов среды на здоровье человека (36 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

1. Дать определение понятия «безопасность человека». Объяснить, что значит безопасность в системе «Природа–Общество–Человек».
  2. Представить классификацию опасностей в обществе; указать на источники опасностей и причины их возникновения.
  3. Назвать и охарактеризовать опасные и вредные производственные факторы.
  4. Представить классификацию видов ЧС.
  5. Охарактеризовать виды рисков, оправданные и неоправданные риски.
  6. Разъяснить суть системы безопасности человека.
  7. Охарактеризовать виды природных опасностей, представить их классификацию и краткую характеристику.
  8. Дать сравнительную характеристику опасным природным явлениям геологического, гидрологического и метеорологического происхождения.
  9. Назвать причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях и раскрыть возможные последствия.
  10. Назвать правила безопасного поведения при пожаре и указать на профилактические мероприятия по предотвращению возгорания в повседневной жизни и организации защиты населения.
  11. Охарактеризовать права и обязанности человека в области пожарной безопасности. Каким образом следует обеспечивать личную безопасность при пожарах.
  12. Сформулировать причины аварий на различных видах транспорта и способы поведения при их возникновении.
  13. Охарактеризовать особенности безопасности в общественном транспорте, на железнодорожном транспорте, на авиационном транспорте, на водном транспорте.
  14. Охарактеризовать опасности техногенного характера и объяснить особенности защиты от них.
  15. Проанализировать экологически опасные факторы безопасности жизнедеятельности.
  16. Назвать и охарактеризовать глобальные экологические проблемы современности.
  17. Обосновать последствия опасных и особо опасных заболеваний человека.
  18. Проанализировать особо опасные болезни животных.
  19. Проанализировать особо опасные болезни растений.
  20. Представить перечень мероприятий, проводимых по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.
  21. Охарактеризовать особенности социальных опасностей в повседневной жизни.
  22. Охарактеризовать особенности опасных ситуаций криминогенного характера.
- Охарактеризовать особенности опасностей в духовной сфере и политике.

23. Охарактеризовать особенности социальных опасностей в экономической сфере.
24. Охарактеризовать духовно-нравственные основы антитеррористического поведения повседневной жизни.
25. Охарактеризовать правила безопасного поведения на дорогах. Назвать причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия.
26. Обосновать сущность безопасного поведения в городе.
27. Охарактеризовать меры безопасности в быту: возможные опасные и аварийные ситуации в жилище.
28. Проанализировать особенности безопасности на воде (на отдыхе) и указать правила поведения на водоемах.
29. Перечислить правила безопасного поведения на улице, дома, в общественном месте.
30. Смоделировать ситуации, требующие знания правил безопасного поведения.
31. Проанализировать влияние человеческого фактора на последствия опасностей природного, техногенного и социального характера.
32. Определить значение психологической уравновешенности для здоровья.
33. Обосновать роль образа жизни в поддержании психического здоровья человека и определить пути сохранения психического здоровья.

Темы презентаций:

Принципы личной безопасности и безопасности окружающих.

Безопасность человека – необходимое условие дальнейшего развития цивилизации.

Защита здоровья и обеспечение безопасности населения.

Безопасность человека как образ жизни.

Вид СРС: Подготовка к контрольной работе

Контрольная работа №2

Вариант 1

1. Охарактеризовать особенности обеспечения личной безопасности и сохранения здоровья человека.
2. Представьте алгоритм безопасного поведения в повседневной жизни для профилактики опасных ситуаций в быту.

Вариант 2

1. Охарактеризовать принципы, методы и средства обеспечения безопасности человека.
2. Проанализировать последствия опасных ситуаций в повседневной жизни и причины их возникновения.

## 7. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

## 8. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

### 8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОК-5 ПК-7	4 курс, Седьмой семестр	Зачет	Модуль 1: Здоровье человека и его составляющие.
ОК-9 ПК-7	4 курс,	Зачет	Модуль 2: Влияние факторов среды на

	Седьмой семестр		здоровье человека.
--	-----------------	--	--------------------

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОК-5 формируется в процессе изучения дисциплин:

Автономное выживание человека в природной среде, Здоровье и безопасность человека в современном обществе, Летняя педагогическая практика, Медико-биологические особенности воздействия на организм человека негативных факторов среды, Менеджмент в образовании, Педагогика, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Психологические основы безопасности, Психология, Социология безопасности, Формирование готовности населения к действиям в экстремальных ситуациях, Язык и культура мордовского народа.

Компетенция ОК-9 формируется в процессе изучения дисциплин:

Автономное выживание человека в природной среде, Безопасность городской среды обитания, Безопасность жизнедеятельности, Безопасность на дороге и в общественном транспорте, Безопасный отдых и туризм, Биологические опасности и защита от них, Гражданская оборона, Здоровье и безопасность человека в современном обществе, Информационная безопасность, Летняя педагогическая практика, Медико-биологические особенности воздействия на организм человека негативных факторов среды, Мониторинг среды обитания, Окружающая природная среда и безопасность жизнедеятельности, Опасные ситуации в населенных пунктах и защита от них, Основы медицинских знаний, Основы ноксологии, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Формирование готовности населения к действиям в экстремальных ситуациях, Чрезвычайные ситуации природного, социального, техногенного характера и защита от них, Экологические аспекты физической культуры и спорта, Экология и безопасность жизнедеятельности, 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, Единоборства, Здоровье и безопасность человека в современном обществе, Легкая атлетика, Летняя педагогическая практика, Лыжный спорт, Медико-биологические особенности воздействия на организм человека негативных факторов среды, Методика организации и проведения занятий по спортивному ориентированию со школьниками, Методика освоения тактических приемов борьбы, Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях, Организация занятий с детьми школьного возраста по спортивной борьбе, Основы вожатской деятельности, Педагогическая практика, Плавание, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Противодействие коррупции в сфере образования, 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.

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

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; творчески использует

ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; владеет навыками решения практических задач.

**Базовый уровень:**

знает и понимает теоретическое содержание; в достаточной степени сформированы умения применять на практике и переносить из одной научной области в другую теоретические знания; умения и навыки демонстрируются в учебной и практической деятельности; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

**Пороговый уровень:**

понимает теоретическое содержание; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

**Уровень ниже порогового:**

имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, 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
	Экзамен (дифференцированный 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%

#### Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Студент знает: основные процессы изучаемой предметной области; прочно усвоил предусмотренный программный материал; правильно, аргументировано ответил на все вопросы, с приведением примеров; показал глубокие систематизированные знания, владеет приемами рассуждения и сопоставляет материал из разных источников: теорию связывает с практикой, другими темами данного курса, других изучаемых предметов, без ошибок выполнил практическое задание. Ответ логичен и последователен, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы, выводы доказательны.
Незачтено	Студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя.

### 8.3. Вопросы, задания текущего контроля

#### Модуль 1: Здоровье человека и его составляющие

ОК-5 способностью работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия

1. Охарактеризовать основные положения и понятия дисциплины «Здоровье и безопасность человека».
2. Проанализировать нормативно-правовые документы в области здоровья и обеспечения безопасности личности, общества и государства.
3. Определить сущность современной концепции и стратегии здоровья и безопасности человека в обществе.
4. Раскрыть особенности индивидуального здоровья человека как категория качества жизни и безопасности.

5. Дать характеристику критериям здоровья.

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

1. Привести доказательства положения о том, что окружающая среда – важнейший фактор здоровья человека.
2. Привести доказательства положения о том, что физическая культура – фактор формирования здоровья человека.
3. Охарактеризовать влияние индивидуальной системы здорового образа жизни на обеспечение личного благополучия, на сохранение и укрепление здоровья.
4. Охарактеризовать факторы, разрушающие здоровье и последствия для здоровья человека вредных привычек.
5. Сформулировать правила соблюдения норм здорового образа жизни и особенности профилактики вредных привычек.

#### **Модуль 2: Влияние факторов среды на здоровье человека**

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

1. Дать определение понятия «безопасность человека». Объяснить, что значит безопасность в системе «Природа–Общество–Человек».
2. Представить классификацию опасностей в обществе; указать на источники опасностей и причины их возникновения.
3. Назвать и охарактеризовать опасные и вредные производственные факторы.
4. Разъяснить суть системы безопасности человека.
5. Охарактеризовать особенности безопасности в общественном транспорте, на железнодорожном транспорте, на авиационном транспорте, на водном транспорте.

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

1. Охарактеризовать меры безопасности в быту: возможные опасные и аварийные ситуации в жилище.
2. Проанализировать особенности безопасности на воде (на отдыхе) и указать правила поведения на водоемах.
3. Перечислить правила безопасного поведения на улице, дома, в общественном месте.
4. Смоделировать ситуации, требующие знания правил безопасного поведения.
5. Проанализировать влияние человеческого фактора на последствия опасностей природного, техногенного и социального характера.

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

##### **Седьмой семестр (Зачет, ОК-5, ОК-9, ПК-7)**

1. Проанализировать нормативно-правовые документы в области здоровья и обеспечения безопасности личности, общества и государства.
2. Определить сущность современной концепции и стратегии здоровья и безопасности человека в обществе.
3. Раскрыть особенности индивидуального здоровья человека как категория качества жизни и безопасности.

4. Определить сущность и соотнести понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «общественное здоровье», «индивидуальное здоровье», «безопасность жизнедеятельности».
5. Охарактеризовать демографические показатели состояния здоровья населения.
6. Назвать и охарактеризовать основные факторы, определяющие здоровье.
7. Обосновать факторы, разрушающие здоровье. Раскрыть особенности влияния вредных привычек на здоровье человека.
8. Определить категорию «здоровый образ жизни» как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.
9. Обосновать роль факторов физического здоровья человека: уровень физического развития, уровень физической подготовленности, уровень функциональной подготовленности.
10. Дать понятие о психическом здоровье. Охарактеризовать критерии (признаки) психического здоровья.
11. Обосновать роль образа жизни в поддержании психического здоровья человека и определить пути сохранения психического здоровья.
12. Дать определение понятию «репродуктивное здоровье» и назвать виды его нарушения.
13. Интерпретировать здоровый образ жизни как необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.
14. Раскрыть роль семьи в жизни личности и общества и обосновать ее влияние на здоровье человека.
15. Привести доказательства положения о том, что окружающая среда – важнейший фактор здоровья человека.
16. Привести доказательства положения о том, что физическая культура – фактор формирования здоровья человека.
17. Дать определение понятия «безопасность человека». Охарактеризовать особенности обеспечения личной безопасности и сохранения здоровья человека.
18. Представить классификацию опасностей в обществе; указать на источники опасностей и причины их возникновения.
19. Охарактеризовать принципы, методы и средства обеспечения безопасности человека.
20. Охарактеризовать виды природных опасностей, представить их классификацию и краткую характеристику.
21. Охарактеризовать права и обязанности человека в области пожарной безопасности. Каким образом следует обеспечивать личную безопасность при пожарах.
22. Сформулировать причины аварий на различных видах транспорта и способы поведения при их возникновении.
23. Охарактеризовать опасности техногенного характера и объяснить особенности защиты от них.
24. Проанализировать экологически опасные факторы безопасности жизнедеятельности.
25. Представить перечень мероприятий, проводимых по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.
26. Охарактеризовать особенности социальных опасностей в повседневной жизни.
27. Охарактеризовать особенности опасных ситуаций криминогенного характера.
28. Охарактеризовать особенности опасностей в духовной сфере и политике.
29. Охарактеризовать особенности социальных опасностей в экономической сфере.
30. Охарактеризовать меры безопасности в быту: возможные опасные и аварийные ситуации в жилище.
31. Проанализировать последствия опасных ситуаций в повседневной жизни и причины их возникновения.

32. Проанализировать влияние человеческого фактора на последствия опасностей природного, техногенного и социального характера.

### **8.5. 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), «Положением о курсовой работе студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 20.10.2014 г., протокол №4).

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.

Письменная контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные.

Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

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

### **Основная литература**

1. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) [Электронный ресурс] : учеб. для бакалавров / С. В. Белов. – 4-е изд. – М. : Юрайт, 2013. [ доступ с сайта: <http://home.mordgpi.ru>]

2. Барабаш, Н. В. Экология среды : учеб. пособие / Н. В. Барабаш, И. Н. Тихонова. – Ставрополь : СКФУ, 2015. – 139 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>]

3. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / под ред. Э. А. Арустамова. – М. : Дашков и К, 2013. – 445 с.

4. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебник / Э. А. Арустамов, А.Е. Волощенко, Г.В. Гуськов и др. ; под ред. Э.А. Арустамов. – М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2015. – 448 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru>

5. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / под ред. Л.А. Муравей. – М. : Юнити-Дана, 2015. – 431 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru>

6. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) [Электронный ресурс] : учеб. для бакалавров / С. В. Белов. – 4-е изд. – М. : Юрайт, 2013. [ доступ с сайта: <http://home.mordgpi.ru>]

7. Косолапова, Н. В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум [Текст] : учеб. пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – М. : КНОРУС, 2016. – 156 с.

8. Орехова, Т. Ф. Организация здоровьесотворяющего образования в современной школе : учеб. пособие / Т. Ф. Орехова. – М. : Флинта, 2016. – 355 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>]

9. Орехова, Т. Ф. Принципы здоровьесотворяющего образования и его реализация в условиях педагогического процесса школы : учеб. пособие / Т. Ф. Орехова. – М. : Флинта, 2016. – 44 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>]

10. Почакаева, Е. И. Безопасность окружающей среды и здоровье населения : учеб. пособие / Е. И. Почакаева, Т. В. Попова. – Ростов-н/Д. : Феникс, 2013. – 448 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>]

11. Щанкин, А. А. Курс лекций по региональным особенностям экологии человека : учеб. пособие / А. А. Щанкин. – М., Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 75 с.

### **Дополнительная литература**

1. Почакаева, Е. И. Безопасность окружающей среды и здоровье населения / Е. И. Почакаева, Т. В. Попова. – Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2013. – 448 с. – Режим доступа: URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271507> . – Текст : электронный.

2. Семехин, Ю. Г. Безопасность жизнедеятельности / Ю. Г. Семехин, В. И. Бондин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 412 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276764>. –Текст : электронный.

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

1. <http://0bj.ru/> - Сайт Безопасность жизнедеятельности

2. <http://bzhde.ru/> - Энциклопедия безопасности жизнедеятельности

3. <http://www.zdorovie-tv.ru> - Здоровый образ жизни как медико-биологическая проблема

### **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**

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 информационной системе 1С:Университет.

#### **12.1 Перечень программного обеспечения (обновление производится по мере появления новых версий программы)**

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. SunRav BookOffice.WEB
4. 1С: Университет ПРОФ

5. ПО «Mirapolis Corporate University»
6. СДО MOODLE
7. BigBlueButton

### **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. Электронная библиотечная система Znanium.com( <http://znanium.com/>)
2. 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.

При изучении дисциплины используется интерактивный комплекс Flipbox для проведения презентаций и видеоконференций, система iSpring в процессе проверки знаний по электронным тест-тренажерам.

#### **Оснащение аудиторий**

1. АРМ -14 в составе (сист. блок. монитор, клавиат., мышь, с/ф, W/кам, гарнит) - 1 шт.