

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Костромской государственный университет»
(КГУ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: *бакалавр*

**Кострома
2023**

Рабочая программа дисциплины «*Безопасность жизнедеятельности*» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению подготовки:

Код	Наименование направления подготовки	Выходные данные ФГОС, наименование, дата утверждения
09.03.01	Информатика и вычислительная техника	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 09.03.01 Информатика и вычислительная техника, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 929 от 19.09.2017
09.03.02	Информационные системы и технологии	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 09.03.02 Информационные системы и технологии, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 926 от 19.09.2017
09.03.03	Прикладная информатика	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 09.03.03 Прикладная информатика, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 922 от 19.09.2017
29.03.02	Технологии и проектирование текстильных изделий	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 29.03.02 Технологии и проектирование текстильных изделий, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 963 от 22.09.2017
29.03.04	Технология художественной обработки материалов	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 29.03.04 Технология художественной обработки материалов, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 961 от 22.09.2017
29.03.05	Конструирование изделий легкой промышленности	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 29.03.05 Конструирование изделий легкой промышленности, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 962 от 22.09.2017
35.03.02	Технология лесозаготовительных и деревоперерабатывающих производств	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 35.03.02 Технология лесозаготовительных и деревоперерабатывающих производств, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 698 от 26.07.2017
42.03.01	Реклама и связи с общественностью	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 42.03.01 Реклама и связи с общественностью, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 512 от 8.06.2018
42.03.02	Журналистика	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 42.03.02 Журналистика, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 524 от 8.06.2017
43.03.02	Туризм	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 43.03.02 Туризм, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 516 от 8.06.2017
10.03.01	Информационная безопасность	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 10.03.01 Информационная безопасность, утвержденный Минобрнауки России, Приказ Минобрнауки от 17 ноября 2020 № 62548
15.03.05	Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 15.03.05 Конструкторско-технологическое обеспечение машиностроительных производств, утвержденный Минобрнауки России, Приказ Минобрнауки от 17 августа 2020 №1044
19.03.04	Технология продукции и организация общественного питания	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания, утвержденный Минобрнауки России, Приказ Минобрнауки от 17 августа 2020 №1047
20.03.01	Техносферная безопасность	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность, утвержденный Минобрнауки России, Приказ Минобрнауки от 25 мая 2020 №680
27.03.02	Управление качеством	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 27.03.02 Управление качеством, утвержденный Минобрнауки России, Приказ Минобрнауки от 31 июля 2020 №869
27.03.04	Управление в технических системах	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 27.03.04 Управление в технических системах, утвержденный Минобрнауки России, Приказ Минобрнауки от 31 июля 2020 №871
38.03.01	Экономика	ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 38.03.01 Экономика, утвержденный Минобрнауки России, Приказ Ми-

ПРОГРАММА ПЕРЕУТВЕРЖДЕНА

На заседании кафедры ДТМиЭПТ

Протокол заседания кафедры № 8 от 18.03.2022 г.

Заведующий кафедрой Дизайна, технологии, материаловедения и экспертизы
потребительских товаров

Иванова О.В., к.т.н., доцент

ПРОГРАММА ПЕРЕУТВЕРЖДЕНА

На заседании кафедры ДТМиЭПТ

Протокол заседания кафедры № 9 от 03.04.2023 г.

Заведующий кафедрой Дизайна, технологии, материаловедения и экспертизы
потребительских товаров

Иванова О.В., к.т.н., доцент

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Учебная дисциплина "Безопасность жизнедеятельности" – обязательная дисциплина федеральных государственных образовательных стандартов всех направлений первого уровня высшего профессионального образования (бакалавриата) и специалитета.

Цель дисциплины:

сформировать у студентов культуру безопасности, рискориентированное мышление и ценностные ориентации, при котором вопросы безопасности рассматриваются в качестве важнейших приоритетов в жизни и деятельности.

Задачи дисциплины:

- изучить правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности, системы контроля и управления условиями жизнеобеспечения;
- изучить теоретические основы безопасности взаимодействия человека со средой обитания, последствия воздействия на человека опасных, вредных и поражающих факторов среды обитания в повседневной жизни, профессиональной деятельности и в чрезвычайных ситуациях;
- изучить методы защиты в чрезвычайных ситуациях, в том числе в условиях ведения военных действий, и при ликвидации последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий; изучить приемы оказания первой помощи пострадавшему.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина относится к обязательной части учебного плана, имеет практико-ориентированный характер и построена с учетом междисциплинарных связей – знаний и умений, приобретаемых студентами в ходе изучения дисциплин: системный подход и критическое мышление, учебной практики.

Изучение дисциплины является основой для освоения последующих дисциплин учебного плана, при формировании знаний и умений, определенных участниками образовательных отношений: учебной, производственной и преддипломной практик.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

знать:

- основные природные и техносферные опасности, их свойства и характеристики;
- правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности, системы контроля и управления условиями жизнеобеспечения;
- характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду;
- правила поведения при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

уметь:

- идентифицировать опасности природного и техногенного происхождения для жизнедеятельности человека в повседневной жизни, профессиональной деятельности, при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, оценивать риск их реализации;
- выбирать методы защиты при угрозе и возникновении чрезвычайной ситуации и военного конфликта

владеть:

- методами защиты при возникновении чрезвычайной ситуации и военного конфликта;
- приемами оказания первой помощи пострадавшему.

Перечень формируемых компетенций:

УК-8 – Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и 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.

Код и содержание индикаторов компетенции:

ИУК-8.1 Идентифицирует угрозы (опасности) природного техногенного происхождения для жизнедеятельности человека в повседневной жизни, профессиональной деятельности, при возникновении чрезвычайной ситуации и военного конфликта.

ИУК-8.2 Определяет модель поведения при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

ИУК-8.3 Способен применять приемы оказания первой помощи пострадавшему.

4. Объем дисциплины (модуля)

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

Виды учебной работы	Очная форма	Очно-заочная форма	Заочная форма
Общая трудоемкость в зачетных единицах	2	2	2
Общая трудоемкость в часах	72	72	72
Аудиторные занятия в часах, в том числе:	26	12	6
Лекции	8	4	2
Практические занятия	18	8	4
Лабораторные занятия	-	-	-
Контроль	-	-	-
Самостоятельная работа в часах	45,75	59,75	61,75
Форма промежуточной аттестации	зачет	зачет	зачет

4.2. Объем контактной работы

Виды учебных занятий	Очная форма	Очно-заочная форма	Заочная форма
Лекции	8	4	2
Практические занятия	18	8	4
Лабораторные занятия	-	-	-
Индивидуальные консультации	0,25	0,25	0,25
Зачет/зачеты	7,75	7,75	7,75
Экзамен/экзамены	-	-	-
Курсовые работы	-	-	-
Курсовые проекты	-	-	-
Всего	26,25	12,25	6,25

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

5.1

Тематический план учебной дисциплины

Очная форма обучения

№	Название раздела, темы	Всего, час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	
1.	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения.	4	2	-	-	2
2.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	10	-	4	-	6
3.	Организация управления безопасностью жизнедеятельности в Российской Федерации. Защита населения и территорий от опасностей при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	10	4	2	-	4
4.1	Российская система предупреждений и действий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС).	4	2	-	-	2
4.2.	Подготовка населения в области ГО и защиты при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	6	2	2	-	2
4.	Чрезвычайные ситуации социального характера.	4	-	-	-	4
5.	Антропогенное воздействие на окружающую среду. Методы и средства защиты.	8	-	2	-	6
6.	Электробезопасность.	10	-	4	-	6
7.	Пожарная безопасность.	10	2	2	-	6
8.	Первая помощь и ее задачи.	6	-	2	-	4
9.1	Первая допсихологическая помощь пострадавшим.	2	-	-	-	2
9.2.	Первая доврачебная помощь пострадавшим.	4	-	2	-	2
10	зачет			2		7,75
	Итого:	72	8	18	-	45,75

Очно-заочная форма обучения

№	Название раздела, темы	Всего,	Аудиторные занятия		Самостоятельная
---	------------------------	--------	--------------------	--	-----------------

		час	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	работа
9.	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения.	6	-	-	-	6
10.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	6	-	-	-	6
11.	Организация управления безопасностью жизнедеятельности в Российской Федерации. Защита населения и территорий от опасностей при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	10	2	2	-	6
4.1	Российская система предупреждений и действий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС).	6	2	-	-	4
4.2.	Подготовка населения в области ГО и защиты при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	6	-	2	-	4
12.	Чрезвычайные ситуации социального характера.	4	-	-		4
13.	Антропогенное воздействие на окружающую среду. Методы и средства защиты.	6	-	-		6
14.	Электробезопасность.	8	-	2	-	6
15.	Пожарная безопасность.	10	2	2	-	6
16.	Первая помощь и ее задачи.	14	-	2	-	12
9.1	Первая допсихологическая помощь пострадавшим.	2	-	-		6
9.2.	Первая доврачебная помощь пострадавшим.	4	-	2		6
10	зачет					7,75
	Итого:	72	4	8	-	59,75

Заочная форма обучения

№	Название раздела, темы	Всего, час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	
17.	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения.	6	-	-	-	6
18.	Чрезвычайные ситуации	6	-	-	-	6

	природного и техногенного характера.					
19.	Организация управления безопасностью жизнедеятельности в Российской Федерации. Защита населения и территорий от опасностей при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	12	2	2	-	8
4.1	Российская система предупреждений и действий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС).	6	2	-	-	4
4.2.	Подготовка населения в области ГО и защиты при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	6	-	2	-	4
20.	Чрезвычайные ситуации социального характера.	4	-	-		4
21.	Антропогенное воздействие на окружающую среду. Методы и средства защиты.	6	-	-		6
22.	Электробезопасность.	6	-	-	-	6
23.	Пожарная безопасность.	6	-	-	-	6
24.	Первая помощь и ее задачи.	14	-	2	-	12
9.1	Первая допсихологическая помощь пострадавшим.	6	-	-		6
9.2.	Первая доврачебная помощь пострадавшим.	8	-	2		6
10	зачет			-		7,75
	Итого:	72	2	4	-	61,75

5.3. Содержание

1. Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения.

Безопасность жизнедеятельности, ее основные цели и задачи. Система "Человек – Среда обитания". Производственная, городская, бытовая, природная среда. Виды деятельности человека. Принципы безопасности жизнедеятельности. Аксиомы безопасности жизнедеятельности. Причины, влияющие на продолжительность жизни человека. Виды опасностей: природные, антропогенные, техногенные, глобальные. Идентификация опасностей. Триада "опасность – причина – нежелательное последствие". Причины проявления опасностей. Роль человеческого фактора в причинах реализации опасностей. Показатели негативного влияния опасностей. Риск как мера опасности. Основные положения теории риска. Пути уменьшения риска. Постиндустриальное общество как общество риска. Концепция общества риска. Безопасность и устойчивое развитие. Безопасность как одна из основных потребностей человека. Значение безопасности в современном мире. Значение компетенций в области безопасности для обеспечения устойчивого развития социума. Безопасность и демография.

2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации – понятие, основные виды. Постановление правительства РФ от 21 мая 2007 г. (с изм. и доп.) № 304 «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Статистика ЧС природного характера. Принципы обеспечения безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества.

Характеристика поражающих факторов источников чрезвычайных ситуаций природного характера. Классификация стихийных бедствий. Землетрясения: основные понятия, признаки, подготовка, действия во время землетрясения, действия после землетрясения. Вулканизм: основные понятия, части вулканического аппарата, действия при извержении вулкана. Оползень: понятие, действия при появлении признаков. Сель: действия при селевом потоке. Лавина: сущность, факторы, действия при сходе лавин. Наводнение: сущность, действия во время и после наводнения. Цунами: сущность, действия во время цунами. Ураган: понятие, действия во время урагана. Буря: понятие и виды. Смерч: понятие, характеристика. Пурга: понятие, действия во время пурги. Гроза: понятие, действия во время молнии, запретные действия во время грозы. Гололед: понятие, подготовка, действия во время гололедицы. Засуха: понятие, меры борьбы, действия во время засухи. Статистика ЧС техногенного характера.

Поражающие факторы источников чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Фазы развития чрезвычайных ситуаций. Поражающие факторы источников чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Сущность техногенных опасностей и аварий. Вредные вещества, классификация, пути поступления в организм человека, действие вредных веществ и чувствительность к ним. Комбинированное действие вредных веществ. Нормирование: предельно-допустимые, максимально-разовые, среднесменные, среднесуточные концентрации.

Классификация объектов экономики по потенциальной опасности (радиационно-, химически, пожаро- и взрывоопасные).

Радиационно-опасные объекты (РОО). Радиационное воздействие на организм человека. Ионизирующее излучение: понятие, факторы, влияющие на степень поражения ионизирующими излучениями. Правила поведения при опасности воздействия радиоактивных веществ.

Химически опасные объекты (ХОО): понятие, виды. Химическая авария: понятие, действия при химической аварии. Распространение токсичных промышленных веществ и признаки отравления ими. Меры предосторожности, признаки отравления и первая помощь при отравлении хлором, аммиаком, ртутью, синильной кислотой, сероводородом, формальдегидом, угарным газом. Взрыв и поражающие факторы взрыва. Внезапное обрушение здания, действия при обрушении. Гидродинамическая авария: понятие, последствия, правила поведения. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения.

Понятие биологических опасностей, зона и очаг биологического заражения. Опасные и особо опасные заболевания человека: эпидемия, пандемия, восприимчивость человека к инфекции. Мероприятия в очаге бактериологического поражения: карантин, обсервация, дезинфекция, дезинсекция, дератизация. Особо опасные болезни животных: спорадия, эпизоотия, панзоотия; ящур, классическая чума свиней, псевдоочума птиц. Особо опасные болезни растений: фитофтороз картофеля, желтая ржавчина пшеницы, стеблевая ржавчина пшеницы и ржи.

3. Организация управления безопасностью жизнедеятельности в Российской Федерации. Защита населения и территорий от опасностей при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

3.1. Российская система предупреждений и действий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС).

Основные задачи РСЧС. Силы и средства РСЧС. Территориальные подсистемы РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС. Уровни управления и состав органов по уровням. Ко-

ординирующие органы, органы управления по делам ГО и ЧС, органы повседневного управления. Связь и оповещение населения: порядок оповещения, сигналы оповещения и порядок действия по ним. ОКСИОН. Правовые и нормативно-технические основы обеспечения безопасности жизнедеятельности. Подготовка населения в области защиты в ЧС. Классификация населения по группам. Защищенность в ЧС. Классификация защитных средств. Защитные сооружения, индивидуальные технические и медицинские средства. Специальная обработка. Санитарная сортировка.

3.2. Подготовка населения в области ГО и защиты при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

ФЗ-28 «О гражданской обороне». Приказ МЧС № 687 «Об утверждении положения об организации и ведении ГО в муниципальных образованиях и организациях». Гражданская оборона, ее место в системе общегосударственных мероприятий гражданской защиты. Структура ГО в РФ. Задачи ГО, руководство ГО, органы управления ГО, силы ГО, гражданские организации ГО. Структура ГО на промышленном объекте. Планирование мероприятий по гражданской обороне на объектах. Постановление Правительства РФ № 1309 «О порядке создания убежищ и иных объектов ГО». Организация защиты в мирное и военное время, способы защиты, защитные сооружения, их классификация. Оборудование убежищ. Быстровозводимые убежища. Простейшие укрытия. Противорадиационные укрытия. Укрытие в приспособленных и специальных сооружениях. Организация укрытия населения в чрезвычайных ситуациях. Средства индивидуальной защиты человека от химических и биологических воздействий: органов дыхания - противогазы (изолирующие, фильтрующие), самоспасатели, респираторы, противопыльные тканевые маски ПТМ-1, ватно-марлевые повязки; кожи - защитная одежда.

Планирование и выполнение эвакуационных мероприятий при чрезвычайных ситуациях. Расчет эвакуационных мероприятий при возникшей чрезвычайной ситуации (по предложенным сценариям развития ЧС). Укомплектование (сбор) тревожного чемоданчика.

Поражающие факторы чрезвычайных ситуаций военного времени. Виды оружия массового поражения, их особенности и последствия его применения.

4. Чрезвычайные ситуации социального характера.

Понятие ЧС социального характера. Классификация. Закономерности проявления. Религиозная, экономическая, информационная и продовольственная безопасность.

Противодействие терроризму. Терроризм - мировая угроза человечеству. Федеральный закон "О противодействии терроризму" от 06.03.2006 N 35-ФЗ (последняя редакция). Эволюция терроризма. Причины возникновения терроризма. Факторы распространения терроризма. Классификация современного терроризма. Единый список организаций, признанных террористическими в РФ. Перечень общественных религиозных объединений, запрещенных в РФ. Федеральный список экстремистских материалов. Статистика терактов в РФ. Уровни террористической угрозы. Система противодействия терроризму в РФ. Ответственность за организацию террористического акта. Меры безопасности при угрозе и совершении террористического акта.

5. Антропогенное воздействие на окружающую среду. Методы и средства защиты. Виды антропогенного воздействия на биосферу. Техногенные экосистемы, законы их функционирования. Экологический кодекс инженера. Нормативное регулирование антропогенного воздействия. Негативное антропогенное воздействие на окружающую среду. Нормативная экологическая документация. Экологические нормы и стандарты. Техногенное воздействие на окружающую среду. Энергетика и окружающая среда. Экологические проблемы транспорта. Экозащитная техника и технологии. Системы улавливания пыли сухого и мокрого типа. Системы очистки воды.

6. Электробезопасность.

Источники электрической опасности. Воздействие электрического тока на человека. Факторы, определяющие степень поражения электрическим током. Термическое, электролитическое, биологическое и механическое воздействие электрического тока на человека. Категорирование помещений по степени опасности поражения человека током. Виды электротравм. Технические меры защиты человека от поражения электрическим током. Изоляция токоведущих частей. Защитное заземление. Защитное зануление. Устройство защитного отключения. Средства индивидуальной защиты от поражения электрическим током. Безопасность при работе с электрооборудованием.

7. Пожарная безопасность.

Статистика пожаров в России и Костромской области. Нормативная база по пожарной безопасности. Постановление Правительства РФ от 25 апреля 2012 г. № 390 "О противопожарном режиме" (с изм. и доп.). Меры пожарной безопасности. Категории помещений по взрывной, взрывопожарной и пожарной безопасности. Класс пожара по ГОСТ 27331-87 «Пожарная техника. Классификация пожаров». Причины пожаров. Сложность пожара. Опасные факторы пожара. Способы тушения пожара. Пожарная техника: первичные средства пожаротушения; мобильные средства пожаротушения; установки пожаротушения; средства пожарной автоматики; пожарное оборудование; средства индивидуальной защиты и спасения людей при пожаре; пожарный инструмент (механизированный и немеханизированный); пожарная сигнализация, связь и оповещение. Системы обеспечения пожарной безопасности. Расчет автоматической (спринклерной) системы пожаротушения. История и практика пожарной службы в Костроме (практическое занятие на базе музея-заповедника «Пожарная каланча»).

8. Первая помощь и ее задачи.

8.1. Первая допсихологическая помощь пострадавшим.

Основные понятия: экстремальные ситуации, чрезвычайные ситуации, психологическая поддержка. Требования к уровню подготовки субъекта, оказывающего допсихологическую помощь. Особенности состояния и поведения людей в экстремальных ситуациях. Стресс. Стадии и внешние проявления стресса. Безопасное поведение в экстремальных ситуациях. Самопомощь в экстремальных ситуациях. Методы и приемы саморегуляции.

Острые стрессовые реакции. Общие правила оказания психологической поддержки. Алгоритмы оказания экстренной допсихологической помощи

8.2. Первая доврачебная помощь пострадавшим.

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Перечень мероприятий по оказанию первой помощи. Приказ Минздравсоцразвития от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи». Укомплектование аптечки. Приказ Минздравсоцразвития от 05.03.2011 № 169н «Об утверждении требований к комплектации изделиями медицинского назначения аптечек для оказания первой помощи работникам». Алгоритм первой помощи: первоначальные действия. Алгоритм первой помощи при ожогах. Алгоритм первой помощи при гипотермии. Алгоритм первой помощи при отравлении. Алгоритм первой помощи при травмах. Алгоритм первой помощи при попадании инородного тела в дыхательные пути. Алгоритм первой помощи при наружном кровотечении. Отработка практических навыков оказания первой помощи с использованием робота-тренажера (сердечно-легочной реанимации, остановки кровотечений и т. д.). Десмургия.

**6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины
6.1. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине (модулю)**

№ п/п	Название раздела, темы	Задание	Методические рекомендации	Время выполнения			Форма контроля
				ОФ	ОЗФ	ЗФ	
1.	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности, основные понятия, термины и определения.	Изучить теоретические сведения	[1,2]	2	6	6	Интерактивная беседа
2.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	<ul style="list-style-type: none"> • Изучить материал по теме: «Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Меры безопасности». • Посмотреть фильм «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера». • Подготовиться к контрольному тестированию. • Индивидуальное задание* <p>Начать работу по подготовке доклада по интересующей/предложенной теме для студенческой конференции (см перечень тем для рефератов).</p>	[1,2, 4] [13-20] [21 -24]	6	6	6	Контрольное тестирование. Решение ситуационных задач.

3.	Организация управления безопасностью жизнедеятельности в Российской Федерации. Защита населения и территорий от опасностей при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.	<ul style="list-style-type: none"> Изучить материалы лекций. Изучить известные средства индивидуальной защиты человека от химических и биологических воздействий: органов дыхания - противогазы (изолирующие, фильтрующие), самоспасатели, респираторы, противопыльные тканевые маски ПТМ-1, ватно-марлевые повязки; кожи - защитная одежда. 	[1, 5-7, 14-16]	4	6	8	Контрольное тестирование.
4.	Чрезвычайные ситуации социального характера	Изучить материалы лекций. Посмотреть фильм «На краю». Ответить на вопросы, выданные преподавателем.	[1,2]	4	4	4	Интерактивная беседа
5.	Антропогенное воздействие на окружающую среду. Методы и средства защиты.	Изучить материалы учебного пособия «Загрязнение атмосферы»: <ul style="list-style-type: none"> Основные химические загрязнения атмосферы. Основные принципы выбора метода и аппаратуры очистки газовых выбросов от твердых частиц и аэрозолей. Очистка выбросов от токсичных газо- и парообразных примесей Просмотреть фильм «Мусор», ответить на вопросы, выданные преподавателем. 	[5,6]	6	6	6	Сдать ответы на вопросы по фильму «Мусор»
6.	Электробезопасность.	<ul style="list-style-type: none"> Изучить материалы методических указаний к лабораторной работе. Расчет контурного защитного заземления в помещениях с электроустановками напряжением 	[1,2,8,9]	6	6	6	Сдать расчет контурного защитного заземления в помещениях с электроустановками напряжением до 1000 В.

		до 1000 В.					
--	--	------------	--	--	--	--	--

							Контрольное тестирование
7.	Пожарная безопасность.	<ul style="list-style-type: none"> Изучить материалы лекций. Выполнить расчет средств пожаротушения (количества огнетушителей) на производственном объекте 	[1,2,10,11, 12,13,18]	6	6	6	Контрольное тестирование. Сдать расчет количества средств пожаротушения/ Расчет времени эвакуации при пожаре
8.	Первая помощь и ее задачи.	<ul style="list-style-type: none"> Изучить материалы методических указаний к лабораторной работе. Просмотреть фильм «Первая помощь», ответить на вопросы, выданные преподавателем. Изучить технику наложения повязок (десмургия). Отработать практические навыки наложения повязок на голову, на ухо, на нос и нижнюю челюсть, предплечье. 	[2, 19-21]	4	12	12	Решение ситуационных задач Контрольное тестирование. Собственные фото-, видеоматериалы по наложению повязок
9.	Подготовка к зачету		[1-13]	7,75	7,75	7,75	

6.2. Тематика и задания для практических занятий

1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Меры безопасности (2 часа).
2. Планирование и выполнение эвакуационных мероприятий при чрезвычайных ситуациях. Расчет эвакуационных мероприятий при возникшей чрезвычайной ситуации (по предложенным сценариям развития ЧС) (2 часа).
3. Оценка качества воздушной среды (2 часа)
4. Исследование шагового напряжения и измерение электрического сопротивления тела человека. (2 часа)
5. Измерение сопротивлений изоляции и защитного заземления (2 часа).
6. Расчет времени эвакуации при пожаре (по предложенным сценариям развития пожара) (2 часа).
7. Первая помощь. Отработка навыков проведения реанимационных мероприятий с помощью робота-тренажера «Гоша» (2 часа).
8. Отработка практических навыков оказания первой помощи. Десмургия. Первая помощь при кровотечениях. Первая помощь при переломах (2 часа).
9. Зачетное занятие.

6.3. Тематика и задания для лабораторных занятий

Отсутствуют лабораторные занятия

6.4. Методические рекомендации для выполнения курсовых работ (проектов)

Отсутствуют курсовые работы

6.5. Тематика реферативно-исследовательской работы

1. Безопасность и профессиональная деятельность
2. Государственная политика и безопасность.
3. Культура человека, общества и безопасность.
4. Современные аспекты международного сотрудничества в области безопасности.
5. Структура техносферы региона и основные региональные проблемы безопасности
6. Анализ аспектов безопасности в жизненном цикле продукции и услуги.
7. Современные проблемы техносферной безопасности.
8. Опасные зоны региона и их характеристика.
9. Безопасность и нанотехнологии.
10. Мобильная связь и здоровье человека.
11. Анализ современных исследований.
12. Безопасность и человеческий фактор.
13. Психологический тип человека, его психологическое состояние и безопасность
14. Генезис техносферных катастроф.
15. Анализ природных катастроф- характер протекания и последствия (по видам стихийных бедствий).
16. Параметры стихийных бедствий, их предвестники и регионы их наиболее частого Проявления.
17. Анализ современного состояния пожарной безопасности в России и основные причины пожаров.
18. Анализ современного состояния пожарной безопасности в Костромской области и основные причины пожаров.
19. Психологическая устойчивость в экстремальных ситуациях.
20. Источники, воздействие и современные методы защиты от опасного и вредного техногенного и природного фактора (по типам факторов)

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

а) основная:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Э.А. Арустамов, А.Е. Волощенко, Г.В. Гуськов и др. ; под ред. Э.А. Арустамова. - 19-е изд., перераб. и доп. - М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2015. - 448 с. : табл., ил., граф., схемы - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-02494-8 ;//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=375807
2. Хван, Т.А. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Т.А. Хван, П.А. Хван. - 11-е изд. - Ростов-н/Д : Феникс, 2014. - 448 с. : ил., табл. - (Высшее образование). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-222-22237-9; //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271593

б) дополнительная:

3. Лустгартен,Т.Ю. Оценка влияния условий жизнедеятельности на продолжительность жизни человека: метод. указания к лабораторной работе/Т.Ю. Лустгартен. – 2-е изд., испр. и доп. – Кострома: Изд-во Костром. гос. технол. ун-та, 2015. – 39 с. <http://library.ksu.edu.ru/Found.asp>
4. Лустгартен Т.Ю. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера: метод. указания к выполнению практических работ. – Кострома: Изд-во Костром. гос. ун-та, 2017. – 20 с.
5. Лустгартен Т.Ю., Кривошеина Е.В. Оценка и обеспечение жизнедеятельности в условиях чрезвычайных ситуаций»: методические указания к выполнению практических работ. – Кострома: Изд-во Костром. гос. ун-та, 2017. – 20 с.
6. Оноприенко М. Г. Безопасность жизнедеятельности. Защита территорий и объектов экономики в чрезвычайных ситуациях [электронный ресурс]: учеб. пособие / М.Г. Оноприенко - М.: Форум: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 400 с. - (Высшее образование: Бакалавр). - ISBN 978-5-91134-831-1. - <http://znanium.com>
7. Камышанский М. И. Организация и ведение гражданской обороны и защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: учеб. пособие / М. И. Камышанский [и др.] ; под общ. ред. Г.Н. Кириллова. - 7-е изд., пересм. - Москва : ИРБ, 2011. - 536 с.: табл. - ISBN 978-5-89635-096-5.
8. Шапкина И. М. Исследование шагового напряжения и измерение электрического сопротивления тела человека: методические указания к лабораторной работе/Шапкина И. М.– Кострома: Изд-во Костром. гос. ун-та, 2020.– 17с.
9. Лустгартен Т. Ю. Измерение сопротивлений изоляции и защитного заземления: метод. указания к лабораторной работе / Т. Ю. Лустгартен. – 2-е изд., испр. и доп. – Кострома : Изд-во Костром. гос. ун-та, 2016. – 34 с.
10. Еременко, В.Д. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / В.Д. Еременко, В.С. Остапенко; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования Российский государственный университет правосудия; авт. сост. В.Д. Еременко, В. Остапенко. - М: Российский государственный университет правосудия, 2016. - 368 с. : ил. - Библ. в кн. - ISBN 978-5-93916-485-6 //biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439536
11. Сычев, Ю.Н. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях : учебное пособие / Ю.Н. Сычев. - М. : Финансы и статистика, 2014. - 224 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-279-03180-1 ;//biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86092
12. Промышленная экология : практикум / Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет» ; авт.-сост. О.Г. Ларина. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 110 с. : ил. ; То же [Электронный ресурс].<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458275>.
13. Макаренко, В.К. Введение в общую и промышленную экологию : учебное пособие / В.К. Макаренко, С.В. Ветохин. - Новосибирск : НГТУ, 2011. - 135 с. - ISBN 978-5-7782-1697-6 ;

То же [Электронный ресурс].<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228834>

в) нормативные документы

14. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» [Электронный ресурс]. Система ГАРАНТ: – Режим доступа <http://forum.garant.ru/>.
15. ФЗ-28 «О гражданской обороне» от 12.01.98 (с изм. и дополнениями) Система ГАРАНТ: – Режим доступа <http://forum.garant.ru/>
16. Приказ МЧС № 687 «Об утверждении положения об организации и ведении ГО в муниципальных образованиях и организациях» от 14.11.2008 (с изм. и дополнениями). Система ГАРАНТ: – Режим доступа <http://forum.garant.ru/>
17. Постановление Правительства РФ № 1309 «О порядке создания убежищ и иных объектов ГО». Система ГАРАНТ: – Режим доступа <http://forum.garant.ru/>.
18. Постановление Правительства РФ от 16.09.2020 № 1479 «Об утверждении Правил противопожарного режима в Российской Федерации» Система ГАРАНТ: – Режим доступа <http://forum.garant.ru/>.
19. Приказ Минздравсоцразвития от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи». Система ГАРАНТ: – Режим доступа <http://forum.garant.ru/>.
20. Приказ Минздравсоцразвития от 05.03.2011 № 169н «Об утверждении требований к комплектации изделиями медицинского назначения аптечек для оказания первой помощи работникам». Система ГАРАНТ: – Режим доступа <http://forum.garant.ru/>.
21. Федеральный закон "О противодействии терроризму" от 06.03.2006 N 35-ФЗ (последняя редакция). Система ГАРАНТ: – Режим доступа <http://forum.garant.ru/>.

в) периодические издания

22. Медицина катастроф <http://www.vcmk.ru/journal/journal/>
23. Основы безопасности жизнедеятельности <http://www.school-obz.org>
24. Безопасность жизнедеятельности <http://www.novtex.ru/bjd>
25. ОБЖ. Основы безопасности жизни <http://spasedu.ru>

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

Информационно-образовательные ресурсы:

1. МЧС России: [Электронный ресурс], URL:<http://www.mchs.gov.ru>.
2. МЧС России Гражданская оборона: [Электронный ресурс], URL:http://www.mchs.gov.ru/activities/Grazhdanskaja_oborona

Электронные библиотечные системы:

1. ЭБС Университетская библиотека онлайн <http://biblioclub.ru>
2. ЭБС «Лань»<http://e.lanbook.com/>
3. ЭБС «ZNANIUM.COM»<http://znanium.com>

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

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
<p>Корпус Б, ауд. 413 «Лаборатория безопасности жизнедеятельности».</p> <p>Аудитория для лекционных, практических, лабораторных занятий, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточных аттестаций.</p>	<p>Число посадочных мест – 18. Рабочее место преподавателя. Имеется мультимедийное оборудование: Ноутбук Acer Travel Mate 2313; Проектор BenQ MS612ST; Экран.</p> <p>Стенд «Система оповещения при пожаре».</p> <p>Стенд «Средства пожаротушения».</p> <p>Лабораторный стенд «Измерение сопротивлений изоляции и защитного заземления»;</p> <p>Монитор LJL1515S 1024x768, 2-04;</p> <p>Системный блок P4 1800Mhz 512, 3-03;</p> <p>Прибор приемно-контрольный Гранит 4, 2-14;</p> <p>Комплект-лаборатория «Пчелка-3»;</p> <p>Мегомметр М4100;</p> <p>РХЗ: Противогазы фильтрующие ГП-5 – 40 шт.;</p> <p>Противогазы фильтрующие ГП-7 – 5 шт.;</p> <p>Костюм Л-1 – 1 шт.;</p> <p>Рентгенметр Дп-5 В (5Б) – 1 шт.;</p> <p>Войсковой прибор химической разведки ВПХР – 2 шт.;</p> <p>Аптечки индивидуальные АИ-2 – 5 шт.;</p> <p>Индивидуальные противохимические пакеты ИПП-11 – 5 шт.</p>	<p>Необходимое программное обеспечение - офисный пакет.</p>
<p>Корпус Б, ауд. 418 «Лаборатория физиологии человека, медико-биологических основ безопасности».</p> <p>Аудитория для лекционных, практических, лабораторных занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточных аттестаций.</p>	<p>Число посадочных мест – 16. Рабочее место преподавателя. Имеется мультимедиа – компьютер с проектором (переносные), экран.</p> <p>Наглядные пособия: торс человека, строение легких, железы внутренней секреции, пищеварительный тракт.</p> <p>Тонометр механический (Саранск) - 5 шт.; тренажер «ВИТИМ»;</p> <p>робот-тренажер «Гоша-Н»;</p> <p>тренажер для внутримышечных инъекций; весы РП-150;</p> <p>молоток неврологический ДС-2-0б для исследования сухожилий, 2-0б, - 7 шт.;</p> <p>ростомер с мет. стул., 1-03; степ;</p> <p>таблица Сивцева; спирометр портативный; динамометр кистевой;</p> <p>перкуSSIONный молоток. ПеркуSSIONный молоток.</p>	<p>Учебное пособие ВИТИМ для обучения навыкам оказания первой помощи - регистрационный номер 000464</p> <p>Учебное пособие для обучения навыкам оказания первой помощи «Робот-тренажер «Гоша» - серийный образец № 04920842</p>
<p>Электронный зал, корпуса Б1, ауд. 202</p> <p>Аудитории для самостоятельной работы</p>	<p>Читальный зал</p> <p>128 индивидуальных рабочих мест, копировальный аппарат - 1шт.; ПК - 3шт.; экран и мультимедийный проектор - 1шт.</p> <p>Электронный читальный зал</p> <p>Рабочие места, оснащенные ПК - 25шт.; демонстрационная LCD-панель - 1шт.; аудио 2.1 - 1шт.; принтеры в т.ч. большеформатный и цветной - 4шт.; сканеры (А2 и А4) - 2шт.; web-камеры - 3шт. микрофоны - 2шт.</p>	<p>АИБС MarkSQL - 3шт.</p> <p>Windows XP SP3 -10шт. лицензия.</p> <p>Windows 7 Pro лицензия 00180-912-906-507 постоянная-1шт.; Windows 8 Pro лицензия 01802000875623 постоянная 1-шт.; АBBYY FineReader 11,12 Pro - box лицензия -2шт.; АИБС MarkSQL - 25шт. лицензия.</p>