

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Костромской государственный университет»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Безопасность жизнедеятельности

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль): Практическая психология и конфликтология

Квалификация (степень) выпускника: Бакалавр

Кострома

Рабочая программа дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом
Направление подготовки 37.03.01 Психология
Направленность (профиль): Практическая психология и конфликтология № 946 от 07.08.2014года

Разработал: Онегина М.Д., старший преподаватель

Рецензент: Кирпичник Анатолий Григорьевич, к.пс.н, профессор.

ПРОГРАММА УТВЕРЖДЕНА:

На заседании кафедры Общей и социальной психологии

Протокол заседания кафедры №11 от 29.04.2020

Заведующий кафедрой: Сапоровская Мария Вячеславовна, д.пс.н., профессор

ПРОГРАММА ПЕРЕУТВЕРЖДЕНА:

На заседании кафедры Общей и социальной психологии

Протокол заседания кафедры №18 от 26.05.2021

Заведующий кафедрой: Сапоровская Мария Вячеславовна, д.пс.н., профессор

ПРОГРАММА ПЕРЕУТВЕРЖДЕНА:

На заседании кафедры Общей и социальной психологии

Протокол заседания кафедры №17 от 25.05.2022

Заведующий кафедрой: Сапоровская Мария Вячеславовна, д.пс.н., профессор

ПРОГРАММА ПЕРЕУТВЕРЖДЕНА:

На заседании кафедры Общей и социальной психологии

Протокол заседания кафедры №16 от 31.05.2023

Заведующий кафедрой: Сапоровская Мария Вячеславовна, д.пс.н., профессор

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Данный курс необходим для студентов всех направлений подготовки и является самостоятельной дисциплиной.

Цель курса – вооружить будущих выпускников теоретическими и практическими навыками, необходимыми для: идентификации опасностей техногенного происхождения в повседневных и чрезвычайных ситуациях; создания комфортных и безопасных условий жизнедеятельности человека в штатных условиях; разработки и реализации мер защиты среды обитания от негативных воздействий; проектирование и эксплуатации техники, технологических процессов и объектов экономики в соответствии с требованиями безопасности и экологичности; обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и при стихийных явлениях; участия в работах по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций. Научить студентов организационно-правовым аспектам оказания первой помощи и последовательности мероприятий по оказанию помощи детям при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью; проведению базовой сердечно-легочной реанимации, оказанию первой помощи при кровотечениях, травмах различной локализации, ожогах, отморожениях и воздействии других повреждающих факторов; осуществлению правил транспортировки пострадавших, оказанию психологической поддержки.

Задачами обучения являются:

- формирование знаний по научно-практическим основам безопасности жизнедеятельности, правовой основе защиты личности в государстве и здорового образа жизни;
- знать характеристику и классификацию чрезвычайных ситуаций природного характера: стихийные бедствия, землетрясения, оползни, сели, наводнения, природные пожары;
- знать характеристику и классификацию чрезвычайным ситуациям техногенного происхождения: аварии на взрывоопасных и на гидродинамически опасных объектах, аварии на автомобильном, железнодорожном, воздушном и водном транспорте;
- получение представления о безопасности и самозащите в экстремальных ситуациях: толпа, криминальные разборки, изнасилование, опьянение, религиозные секты и т.д.;
- знать структуру ГО, задачи ГО в РФ, органы управления, силы и средства ГО, структуру ГО в учебном заведении и мероприятия по гражданской обороне;
- знать организацию защиты учащихся в мирное и военное время;
- повысить уровень готовности к оказанию первой помощи детям при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью;
- развить навыки оказания первой помощи детям при несчастных случаях, травмах, отравлениях и тактического мышления при ее оказании;
- воспитать чувство сострадания, ответственности и долга перед детьми при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

В результате освоения учебной дисциплины в области безопасности жизнедеятельности и организационно-правовых аспектов оказания первой помощи и последовательности мероприятий по оказанию помощи детям при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью студент должен:

знать:

- современное состояние и негативные факторы техносферы;
- принципы обеспечения комфортности и безопасности взаимодействия человека со средой обитания;
- анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих и вредных факторов;
- средства и методы повышения безопасности технических средств и технологических процессов;
- основы применения экобиозащитной техники;
- прогнозирование чрезвычайных ситуаций;
- разработка мероприятий по защите населения в чрезвычайных ситуациях и ликвидация последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий;
- правовые, нормативно-технические организационные основы безопасности жизнедеятельности;
- общие положения, касающиеся первой помощи, основные понятия ее определяющие;
- основные функции государства по организации и обеспечению оказания первой помощи;
- права и обязанности граждан по оказанию первой помощи;
- перечень состояний, требующих оказания первой помощи.

уметь:

- проводить анализ травмоопасных и вредных факторов в повседневных условиях и в чрезвычайных ситуациях;
- использовать экобиозащитную технику и разрабатывать мероприятия, обеспечивающие комфортные и безопасные условия труда и отдыха, а также защиту в чрезвычайных ситуациях;
- проводить защиту и оценку воздействия производственной деятельности на среду обитания (техносферу и природную среду);
- перечень мероприятий первой помощи и последовательность их выполнения
- оценить состояние жизненных функций пострадавших детей и правила проведения базовой сердечно-легочной реанимации.

владеть:

- навыками оказания первой медицинской помощи: придание оптимального положения тела, правила переноски и эвакуации детей при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью;
- знаниями и навыками применения индивидуальных средств защиты;
- приобретение знаний и практических навыков для обеспечения защиты населения в чрезвычайных ситуациях;
- знаниями правил поведения в чрезвычайных ситуациях;
- пропаганда знаний о ГО и ЧС через средства массовой информации;

освоить компетенции:

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

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к базовой части учебного плана.

Изучается в 1 семестре обучения.

Изучение дисциплины основывается на ранее освоенных дисциплинах/практиках: Физическая культура и спорт, Анатомия ЦНС, Правоведение, Нейрофизиология.

Изучение дисциплины является основой для освоения последующих дисциплин/практик: Педагогика, Социология, Концепция современного естествознания, Психофизиология, Общая психология, Психология развития и возрастная психология, Психология личности.

4. Объем дисциплины (модуля)

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических (астрономических) часов и виды учебной работы

Виды учебной работы,	Очно- заочная форма форма
Общая трудоемкость в зачетных единицах	2
Общая трудоемкость в часах	72
Аудиторные занятия в часах, в том числе:	18
Лекции	8
Практические занятия	10
Лабораторные занятия	
Самостоятельная работа в часах	54
Форма промежуточной аттестации	зачет

4.2. Объем контактной работы на 1 обучающегося

Виды учебных занятий	Очная форма
Лекции	8
Практические занятия	10
Лабораторные занятия	
Консультации	0,9
Зачет/зачеты	0,25
Экзамен/экзамены	
Курсовые работы	
Курсовые проекты	
Всего	19,15

5. Содержание дисциплины(модуля), структурированное по темам(разделам), с указанием количества часов и видов занятий

5.1 Тематический план учебной дисциплины

Очно-заочная форма обучения

№	Наименование раздела, темы	Всего з.е/ час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекц.	Практ.	Лаб.	
1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности (БЖ). Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС). Российская система предупреждения и действий в ЧС	7	1	1		5
2	Опасные ситуации природного характера и защита населения от их последствий	7	1	1		5
3	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий	7	1	1		5
4	ЧС социального характера. Криминогенная опасность.	7	1	1		5
5	Проблемы национальной и международной безопасности РФ.	7	1	1		5
6	Гражданская оборона и ее задачи. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях	7	1	1		5
7	Безопасность жизнедеятельности на производстве	7	1	1		5
8	Негативные факторы среды обитания.	7	0,5	1,5		5
9	Первая медицинская	7	0,5	1,5		5

	помощь					
	Итого:	72	8	10		54, из них 9 часов на подготовку к зачету

5.2 СОДЕРЖАНИЕ:

1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности (БЖ).

Предмет, методология, теория и практика безопасности. Безопасность и теория риска. Безопасность в различных сферах жизнедеятельности. Критерии чрезмерного и приемлемого риска.

Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС). Российская система предупреждения и действий ЧС. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций - важнейшая государственная задача. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Силы и средства наблюдения, контроля и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Подготовка населения и пропаганда знаний в области защиты населения и территорий. Общие рекомендации по готовности к чрезвычайным ситуациям.

2. Опасные ситуации природного характера и защита населения от их последствий.

Понятие ЧС природного характера. Классификация и закономерности проявления природных ЧС. Геологические ЧС. Природные пожары. Метеорологические ЧС. Гидрологические и морские опасности. Биологические ЧС. Космические и гелиофизические ЧС.

3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий.

Понятие ЧС техногенного характера. Классификация. Закономерности проявления. Аварии с выбросом (угрозой выброса) химически, биологически опасных веществ; радиоактивных веществ. Гидродинамические аварии. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. ЧС на транспорте.

4. ЧС социального характера и защита населения от их последствий.

Криминогенная опасность.

Понятие ЧС социального характера. Классификация. Закономерности проявления ЧС социального характера.

Экономическая, информационная и продовольственная безопасность.

5. Проблемы национальной и международной безопасности РФ.

Национальные интересы России.

Общественная опасность экстремизма и терроризма. Виды террористических актов и способы их осуществления.

Организация антитеррористических и иных мероприятий по обеспечению безопасности в образовательном учреждении. Действия педагогического персонала и учащихся по снижению риска и смягчению последствий террористических актов. Обеспечение национальной безопасности РФ.

6. Гражданская оборона и ее задачи.

Гражданская оборона и ее задачи. Современные средства поражения. Средства индивидуальной защиты. Защитные сооружения гражданской обороны. Организация защиты населения в мирное и военное время. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях.

7. Безопасность жизнедеятельности на производстве.

Предмет, задачи безопасности жизнедеятельности на производстве. Основные законодательства РФ об охране труда. Техника безопасности на производстве.

Производственная санитария, гигиена труда и личная гигиена.

8. Негативные факторы среды обитания.

Условия и факторы обитаемости. Световой и воздушно-тепловой режимы помещений. Вибрация и шум. Электрический ток, электробезопасность, молниезащита. Электромагнитные поля и излучения.

9. Первая медицинская помощь.

Оказание первой медицинской помощи в терминальных состояниях; при ранениях и кровотечениях; при термических повреждениях; при отравлениях; при ушибах, вывихах, растяжениях и переломах.

6. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

Оценка знаний, умений, навыков, характеризующая этапы формирования компетенций по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» осуществляется в ходе текущего и промежуточного контроля.

Текущий контроль организуется в формах:

- устного опроса (фронтальной беседы, индивидуального опроса, докладов);
- контрольных работ;
- проверки письменных заданий (решения ситуационных задач);
- тестирования;
- оценки результатов предметной деятельности студента.

Промежуточный контроль осуществляется в формах зачета. Каждая форма промежуточного контроля должна включать в себя теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень освоения студентами знаний и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и навыков.

6.1. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине(модулю)

Очная форма обучения

№	Название раздела, темы	Задание	Часы	Методические рекомендации по выполнению задания	Форма контроля
1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности (БЖ).	Раскрыть понятие безопасность. Рассказать о видах безопасности. Показать влияние антропогенного фактора на природные и экологические процессы	5	Безопасность жизнедеятельности под ред. Л. А. Михайлова Безопасность жизнедеятельности. Терминология Белов С.В. Лекция	Контрольная работа
	Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС). Российская система предупреждения и действий в ЧС	Рассказать о видах чрезвычайных ситуаций. Знать закон «О защите населения и территорий от ЧС природного техногенного характера»		Закон от 1994год «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера» Лекция	Опрос Контрольная работа

2	Опасные ситуации природного характера и защита населения от их последствий	Владеть способами защиты при возникновении землетрясений, ураганов, смерчей, наводнений, грозы, цунами, лесных пожаров	5	Безопасность жизнедеятельности под ред. Л. А. Михайлова Безопасность жизнедеятельности. Терминология Белов С.В. Лекция	Опрос Тесты
3	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий	Знать о причинах аварий и катастроф на предприятиях. Иметь представление о чрезвычайно-опасных объектах для г.Костромы и Костромской области.	5	Безопасность жизнедеятельности под ред. Л. А. Михайлова Белов С.Б. Безопасность жизнедеятельности. Терминология Занько Н.Г. Безопасность жизнедеятельности Лекция	Опрос Тесты
4	ЧС социального характера. Криминогенная опасность.	Знать способы защиты при кражах, изнасиловании, рэжете, опасности толпы, техника религиозной безопасности, меры предотвращения опьянения, способы защиты и правила поведения в зоне криминальных разборок	5	Занько Н.Г. Безопасность жизнедеятельности Лекция	Опрос Информационный бюллетень «Техника религиозной безопасности» Тесты
5	Проблемы национальной и международной безопасности РФ.	Знать Национальные интересы России и общественную опасность экстремизма и терроризма. Знать виды террористических актов и способы их осуществления. Владеть знаниями по организация антитеррористических и иных мероприятий по обеспечению безопасности в образовательном учреждении. Знать действия педагогического персонала и учащихся по снижению риска и	5	Занько Н.Г. Безопасность жизнедеятельности Лекция	Опрос Реферат «Терроризм - угроза обществу» план действий

		<p>смягчению последствий террористических актов.</p> <p>Обеспечение национальной безопасности РФ</p>			
6	Гражданская оборона и ее задачи	<p>Знать задачи Гражданской обороны и современные средства поражения.</p> <p>Уметь пользоваться средствами индивидуальной защиты. Знать устройство защитных сооружений гражданской обороны.</p> <p>Организация защиты населения в мирное и военное время.</p> <p>Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях.</p>	5	<p>Занько Н.Г.</p> <p>Безопасность жизнедеятельности</p> <p>Лекция</p>	<p>Опрос, изготовление индивидуальных средств защиты</p>
7	Безопасность жизнедеятельности на производстве	<p>Знать предмет, задачи безопасности жизнедеятельности на производстве. Владеть основными законодательства РФ об охране труда.</p> <p>Знать технику безопасности на производстве.</p> <p>Владеть методами производственной санитарии, гигиены труда и личной гигиены на производстве.</p>	5	<p>Трудовое право : учебник / Н. А. Бриллиантова</p> <p>Официальные документы и нормативные акты для кадровика [Электронный ресурс] Трудовое право : практикум : учебное пособие / В. Л. Гейхман</p>	<p>Опрос</p> <p>Санитарный бюллетень «Санитария и гигиена труда на производстве»</p>
8	Негативные факторы среды обитания.	<p>Знать условия и факторы обитаемости.</p> <p>Световой и воздушно-тепловой режимы помещений.</p> <p>Вибрация и шум.</p> <p>Электрический ток, электробезопасность, молниезащита.</p> <p>Электромагнитные поля и излучения.</p>	5	<p>Безопасность жизнедеятельности под ред. Л. А. Михайлова</p> <p>Безопасность жизнедеятельности. Терминология Белов С.В.</p> <p>Лекция</p>	<p>Рефераты «Влияние вибрации и шума на здоровье человека», «Влияние электромагнитных полей и излучений на здоровье человека»</p>

9	Первая медицинская помощь.	Владеть методами оказания первой медицинской помощи в терминальных состояниях; при ранениях и кровотечениях; при термических повреждениях; при отравлениях; при ушибах, вывихах, растяжениях и переломах.	5	Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Лекция	Решение ситуационных задач
---	----------------------------	---	---	---	----------------------------

6.2. Тематика и задания для практических занятий

1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности (БЖ). Семинар./ Контрольная работа.

- 1) Понятие безопасность. Виды безопасности.
- 2) Безопасность и теория риска.
- 3) Классификация ЧС.
- 5) Права и обязанности граждан РФ в законе о защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера.
- 6) Задачи РСЧС.
- 7) Подготовка населения и пропаганда знаний в области защиты населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера.

2. Опасные ситуации природного характера и защита населения от их последствий. Беседа. Тесты.

- 1) Понятие ЧС природного характера. Классификация и закономерности проявления природных ЧС.
- 2) Геологические ЧС.
- 3) Природные пожары.
- 4) Метеорологические ЧС.
- 5) Гидрологические и морские опасности.
- 6) Биологические ЧС.
- 7) Космические и гелиофизические ЧС.

3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий. Беседа. Тесты.

- 1) Понятие ЧС техногенного характера. Классификация. Закономерности проявления.
- 2) Аварии с выбросом (угрозой выброса) химически, биологически опасных веществ; радиоактивных веществ.
- 3) Гидродинамические аварии. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения.
- 4) ЧС на транспорте.

4. ЧС социального характера и защита населения от их последствий.

Криминогенная опасность. Дискуссия. Тесты.

- 1) Понятие ЧС социального характера. Классификация. Закономерности проявления ЧС социального характера. (толпа, кража, изнасилование, пожар,

криминальные разборки, неразделенная любовь, измена, задержание милицией, арест, драка, опьянение, техника религиозной безопасности, рэкет).

2) Экономическая, информационная и продовольственная безопасность.

5. Проблемы национальной и международной безопасности РФ. Беседа. Тесты.

1) Национальные интересы России. Общественная опасность экстремизма и терроризма.

2) Виды террористических актов и способы их осуществления.

3) Организация антитеррористических и иных мероприятий по обеспечению безопасности в образовательном учреждении. Действия педагогического персонала и учащихся по снижению риска и смягчению последствий террористических актов.

4) Обеспечение национальной безопасности РФ.

6. Гражданская оборона и ее задачи. Использование раздаточного материала.

1) Средства индивидуальной защиты. Изготовление ватно-марлевой повязки. Знакомство с противогазом и способами его индивидуального подбора. Знакомство с АИ-2.

2) Защитные сооружения гражданской обороны. Изучение и зарисовка схемы планировки защитных сооружений.

3) Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях.

Знакомство с Приказом, руководящим составом и организационными мероприятиями по организации гражданской обороны в школе.

7. Безопасность жизнедеятельности на производстве. Работа с раздаточным материалом.

1) Основные законодательства РФ об охране труда. Изучение и конспектирование законов: «Охрана окружающей среды», «Охрана природы», «Трудовой кодекс» основные положения X раздела.

2) Техника безопасности на производстве. Изучение системы стандартов безопасности труда. Правила и инструкция охраны труда.

8. Негативные факторы среды обитания. Беседа.

1) Условия и факторы обитаемости.

2) Вибрация и шум. Вибрационная болезнь.

4) Электрический ток, электробезопасность, молниезащита.

5) Электромагнитные поля и излучения (инфракрасное, ультрафиолетовое, рентгеновское, ионизирующее).

9. Первая медицинская помощь. Приобретение практических навыков. Дисургия.

1) Оказание первой медицинской помощи в терминальных состояниях;

2) Оказание первой медицинской помощи при ранениях и кровотечениях. Изучить виды и способы остановки кровотечений.

3) Оказание первой медицинской помощи при термических повреждениях. Оказание помощи при ожогах термических и химических.

4) Оказание первой медицинской помощи при отравлениях. Промывание желудка.

5) Оказание первой медицинской помощи при ушибах, вывихах, растяжениях и переломах.

7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины(модуля)

Основная литература

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Э. А. Арустамов [и др.] ; под ред. Э. А. Арустамова. - 17-е изд., перераб. и доп. - М. : Дашков и К, 2012. - 444, [2] с. - (Серия «Учебные издания для бакалавров»). - Библиогр.: с. 444-445. - ISBN 978-5-394-01888-6: 409.00

Дополнительная литература

2. Плошкин, В.В. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для вузов / В.В. Плошкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - Ч. 1. - 380 с. : ил., табл. - ISBN 978-5-4475-3694-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271548>

3. Плошкин, В.В. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для вузов / В.В. Плошкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - Ч. 2. - 404 с. : ил., табл. - ISBN 978-5-4475-3695-4; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271483>

4. Трудовое право России: практикум : нормативные акты : (приложение). - 2-е изд.; Электрон. текстовые дан. - М.: Юрайт, 2009. - 1 электрон. опт. диск. (CD-ROM). - (Прогрессивный учебник). - Б. ц.

5. Трудовой кодекс Российской Федерации : по состоянию на 25 февраля 2012 г. : с учетом изменений, внесенных Федеральными законами от 28 ноября 2011 г. № 337-ФЗ, от 30 ноября 2011 г. № 353-ФЗ, от 7 декабря 2011 г. № 417-ФЗ, включая новую главу 51.1. - М. : Проспект : Кнорус, 2012. - 222, [1] с. - 52.00.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Информационно-образовательные ресурсы:

Электронные библиотечные системы:

1. ЭБС «Университетская библиотека online»
2. ЭБС «Znanium»

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Стендовые материалы по гражданской обороне, санитарная сумка, противогаз, респиратор, перевязочный пакет, противохимический пакет, АИ-2, шины Крамера и шины Дитерикса, учебные таблицы по видам кровотечений, переломам, вывихам, инфекциям, терминальным состояниям. Оборудование: доска, телевизор, видеомагнитофон, DVD – player, видеопроектор, экран. Специализированные аудитории 46 и 52 в корпусе А. Специализированное программное обеспечение не требуется.