

**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. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта

Форма обучения: очная

Разработчик:

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, протокол № 7 от 24.02.2021 года.

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности, протокол № 1 от 30.08.2021 года

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

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

Цель 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;
  - изучение существующих требований безопасности и санитарии к местам проведения учебно-тренировочных занятий;
  - формирование практических навыков 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.
- В том числе воспитательные задачи:
- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
  - формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

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

Дисциплина К.М.06.ДВ.05.02 «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 4 курсе, в 8 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: наличие у студента компетенций, сформированных в процессе изучения дисциплин:

М.К.01.04 Нормативно-правовые основы профессиональной деятельности;

М.К.03.01 Возрастная анатомия, физиология и гигиена;

М.К.03.02 Основы медицинских знаний;

М.К.03.03 Безопасность жизнедеятельности;

М.К. 06.09 Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности;

М.К.06.24 Физиология физической культуры и спорта;

М.К.06.25 Теория и методика физической культуры.

Освоение дисциплины К.М.06.ДВ.05.02 «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин:

М.К.06.33 Адаптивная физическая культура;

М.К. 06.ДВ.05.01 Тренажерные технологии в области физической культуры и спорта;

М.К.06.ДВ.06.01 Медико-биологические основы спортивной подготовки.

Освоение данной дисциплины также необходимо для прохождения учебной и производственной практик, подготовки студентов к государственной итоговой аттестации.

Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности, на которые ориентирует дисциплина «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях»: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования); 05 Физическая культура и спорт (в сфере физической культуры и массового спорта; в сфере подготовки спортивного резерва; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

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

### 3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС	
Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
УК-6 - способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	

УК-6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.

знать:  
- возможности управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.

уметь:  
- оценивать личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.

владеть:  
- умениями оценивать личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.

УК-6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста.

знать:  
- способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста.

уметь:  
- планировать свободное время и проектировать траектории профессионального и личностного роста.

владеть:  
- способами планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста.

УК-6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.

знать:  
- приемы и технику психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.

уметь:  
- демонстрировать владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.

владеть:  
- приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.

УК-6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.

знать:  
- способы эффективности использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач

уметь:

- критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.

владеть:

- способами эффективного использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач

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

УК.8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и профессиональной деятельности при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

знать:

- факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и профессиональной деятельности при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

уметь:

- оценивать факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и профессиональной деятельности при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

владеть:

- умениями обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и профессиональной деятельности при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

УК.8.2. Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности

знать:

- методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирование культуры безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности

уметь:

- использовать методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формировать культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности

владеть:

- методами защиты в чрезвычайных ситуациях, формирование культурой безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности

ПК-14 Способен устанавливать содержательные, методологические и мировоззренческие связи предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения) со смежными

научными областями

ПК-14.1. Обосновывает роль моделирования в системе обучения физической культуре; владеет современными представлениями о понятийном аппарате, применяемом в предметной области.

знать:  
- роль моделирования в системе обучения физической культуре; современные представления о понятийном аппарате, применяемом в предметной области

уметь:

- обосновывать роль моделирования в системе обучения физической культуре; современные представления о понятийном аппарате, применяемом в предметной области.

владеть:

- умениями моделировать в системе обучения физической культуре; современными представлениями о понятийном аппарате, применяемом в предметной области.

ПК-14.2. Обосновывает способы использования компьютерного моделирования в системе образования; владеет современными представлениями о программных продуктах, применяемых в образовании.

знать:  
- способы использования компьютерного моделирования в системе образования; современные представления о программных продуктах, применяемых в образовании.

уметь:

- обосновывать способы использования компьютерного моделирования в системе образования.

владеть:

- современными представлениями о программных продуктах, применяемых в образовании.

ПК-14.3. Формирует междисциплинарные связи физической культуры с предметами естественнонаучного цикла.

знать:  
- как формируются междисциплинарные связи физической культуры с предметами естественнонаучного цикла

уметь:

- формировать междисциплинарные связи физической культуры с предметами естественнонаучного цикла.

владеть:

- умениями формировать междисциплинарные связи физической культуры с предметами естественнонаучного цикла.

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

Вид учебной работы	Всего часов	Восьмой семестр
<b>Контактная работа (всего)</b>	<b>28</b>	<b>36</b>
Практические	28	28
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>44</b>	<b>44</b>
<b>Виды промежуточной аттестации</b>		
Зачет		+
<b>Общая трудоемкость часы</b>	<b>72</b>	<b>72</b>

## **5. Содержание дисциплины**

### **5.1. Содержание модулей дисциплины**

#### **Раздел 1. Травматизм на занятиях ФК 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 ФК и С по выполнению требований безопасности при проведении УТЗ. Тестирование. Меры безопасности при организации и проведении занятий по физической культуре и спорту в образовательной школе. 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. 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.

#### **Раздел 2. Обеспечение безопасности и оказание ПМП на УТЗ:**

Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на открытых спортивных площадках, в спортивном и тренажерном залах; при проведении учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике, спортивной гимнастике, игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, гандбол), плаванию. Общие требования безопасности к состоянию площадки, спортивному оборудованию и занимающимся. Содержание требований безопасности перед проведением и во время проведения занятий. Требования безопасности при несчастных случаях и экстренных ситуациях. Содержание требований

безопасности после окончания занятий. Понятие о первой доврачебной помощи, ее содержание, средства, порядок оказания и влияние на исход повреждений. Основные принципы оказания первой помощи. Общие правила обращения с пострадавшим. Порядок оказания первой доврачебной помощи при наружных и внутренних кровотечениях, повреждениях связочно-сумочного аппарата, вывихах, переломах, ушибах, травмах позвоночника, травматическом шоке, остановке сердца и дыхания, тепловом и солнечном ударах, утоплении, обморожениях.

### **5.2. Содержание дисциплины: Практические (28 ч.)**

#### **Раздел 1. Травматизм на занятиях ФК и спортом (14 ч.)**

##### **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 (2 ч.)**

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.

##### **Тема 3. Причины и профилактика травматизма на учебно-тренировочных занятиях (2 ч.)**

1. Значение физической помощи, страховки и само страховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.

2. Причины и характер травм в различных видах спорта.

3. Общие принципы профилактики спортивного травматизма.

Тема 4. 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.

Тема 5. 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. Санитарно-гигиенические требования к открытым спортивным площадкам.
2. Требования к спортивному инвентарю и оборудованию.

Тема 6. Должностные обязанности специалистов в области физической культуры и спорта по выполнению требований безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий (2 ч.)

(2 ч.)

1. Контроль состояния охраны труда в образовательных учреждениях.
2. Должностные обязанности заведующего спортивным залом.
3. Методические указания по разработке правил и инструкций по мерам безопасности.

Тема 7. Контрольная работа (2 ч.)

Вариант 1

1. Перечислите и охарактеризуйте причины травматизма на учебно-тренировочных занятиях.

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

3. Выявите характер травм в различных видах спорта (гимнастика, легкая атлетика, баскетбол, волейбол, лыжный спорт).

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

5. Представьте меры безопасности при проведении занятий по плаванию.

6. Дайте определение понятию «первая помощь».

7. Перечислите принципы первой помощи.

8. Перечислите признаки жизни.

9. Выявите признаки клинической смерти.

10. Определите порядок оказания первой доврачебной помощи при остановке сердца и дыхания.

Вариант 2.

1. Перечислите и охарактеризуйте основные причины травматизма при занятиях физической культурой и спортом.

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

3. Выявите характер травм в различных видах спорта (гимнастика, легкая атлетика, баскетбол, волейбол, лыжный спорт).

4. Определите меры безопасности при проведении занятий в тренажерном зале.

5. Представьте меры безопасности при проведении занятий по спортивной гимнастике.

6. Выявите сущность первой помощи.

7. Перечислите принципы первой помощи.

8. Определите признаки смерти.

9. Выявите признаки биологической смерти.

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

**Раздел 2. Обеспечение безопасности и оказание ПМП на УТЗ (14 ч.)**

Тема 10. Меры безопасности при организации и проведении занятий по физической культуре и спорту в образовательной школе (2 ч.)

1. Правила проведения инструктажа безопасности и порядок действий при несчастном случае на занятии.

2. Содержание вводного инструктажа по предмету «Физическая культура».

Тема 11. 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 12. 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.

Тема 13. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по различным видам спорта (2 ч.)

1. Меры безопасности при проведении занятий по аэробике.
2. Меры безопасности при проведении занятий по плаванию.

Тема 14. Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях «по игровым видам, во время проведения туристских походов» (2 ч.)

1. Меры безопасности при проведении занятий по спортивным играм.
2. Меры безопасности при проведении занятий по подвижным играм.
3. Меры безопасности при проведении экскурсий и туристских походов.

Тема 15. Общие принципы оказания первой помощи (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. Понятие о ранах, их признаки и классификация.
5. Кровотечения, их виды, общая характеристика.
6. Способы временной остановки кровотечений. Правила наложения кровоостанавливающего жгута.

Тема 16. Порядок оказания первой доврачебной помощи при закрытых повреждениях (2 ч.)

1. Общая характеристика закрытых повреждений, их классификация.
2. Ушиб: причины, признаки, ПМП.
3. Растяжения и разрывы: причины, признаки ПМП.
4. Вывихи: причины, признаки, ПМП.
5. Переломы: классификация, причины, признаки, ПМП.
6. Общая характеристика травм позвоночника.
7. Понятие о транспортной иммобилизации, ее задачи, правила.
8. Иммобилизация при переломах отдельных частей тела.

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

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

#### **Восьмой семестр (44 ч.)**

##### **Раздел 1. Травматизм на занятиях ФК и спортом (22 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Подготовить доклад на одну из предложенных тем:

1. Специфические особенности занятий физической культурой и спортом с позиций обеспечения безопасности занимающегося.
2. Основные причины травматизма при занятиях физической культурой и спортом.
3. Гипокинезия как одна из основных причин травматизма при занятиях физической культурой и спортом.
4. Основные правила безопасности при использовании спортивного оборудования.
5. Значение физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.

6. Причины и характер травм в различных видах спорта (гимнастика, легкая атлетика, баскетбол, волейбол, лыжный спорт).
7. Общие принципы профилактики спортивного травматизма.
8. Общие санитарно-гигиенические требования к закрытым спортивным сооружениям.
9. Микроклиматические условия спортивных залов.
10. Санитарно-гигиенические требования к открытым спортивным площадкам.
11. Требования к спортивному инвентарю и оборудованию.
12. Контроль состояния охраны труда в образовательных учреждениях.
13. Должностные обязанности заведующего спортивным залом.
14. Должностные обязанности учителя физической культуры.
15. Методические указания по разработке правил и инструкций по мерам безопасности.

## **Раздел 2. Обеспечение безопасности и оказание ПМП на УТЗ (22 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Подготовьте доклад на одну из предложенных тем:

1. Понятие о первой помощи, ее сущность, содержание.
2. Принципы и порядок оказания первой помощи.
3. Порядок осмотра и правила обращения с пострадавшим.
4. Средства оказания первой помощи.
5. Установление признаков жизни.
6. Порядок оказания первой доврачебной помощи при наружных и внутренних кровотечениях.
7. Порядок оказания первой доврачебной помощи повреждениях связочно-сумочного аппарата.
8. Порядок оказания первой доврачебной помощи при вывихах.
9. Порядок оказания первой доврачебной помощи при ушибах и переломах.
10. Порядок оказания первой доврачебной помощи при травмах позвоночника.
11. Порядок оказания первой доврачебной помощи при травматическом шоке.
12. Порядок оказания первой доврачебной помощи при остановке сердца и дыхания.
13. Порядок оказания первой доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударах.
14. Порядок оказания первой доврачебной помощи при утоплении.
15. Порядок оказания первой доврачебной помощи при обморожениях.

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

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

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

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

№	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности	УК-6, УК-8
2	Психолого-педагогический модуль	УК-6
3	Предметно-методический модуль	УК-6, УК-8, ПК-14
4	Предметно-технологический модуль	ПК-14
5	Учебно-исследовательский модуль	ПК-14

### **8.2 Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции**

2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
--------------------------------	-----------------------	---------------------	------------------------

УК-6 - способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

УК-6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в

процессе реализации траектории саморазвития.			
Не способен оценивать личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.	В целом успешно, но бессистемно оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.	В целом успешно, но с отдельными недочетами оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.	Способен в полном объеме оценивать личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития.
УК-6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста.			
Не способен объяснять способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста.	В целом успешно, но бессистемно объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста.	В целом успешно, но с отдельными недочетами объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста.	Способен в полном объеме объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста.
УК-6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.			
Не способен демонстрировать владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.	В целом успешно, но бессистемно демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.	В целом успешно, но с отдельными недочетами демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.	Способен в полном объеме демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.
УК-6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.			
Не способен критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.	В целом успешно, но бессистемно критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей	В целом успешно, но с отдельными недочетами критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении	Способен в полном объеме критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.

	и задач.	поставленных целей и задач.	
УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов			
УК.8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и профессиональной деятельности при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.			
Не способен оценивать факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и профессиональной деятельности при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	В целом успешно, но бессистемно оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и профессиональной деятельности при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	В целом успешно, но с отдельными недочетами оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и профессиональной деятельности при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	Способен в полном объеме оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и профессиональной деятельности при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.
УК.8.2. Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности			
Не способен использовать методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности	В целом успешно, но бессистемно использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности	В целом успешно, но с отдельными недочетами использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности	Способен в полном объеме использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности
ПК-14 Способен устанавливать содержательные, методологические и мировоззренческие связи предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения) со смежными научными областями			
ПК-14.1. Обосновывает роль моделирования в системе обучения физической культуре; владеет современными представлениями о понятийном аппарате, применяемом в предметной			

области.			
Не способен обосновывать роль моделирования в системе обучения физической культуре; владеет современными представлениями о понятийном аппарате, применяем о мв предметной области.	В целом успешно, но бессистемно обосновывает роль моделирования в системе обучения физической культуре; владеет современными представлениями о понятийном аппарате, применяем о мв предметной области.	В целом успешно, но с отдельными недочетами обосновывает роль моделирования в системе обучения физической культуре; владеет современными представлениями о понятийном аппарате, применяем о мв предметной области.	Способен в полном объеме обосновывает роль моделирования в системе обучения физической культуре; владеет современными представлениями о понятийном аппарате, применяем о мв предметной области.

ПК-14.2. Обосновывает способы использования компьютерного моделирования в системе образования; владеет современными представлениями о программных продуктах, применяемых в образовании.

Не способен обосновывать способы использования компьютерного моделирования в системе образования; владеет современными представлениями о программных продуктах, применяемых в образовании	В целом успешно, но бессистемно обосновывает способы использования компьютерного моделирования в системе образования; владеет современными представлениями о программных продуктах, применяемых в образовании	В целом успешно, но с отдельными недочетами обосновывает способы использования компьютерного моделирования в системе образования; владеет современными представлениями о программных продуктах, применяемых в образовании	Способен в полном объеме обосновывает способы использования компьютерного моделирования в системе образования; владеет современными представлениями о программных продуктах, применяемых в образовании
---	---	---	--

ПК-14.3. Формирует междисциплинарные связи физической культуры с предметами естественнонаучного цикла.

Не способен формировать междисциплинарные связи физической культуры с предметами естественнонаучного цикла	В целом успешно, но бессистемно формирует междисциплинарные связи физической культуры с предметами естественнонаучного цикла	В целом успешно, но с отдельными недочетами формирует междисциплинарные связи физической культуры с предметами естественнонаучного цикла	Способен в полном объеме формирует междисциплинарные связи физической культуры с предметами естественнонаучного цикла
--	--	--	---

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%

### 8.3. Вопросы, задания текущего контроля

#### Раздел 1: Травматизм на занятиях ФК и спортом

УК-6 - способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

1. Назовите общие принципы профилактики спортивного травматизма
2. Назовите примерные сроки возобновления занятий физической культурой и спортом после заболеваний и травм.
3. Перечислите причины травматизма на учебно-тренировочных занятиях.
4. Назовите основные принципы оказания первой помощи
5. Перечислите порядок оказания первой доврачебной помощи при повреждениях связочно-сумочного аппарата

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

Охарактеризуйте содержание технического ухода за спортивным оборудованием.

Опишите обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий в тренажерном зале.

Дайте характеристику обеспечению безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике.

Опишите обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по спортивной гимнастике.

Назовите какое обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, гандбол).

#### Раздел 2: Обеспечение безопасности и оказание ПМП на УТЗ

ПК-14 - способен устанавливать содержательные, методологические и мировоззренческие связи предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения) со смежными научными областями.

1. Назовите цель и задачи дисциплины «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях».
2. Перечислите основные правила безопасности при использовании спортивного оборудования.
3. Охарактеризуйте содержание технического ухода за спортивным оборудованием.

### 8.4. Вопросы промежуточной аттестации

#### Восьмой семестр (Зачет, УК-6, УК-8, ПК-14)

1. Опишите цель и задачи дисциплины «Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях».
2. Перечислите причины травматизма на учебно-тренировочных занятиях.
3. Расскажите основные правила безопасности при использовании спортивного оборудования.
4. Опишите особенности установки снарядов в рабочее положение.
5. Определите содержание технического ухода за спортивным оборудованием.
6. Расскажите о значении физической помощи, страховки и самостраховки для обеспечения безопасной работы на спортивных снарядах.
7. Охарактеризуйте общие принципы профилактики спортивного травматизма.
8. Обозначьте примерные сроки возобновления занятий физической культурой и спортом после заболеваний и травм.
9. Дайте содержание требований к закрытым спортивным сооружениям (спортивным

залам): электробезопасность, пожаробезопасность, освещенность, вентиляция.

10. Расскажите о требованиях к открытым спортивным площадкам.

11. Расскажите о требованиях 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. Расскажите каким образом осуществляется обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий на открытых спортивных площадках.

15. Расскажите как осуществляется обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий в спортивном зале.

16. Расскажите как осуществляется обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по легкой атлетике.

17. Расскажите как осуществляется обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по спортивной гимнастике.

18. Расскажите как осуществляется обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по игровым видам спорта (баскетбол, волейбол, гандбол).

19. Расскажите как осуществляется обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по плаванию.

20. Дайте понятие о первой доврачебной помощи, ее содержание, средства, порядок оказания и влияние на исход повреждений.

21. Перечислите основные принципы оказания первой помощи.

22. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при наружных и внутренних кровотечениях.

23. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при повреждениях связочно-сумочного аппарата.

24. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при вывихах.

25. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при переломах.

26. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при ушибах.

27. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при травмах позвоночника.

28. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при травматическом шоке.

29. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при остановке сердца и дыхания.

30. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударах.

31. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при утоплении.

32. Объясните порядок оказания первой доврачебной помощи при обморожениях.

**8.5. 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, 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, 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.

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

### **Основная литература**

1. Горбань, И. Г. Основные требования к организации мест занятий физической культурой : учебное пособие / И.Г. Горбань, В. А. Гребенникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Оренбургский государственный университет». – Оренбург : ОГУ, 2017. – 122 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=485622>

2. Занько, Н. Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н. Г. Занько, К. Р. Малаян, О. Н. Русак. — 17-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 704 с. — ISBN 978-5-8114-0284-7. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/167385> (дата обращения: 17.10.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Дополнительная литература**

1. Герасимов, С. Н. Основы безопасности на учебных занятиях по плаванию в вузе : учебное пособие : [16+] / С. Н. Герасимов, Е. В. Волкова. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2012. – 36 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: [https:// biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228958](https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228958) (дата обращения: 17.10.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7782-1986-1. – Текст : электронный.

2. Цуцаева, М. В. Валеологические аспекты преподавания физической культуры для студентов с ослабленным здоровьем : учебное пособие : [16+] / М. В. Цуцаева, Т. Н. Власова, Л. И. Зуб ; Волгоградский государственный аграрный университет. – Волгоград : Волгоградский государственный аграрный университет, 2020. – 120 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: [https:// biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611232](https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=611232) (дата обращения: 17.10.2021). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4479-0260-5. – Текст : электронный.

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

1. <http://0bj.ru/> - Сайт Безопасность жизнедеятельности
2. <http://www.obzh.ru/> - Нормативные документы по обеспечению безопасности жизнедеятельности.
3. <https://yadi.sk/d/MSnKOolvR4wAv> - Оказание первой помощи пострадавшим – практическое пособие
4. <http://www.sci-rus.com/rehabilitation> - ЛФК и массаж при реабилитации травм

## **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;

– регулярно выполняйте задания для самостоятельной работы, своевременно отчитывайтесь преподавателю об их выполнении;

– изучив весь материал, проверьте свой уровень усвоения содержания дисциплины и готовность к сдаче зачета, выполнив задания и ответив самостоятельно на примерные вопросы для промежуточной аттестации.

Алгоритм работы над каждой темой:

– прочитайте основную и дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;

– выпишите в тетрадь основные понятия и категории по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к промежуточной аттестации;

– составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на аудиторном занятии;

– повторите определения терминов, относящихся к теме;

– продумайте примеры и иллюстрации к обсуждению вопросов по изучаемой теме;

– подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;

– продумывайте высказывания по темам, предложенным к аудиторным занятиям.

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, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к промежуточной аттестации;

– выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы;

– проработайте содержание источника, сформулируйте собственную точку зрения на проблему с опорой на полученную информацию

## **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 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

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

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

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

1. Профессиональная база данных «Портал открытых данных Министерства культуры Российской Федерации» (<http://opendata.mkrf.ru/>)
2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru/>)

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

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и

индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

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.

Лицензионное программное обеспечение:

- Microsoft Windows 7 Pro
- Microsoft Office Professional Plus 2010
- 1С: Университет ПРОФ