

Министерство науки и высшего образования РФ  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**СОГЛАСОВАНО**

Заведующий кафедрой

Кафедра медико-биологических  
основ физической культуры и  
оздоровительных технологий  
(МБОУФКОТ ФФКСТ)  
наименование кафедры

подпись, инициалы, фамилия

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

институт, реализующий ОП ВО

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий кафедрой

Кафедра медико-биологических  
основ физической культуры и  
оздоровительных технологий  
(МБОУФКОТ ФФКСТ)  
наименование кафедры

подпись, инициалы, фамилия

**Колмаков В.И.**

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

институт, реализующий дисциплину

---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**БЕЗОПАСНОСТЬ**  
**ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Дисциплина Б1.О.08 Безопасность жизнедеятельности

Направление подготовки /  
специальность \_\_\_\_\_

Направленность  
(профиль) \_\_\_\_\_

Форма обучения

очная

Год набора

2021

Красноярск 2021

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования с учетом профессиональных стандартов по укрупненной группе

490000 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»

---

Направление подготовки /специальность (профиль/специализация)

49.03.01 Физическая культура

---

Программу  
составили

канд. техн. наук, доцент, Потокина М.В.

---

## **1 Цели и задачи изучения дисциплины**

### **1.1 Цель преподавания дисциплины**

Основной целью образования по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» является формирование культуры безопасности, под которой понимается готовность и способность личности использовать в профессиональной и бытовой деятельности приобретенную совокупность знаний, умений и навыков для обеспечения безопасности в сфере профессиональной деятельности, характера мышления и ценностных ориентаций, при которых вопросы безопасности рассматриваются в качестве приоритета.

### **1.2 Задачи изучения дисциплины**

- приобретение понимания проблем устойчивого развития и рисков, связанных с деятельностью человека;
- овладение приемами рационализации жизнедеятельности, ориентиро-ванными на обеспечение безопасности личности и общества;
- формирование:
  - культуры безопасности и риск-ориентированного мышления, при котором вопросы безопасности рассматриваются в качестве важ-нейших приоритетов жизнедеятельности человека;
  - культуры профессиональной безопасности, способностей к иденти-фикации опасности и оцениванию рисков в сфере своей профессио-нальной деятельности;
  - готовности применения профессиональных знаний для обеспечения безопасности и улучшения условий труда в сфере своей профессиональной деятельности;
  - мотивации и способностей для самостоятельного повышения уровня культуры безопасности;
  - способностей к оценке вклада своей предметной области в решение проблем безопасности;
  - способностей для аргументированного обоснования своих решений с точки зрения безопасности.

1.3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

<b>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</b>
---

<b>конфликтов</b>
<b>УК-8.1:Выявляет вероятные риски, определяет и оценивает опасные и вредные факторы влияющие на жизнедеятельность при чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального происхождения</b>
<b>УК-8.2:Понимает общие принципы обеспечения безопасной жизнедеятельности, в том числе при возникновении угрозы чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</b>
<b>ОПК-7:Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь</b>
<b>ОПК-7.1:Обеспечивает безопасность при проведении занятий и тренировок спортсменов, проходящих спортивную подготовку</b>
<b>ОПК-7.2:Выявляет своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности</b>
<b>ОПК-7.3:Оказывает первую помощь, правильно использовать средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты</b>

1.4 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовой части ОП ВО 43.03.02.

Освоению данной дисциплины предшествуют дисциплины: "Концепции современного естествознания", "Экология", освоение данной дисциплины является необходимой основой для изучения следующих дисциплин: "Правоведение".

1.5 Особенности реализации дисциплины  
Язык реализации дисциплины Русский.

Дисциплина (модуль) реализуется без применения ЭО и ДОТ.

## 2. Объем дисциплины (модуля)

Вид учебной работы	Всего, зачетных единиц (акад.час)	Семестр
		5
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	<b>3 (108)</b>	<b>3 (108)</b>
<b>Контактная работа с преподавателем:</b>	<b>1,56 (56)</b>	<b>1,56 (56)</b>
занятия лекционного типа	0,78 (28)	0,78 (28)
занятия семинарского типа		
в том числе: семинары		
практические занятия	0,78 (28)	0,78 (28)
практикумы		
лабораторные работы		
другие виды контактной работы		
в том числе: групповые консультации		
индивидуальные консультации		
иная внеаудиторная контактная работа:		
групповые занятия		
индивидуальные занятия		
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	<b>1,44 (52)</b>	<b>1,44 (52)</b>
изучение теоретического курса (ТО)		
расчетно-графические задания, задачи (РГЗ)		
реферат, эссе (Р)		
курсовое проектирование (КП)	Нет	Нет
курсовая работа (КР)	Нет	Нет
<b>Промежуточная аттестация (Зачёт)</b>		

### 3 Содержание дисциплины (модуля)

#### 3.1 Разделы дисциплины и виды занятий (тематический план занятий)

№ п/п	Модули, темы (разделы) дисциплины	Занятия лекционного типа (акад. час)	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа, (акад. час)	Формируемые компетенции
			Семинары и/или Практические занятия (акад. час)	Лабораторные работы и/или Практикумы (акад. час)		
1	2	3	4	5	6	7
1	Введение в безопасность. Основные понятия и определения.	2	0	0	6	
2	Человек и техносфера. Виды и условия трудовой деятельности. Психологические и эргономические основы безопасности.	2	0	0	8	
3	Идентификация и воздействие на человека вредных опасных факторов	4	6	0	8	
4	Защита человека и среды обитания от вредных опасных факторов	4	2	0	10	
5	Обеспечение комфортных условий для жизнедеятельности человека	4	4	0	6	

6	Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации	6	16	0	8	
7	Управление безопасностью жизнедеятельности	6	0	0	6	
Всего		28	28	0	52	

### 3.2 Занятия лекционного типа

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование занятий	Объем в акад. часах		
			Всего	в том числе, в инновационной форме	в том числе, в электронной форме
1	1	История развития науки о безопасности жизнедеятельности. Цели и задачи. Принципы, методы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности. Основные понятия и определения.	2	0	0
2	2	Структура техносферы. Основные формы деятельности человека. Естественная система защиты человека от опасностей. Эргономика, инженерная психология и техническая эстетика. Их цели, задачи и связь с БЖД.	2	0	0

3	3	Химические негативные факторы. Вредные вещества, пыль. Биологические негативные факторы. Акустические и механические колебания, шум ультра- и инфразвук, вибрация. Электрический ток. Электромагнитные излучения и поля. Инфракрасное и ультрафиолетовое излучения. Лазерное излучение. Ионизирующие излучения. Статическое электричество. Опасные механические факторы. Системы, находящиеся под давлением.	4	0	0
4	4	Защита от химических и биологических негативных факторов. Защита от загрязнения воздушной среды. Защита от энергетических воздействий и физических полей (шума, инфра- и ультразвука, вибрации). Методы и средства обеспечения электробезопасности. Защита от неионизирующих и ионизирующих излучений. Защита от механического травмирования. Обеспечение безопасности систем под давлением.	4	0	0
5	5	Микроклимат помещений. Освещение и световая среда в помещении.	4	0	0



6	6	Чрезвычайные ситуации. Основные понятия, термины и определения. Пожары и взрывы на объектах экономики. Аварии на химически опасных и радиационноопасных объектах. Транспортные аварии и катастрофы. ЧС природного и биолого-социального характера. Социально-политические конфликты. Устойчивость функционирования объектов экономики (ОЭ) в чрезвычайных ситуациях. Средства защиты людей в условиях ЧС. Ликвидация последствий ЧС.	6	0	0
7	7	Законодательные и нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности. Законодательство по обеспечению безопасности производственной деятельности (охране труда). Законодательство о безопасности в чрезвычайных ситуациях. Управление охраной труда на предприятии (СУОТ). Управление безопасностью в чрезвычайных ситуациях. Экономические основы управления безопасностью.	6	0	0
Всего			12	0	0

### 3.3 Занятия семинарского типа

			Объем в акад. часах		
--	--	--	---------------------	--	--

			Всего	в том числе, в инновационной форме	в том числе, в электронной форме
1	3	Определение и классификация химических и биологических веществ.	2	0	0
2	3	Изучение влияния на организм человека и правил защиты от электромагнитного излучения.	2	0	0
3	3	Биологическое действие ИИ. Понятие острой и хронической лучевой болезни. Йодо-профилактика.	2	0	0
4	4	Изучение ПДК воздуха, воды, почвы. Оценка степени влияния на организм повышенной ПДК.	2	0	0
5	5	Оценка микроклимата помещений	2	0	0
6	5	Разработка проекта искусственного освещения в помещении	2	0	0
7	6	Категорирование помещений и зданий пожаровзрывоопасного объекта. Определение значений поражающих факторов при взрыве парогазовоздушного облака. Определение уровня обеспечения пожарной безопасности людей (расчет эвакуационных путей и выходов)	2	0	0
8	6	Определение параметров заражения при аварии на химически опасном объекте	2	0	0

9	6	Определение границ и структуры зон очагов поражения при радиоактивном загрязнении	2	0	0
10	6	ЧС эндогенной природы	2	0	0
11	6	ЧС экзогенной природы	2	0	0
12	6	Массовые беспорядки. Паника. Опасности возникающие в зонах массового скопления людей	2	0	0
13	6	ЧС криминального характера	2	0	0
14	6	Терроризм.	2	0	0
Итого			28	0	0

### 3.4 Лабораторные занятия

№ п/п	№ раздела дисциплины	Наименование занятий	Объем в акад. часах		
			Всего	в том числе, в инновационной форме	в том числе, в электронной форме
Итого					

## 4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Емец А. А., Кан Ю. Д., Мальцева М. Л., Чербакова О. В.	Безопасность жизнедеятельности. Исследование эффективности защиты от электромагнитных излучений: учеб.-метод. пособие [для студентов всех спец. и напр.]	Красноярск: СФУ, 2013
Л1.2	Гусейнов О. А.	Безопасность жизнедеятельности: учеб.-метод. пособие для самостоят. работы [для студентов спец. 020200.62 «Биология»]	Красноярск: СФУ, 2012
Л1.3	Игнатенко Т. В., Кан Ю. Д., Чурбакова О. В.	Безопасность жизнедеятельности и защита в чрезвычайных ситуациях: учебно-методическое пособие [для студентов институтов экономики, педагогики, психологии и социологии]	Красноярск: СФУ, 2016

## 5 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Оценочные средства находятся в приложении к рабочим программам дисциплин.

## 6 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

6.1. Основная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Белов С. В.	Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность): учебник для бакалавров	Москва: Юрайт, 2013
Л1.2	Белов С. В.	Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность): учебник для академического бакалавриата по дисциплине "Безопасность жизнедеятельности"	Москва: Юрайт, 2016
Л1.3	Микрюков В. Ю.	Безопасность жизнедеятельности: учеб. для студентов высш. проф. образования : рекомендовано Академией военных наук РФ	М.: КноРус, 2013
Л1.4	Михайлов Л. А., Соломин В. П., Макарова Л. П., Михайлова Л. А.	Безопасность жизнедеятельности: учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования	М.: Академия, 2013
6.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Танашев В. Р.	Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие	Москва: Директ-Медиа, 2015
Л2.2	Морозова О. Г., Кудрявцев М. Д., Маслов С. В.	Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие	Красноярск: СФУ, 2016
Л2.3	Никифоров Л.Л., Персиянов В.В.	Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие.; рекомендовано УМО вузов России	М.: "Дашков и К", 2014
6.3. Методические разработки			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год

ЛЗ.1	Емец А. А., Кан Ю. Д., Мальцева М. Л., Чербакова О. В.	Безопасность жизнедеятельности. Исследование эффективности защиты от электромагнитных излучений: учеб.-метод. пособие [для студентов всех спец. и напр.]	Красноярск: СФУ, 2013
ЛЗ.2	Гусейнов О. А.	Безопасность жизнедеятельности: учеб.-метод. пособие для самостоят. работы [для студентов спец. 020200.62 «Биология»]	Красноярск: СФУ, 2012
ЛЗ.3	Игнатенко Т. В., Кан Ю. Д., Чурбакова О. В.	Безопасность жизнедеятельности и защита в чрезвычайных ситуациях: учебно-методическое пособие [для студентов институтов экономики, педагогики, психологии и социологии]	Красноярск: СФУ, 2016

### **7 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

Э1	Академия ГПС МЧС России	<a href="http://www.agps-mipb.ru/">http://www.agps-mipb.ru/</a>
Э2		

### **8 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

При чтении лекции преподаватель излагает и разъясняет проблему, основные, наиболее сложные понятия темы научно-технической проблемы, а так-же связанные с ней теоретические и практические проблемы, решённые уче-ными каких-либо стран, излагает вклад России и её учёных в решении вопросов проблемы, дает рекомендации по выполнению лабораторных работ, указания на самостоятельную работу. При чтении лекций студентам рекомендуется:

- вести конспектирование учебного материала;
- отмечать в конспектах категории, формулировки, раскрывающие решение тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению;
- задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью разрешения спорных ситуаций, уяснения теоретических положений;
- оставлять в конспектах поля, на которых при самостоятельной работе можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

Для успешного овладения дисциплиной необходимо посещать все лек-ции, так как тематический материал взаимосвязан между собой. В случаях пропуска занятия студенту необходимо переписать лекцию, показать препо-давателю и ответить на вопросы по пропущенной

лекции во время индивидуальных консультаций. Форма контроля – тестирование в электронной системе. Контроль осуществляется в контрольные недели, предусмотренные графиком учебного процесса института.

**Практическое занятие** Практические занятия – одна из форм учебного процесса в вузе. Практические (семинарские) занятия выполняются студентами в аудиториях вуза. Но-мер задания и вариант определяет преподаватель в соответствии с изучаемым теоретическим материалом. Каждое практическое задание студент должен защитить устно, представив оформленный отчет и ответить на контрольные вопросы. Практическая работа оценивается по специальным критериям.

**Самостоятельная работа (изучение теоретической части курса)** Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной и научной литературы. Основная функция учебно-методической литературы – ориентировать студента в системе знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. Форма промежуточного контроля – тестирование в электронной системе АСТ.

**Самостоятельная работа (расчётно-графические задания)** Одной из форм самостоятельной работы студента является выполнение расчётно-графических заданий (РГЗ). Темы РГЗ преподаватель выдает после прохождения одного из модулей теоретической части курса. После выполнения РГЗ они должны быть сданы на проверку ведущему преподавателю и могут быть возвращены студенту на доработку. РГЗ защищается устно с ответами на уточняющие вопросы.

**Зачет** Базовым основанием для зачета является полное выполнение всех заданий и контрольных точек в семестре. Подготовка к зачету включает изучение рекомендуемой литературы и других источников, конспектов лекций, повторение материалов практических работ, РГЗ.

Для обучающихся с нарушением зрения возможна устная сдача зачета. При сдаче зачета студентом с ОВЗ допускается присутствие в аудитории лица, оказывающего студенту соответствующую помощь.

## **9 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) (при необходимости)**

### **9.1 Перечень необходимого программного обеспечения**

9.1.1	WinRAR Standard License – для юридических лиц
-------	---

9.1.2	Office Professional Plus 2007 Russian OLP NL AE
9.1.3	Windows Vista Starter 32-bit Russian 1pk DSP OEI DVD-2
9.1.4	Adobe Acrobat 8.0 Standard Russian Version Win Full Educ

## 9.2 Перечень необходимых информационных справочных систем

9.2.1	1. Научная библиотека СФУ [Электронный ресурс]: - Режим доступа: <a href="mailto:bik@sfu-kras.ru">bik@sfu-kras.ru</a>
9.2.2	2. Электронная библиотека киберленинка [Электронный ресурс]: - Режим доступа: <a href="http://cyberleninka.ru">http://cyberleninka.ru</a>
9.2.3	3. Научная электронная библиотека: <a href="http://e-library.ru">http://e-library.ru</a>

## 10 Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для обучения в электронном образовательном курсе требуется доступ к глобальной сети Интернет. Наличие персонального компьютера. Рекомендуемые браузеры для работы в системе: Google Chrome, Mozilla Firefox, Internet Explorer 9 и выше.

Оборудование для демонстрации презентаций на лекциях-визуализациях в формате .ppt, .pptx: мультимедиапроектор, ноутбук, экран или интерактивная доска/

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, в зависимости от нозологий, осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения.