

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования "Пермский
государственный национальный исследовательский
университет"**

Авторы-составители: **Сугрובה Наталья Юрьевна**

Рабочая программа дисциплины

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Код УМК 99026

9
«24» 2023 .

, 2023

1. Наименование дисциплины

Основы безопасности жизнедеятельности

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина входит в Блок «ОО» образовательной программы по направлениям подготовки (специальностям):

Направление подготовки: **44.02.03** Педагогика дополнительного образования
направленность не предусмотрена

Планируемые результаты обучения по дисциплине для формирования знаний и умений и критерии их оценивания

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения ОБЖ, должны способствовать процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, развития внутренней позиции личности, патриотизма, гражданственности и проявляться, прежде всего, в уважении к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, гордости за российские достижения, в готовности к осмысленному применению принципов и правил безопасного поведения в повседневной жизни, соблюдению правил экологического поведения, защите Отечества, бережном отношении к окружающим людям, культурному наследию и уважительном отношении к традициям многонационального народа Российской Федерации и к жизни в целом.

1) гражданского воспитания:

- сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни;
- уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности;
- сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;
- готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
- готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения;
- готовность к участию в деятельности государственных социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения комплексной безопасности личности, общества и государства;

2) патриотического воспитания:

- сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооруженные Силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота;

- ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооруженных Сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей;

- сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убежденность и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

3) духовно-нравственного воспитания:

- осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства;

- сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;

- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;

- ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества;

4) эстетического воспитания:

- эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;

- понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни;

5) ценности научного познания:

- сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности;

- понимание научно-практических основ учебного предмета ОБЖ, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

- способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях);

6) физического воспитания:

- осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- знание приемов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости;
- потребность в регулярном ведении здорового образа жизни;
- осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

7) трудового воспитания:

- готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности;
- готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности;
- интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность;
- готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

8) экологического воспитания:

- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности личности, общества и государства;
- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их;
- расширение представлений о деятельности экологической направленности.

В результате изучения ОБЖ у обучающегося будут сформированы следующие базовые логические действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы безопасности личности, общества и государства, обосновывать их приоритет и всесторонне

анализировать, разрабатывать алгоритмы их возможного решения в различных ситуациях;

устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в области безопасности жизнедеятельности, выявлять их закономерности и противоречия;

определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учетом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации риск-ориентированного поведения;

моделировать объекты (события, явления) в области безопасности личности, общества и государства, анализировать их различные состояния для решения познавательных задач, переносить приобретенные знания в повседневную жизнь;

планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи;

развивать творческое мышление при решении ситуационных задач.

В результате изучения ОБЖ у обучающегося будут сформированы следующие базовые исследовательские действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности;

владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ;

анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учетом установленных (обоснованных) критериев;

раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни;

критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях;

характеризовать приобретенные знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях;

использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретенные знания и навыки в повседневную жизнь.

В результате изучения ОБЖ у обучающегося будут следующие умения работать с информацией как часть познавательных универсальных учебных действий:

владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности;

создавать информационные блоки в различных форматах с учетом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;

оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;

владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;

использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

В результате изучения ОБЖ у обучающегося будут сформированы следующие умения общения как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы ее организации в повседневную жизнь;

распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков;

определять признаки деструктивного общения;

владеть приемами безопасного межличностного и группового общения; безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций;

аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

В результате изучения ОБЖ у обучающегося будут сформированы следующие умения самоорганизации как части регулятивных универсальных учебных действий:

ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях;

делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за свое решение;

оценивать приобретенный опыт;

расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счет привлечения научно-практических знаний других предметных областей;

повышать образовательный и культурный уровень.

В результате изучения ОБЖ у обучающегося будут сформированы следующие умения я самоконтроля, принятия себя и других как части регулятивных универсальных учебных действий:

оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении;

вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям;

использовать приемы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения; принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, невозможности контроля всего вокруг;

принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации;

признавать право на ошибку свою и чужую.

В результате изучения ОБЖ у обучающегося будут сформированы следующие умения совместной деятельности:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации;

ставить цели и организовывать совместную деятельность с учетом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);

оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям;

осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу.

Предметные результаты освоения программы по ОБЖ на базовом уровне к концу должны отражать:

1) сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

2) сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами

предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

3) сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте; знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике; знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

4) знания о способах безопасного поведения в природной среде, умение применять их на практике; знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

5) владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;

6) знания основ безопасного, конструктивного общения; умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им; сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии;

7) знания о способах безопасного поведения в цифровой среде, умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

8) знание основ пожарной безопасности, умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;

9) сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знание роли государства в противодействии терроризму; умение различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знание порядка действий при угрозе

совершения террористического акта, при совершении террористического акта, при проведении контртеррористической операции;

10) сформированность представлений о роли России в современном мире, угрозах военного характера, роли вооруженных сил в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы, прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание действия при сигналах гражданской обороны;

11) знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;

12) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

4. Объем и содержание дисциплины

| | |
|---|--|
| Направление подготовки | 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (направленность: не предусмотрена) на базе основного общего |
| форма обучения | очная |
| №№ триместров, выделенных для изучения дисциплины | 1,2,3 |
| Объем дисциплины (з.е.) | 2.8 |
| Объем дисциплины (ак.час.) | 102 |
| Контактная работа с преподавателем (ак.час.), в том числе: | 68 |
| Проведение лекционных занятий | 32 |
| Проведение практических занятий, семинаров | 36 |
| Самостоятельная работа (ак.час.) | 34 |
| Формы текущего контроля | Входное тестирование (1) Защищаемое контрольное мероприятие (3) Итоговое контрольное мероприятие (3) Письменное контрольное мероприятие (3) |
| Формы промежуточной аттестации | Дифференцированный зачет (3 триместр) |

5. Аннотированное описание содержания разделов и тем дисциплины

Здоровье и здоровый образ жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Биологические, психические, социальные составляющие здоровья. Показатели здоровья. Факторы риска. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека. Основные средства, обеспечивающие здоровый образ жизни: движение, режим жизнедеятельности, закаливание, семья, питание, профилактика вредных привычек. Здоровье, признаки здоровья.

Факторы, способствующие укреплению здоровья

Основные средства, обеспечивающие здоровый образ жизни: движение, режим жизнедеятельности, закаливание, семья, питание, профилактика вредных привычек. Здоровье, признаки здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика

Вредные привычки и здоровье нации. Понятия, виды, причины возникновения вредных привычек. Социально-педагогические и наследственные факторы возникновения вредных привычек у детей и подростков. Предпосылки к курению. История употребления табака в России и странах Европы. Курение и его влияние на основные функции организма. Проведение функциональных проб у курильщиков и некурящих. Курение и потомство. Меры профилактики. Алкоголизм и здоровье. История употребления алкоголя в России и странах Европы. Влияние алкоголя на отдельные системы организма. Алкоголизм и потомство. Стадии алкоголизма. Алкоголизм и социальная среда. Наркомания и токсикомания. Обзор современного состояния проблемы в России и в мире. Виды наркозависимости. Краткая классификация нарко- и токсикосредств. Наркомания и психическое здоровье. Наркозависимость и соматическое здоровье. Наркозависимость и потомство. Фармакозависимость. Анаболическая зависимость и здоровье. Меры профилактики.

Правила и безопасность дорожного движения

Нормативно-правовая база обеспечения безопасности дорожного движения. Основные понятия, правила ПДД для пешеходов, водителей транспортных средств. Причины дорожно-транспортного травматизма у детей и подростков. Меры профилактики.

Государственная система обеспечения безопасности населения. РСЧС, ее цель, задачи, структура
РСЧС, понятие, цель, основные задачи. Уровни РСЧС. Территориальные и функциональные подсистемы. Органы управления, силы и средства РСЧС, режимы функционирования.

Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Защитные сооружения гражданской обороны: убежища, ПРУ, щели, их устройство, назначение. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях. Оповещение и информирование населения. Эвакуация и рассредоточение. Инженерная защита. Радиационная и химическая защита. Медицинская защита. Подготовка населения в области гражданской обороны и защиты от ЧС.

Основы медицинских знаний. Понятие первой помощи

Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

Понятие травм и их виды. Кровотечения. Приемы оказания первой помощи при разных видах травм и кровотечениях

Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

Неотложные состояния. Сердечно-легочная реанимация

Понятие неотложного состояния. Шок. Коллапс. Клиническая смерть, ее признаки. Неотложная помощь при клинической смерти. Алгоритм базовой сердечно-легочной реанимации. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Освоение дисциплины требует систематического изучения всех тем в той последовательности, в какой они указаны в рабочей программе.

Основными видами учебной работы являются аудиторские занятия. Их цель - расширить базовые знания обучающихся по осваиваемой дисциплине и систему теоретических ориентиров для последующего более глубокого освоения программного материала в ходе самостоятельной работы. Обучающемуся важно помнить, что контактная работа с преподавателем эффективно помогает ему овладеть программным материалом благодаря расстановке необходимых акцентов и удержанию внимания интонационными модуляциями голоса, а также подключением аудио-визуального механизма восприятия информации.

Самостоятельная работа преследует следующие цели:

- закрепление и совершенствование теоретических знаний, полученных на лекционных занятиях;
- формирование навыков подготовки текстовой составляющей информации учебного и научного назначения для размещения в различных информационных системах;
- совершенствование навыков поиска научных публикаций и образовательных ресурсов, размещенных в сети Интернет;
- самоконтроль освоения программного материала.

Обучающемуся необходимо помнить, что результаты самостоятельной работы контролируются преподавателем во время проведения мероприятий текущего контроля и учитываются при промежуточной аттестации.

Обучающимся с ОВЗ и инвалидов предоставляется возможность выбора форм проведения мероприятий текущего контроля, альтернативных формам, предусмотренным рабочей программой дисциплины. Предусматривается возможность увеличения в пределах 1 академического часа времени, отводимого на выполнение контрольных мероприятий.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации.

При проведении текущего контроля применяются оценочные средства, обеспечивающие передачу информации, от обучающегося к преподавателю, с учетом психофизиологических особенностей здоровья обучающихся.

7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

При самостоятельной работе обучающимся следует использовать:

- конспекты лекций;
- литературу из перечня основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля);
- текст лекций на электронных носителях;
- ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимые для освоения дисциплины;
- лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение из перечня информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине;
- методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная:

1. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. <https://urait.ru/bcode/450749>
2. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13550-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. <https://urait.ru/bcode/518397>

Дополнительная:

1. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 638 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16455-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. <https://urait.ru/bcode/531090>
2. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для академического бакалавриата / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 282 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-07354-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. <https://www.urait.ru/bcode/437220>

9. Перечень ресурсов сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины

<http://window.edu.ru> Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»: свободный доступ к каталогу образовательных интернет-р

<http://elibrary.ru> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU, РИНЦ

<http://www.iqlib.ru> Электронно-библиотечная система: образовательные и просветительские издания:

<http://www.gumfak.ru> Электронная гуманитарная библиотека

<http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека

<http://window.edu.ru> Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»

<http://www.iprbookshop.ru> Электронная библиотечная система IPRbooks

<http://elibrary.ru> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

<http://www.pedlib.ru> Педагогическая библиотека

<http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека

<http://window.edu.ru> Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Образовательный процесс по дисциплине **Основы безопасности жизнедеятельности** предполагает использование следующего программного обеспечения и информационных справочных систем:

- презентационные материалы (слайды по темам лекционных и практических занятий);
- доступ в режиме on-line в Электронную библиотечную систему (ЭБС);
- доступ в электронную информационно-образовательную среду университета; тестирование;
- Интернет-сервисы и электронные ресурсы (поисковые системы, электронная почта, профессиональные тематические чаты и форумы).

Перечень необходимого лицензионного и (или) свободно распространяемого программного обеспечения: офисный пакет приложений «LibreOffice»; справочная правовая система «Консультант Плюс».

При освоении материала и выполнении заданий по дисциплине рекомендуется использование материалов, размещенных в Личных кабинетах обучающихся ЕТИС ПГНИУ (**student.psu.ru**).

При организации дистанционной работы и проведении занятий в режиме онлайн могут использоваться:

система видеоконференцсвязи на основе платформы BigBlueButton (<https://bigbluebutton.org/>).

система LMS Moodle (<http://e-learn.psu.ru/>), которая поддерживает возможность использования текстовых материалов и презентаций, аудио- и видеоконтент, а так же тесты, проверяемые задания, задания для совместной работы.

система тестирования Indigo (<https://indigotech.ru/>).

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

Вид работ: лекционные занятия

Материально-техническое обеспечение дисциплины, оснащенность: кабинет безопасности жизнедеятельности, оснащенный презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) с соответствующим программным обеспечением, меловой (и) или маркерной доской.

Вид работ: практические занятия

Материально-техническое обеспечение дисциплины, оснащенность: кабинет безопасности жизнедеятельности, оснащенный презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) с

соответствующим программным обеспечением, меловой (и) или маркерной доской, содержащий:

- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);
- экранно-звуковые пособия;
- роботы-тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации;
- образцы средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи (СИЗ): противогаз ГП-5, ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1.

« » ; . 317 (.2).

Microsoft Windows (-
); Microsoft
Office (); Kaspersky Endpoint Security for Business;
); « »; (

Фонды оценочных средств для аттестации по дисциплине **Основы безопасности жизнедеятельности**

| Знания, умения | Планируемые результаты обучения | Критерии оценивания результатов обучения |
|--|---|---|
| <p>Знание основных составляющих здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него.</p> | <p>Знает основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него.</p> | <p>Неудовлетворительно Не знает основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности</p> <p>Удовлетворительно Частично знает содержание основных составляющих здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности и не всегда может применить эти знания на практике</p> <p>Хорошо Знает содержание основных составляющих здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности, но не всегда может применить эти знания на практике</p> <p>Отлично Знает содержание основных составляющих здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности</p> |
| <p>Знание потенциальной опасности природного, техногенного и социального происхождения,</p> | <p>Знает потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания.</p> | <p>Неудовлетворительно Не знает потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания</p> <p>Удовлетворительно Частично знает потенциальные опасности природного,</p> |

| | | |
|---|---|--|
| <p>характерные для региона проживания.</p> | | <p>техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания и не всегда может применить эти знания на практике</p> <p style="text-align: center;">Хорошо</p> <p>Знает потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания, но не всегда может применить эти знания на практике</p> <p style="text-align: center;">Отлично</p> <p>Знает потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания и может применить эти знания на практике</p> |
| <p>Знание основных задач государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> | <p>Знает основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> | <p style="text-align: center;">Неудовлетворительно</p> <p>Не знает основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> <p style="text-align: center;">Удовлетворительно</p> <p>Частично знает основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и не всегда может применить эти знания на практике</p> <p style="text-align: center;">Хорошо</p> <p>Знает фонетический, морфемный, морфологический и синтаксический уровни языка, их признаки и единицы, но не</p> |

| | | |
|---|---|---|
| | | <p>всегда может применить эти знания на практике</p> <p>Отлично</p> <p>Знает основных задач государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и может применить эти знания на практике</p> |
| <p>Знание основ российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан.</p> | <p>Знает основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан.</p> | <p>Неудовлетворительно</p> <p>Не знает основ российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан.</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично знает основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан и не всегда может применить эти знания на практике</p> <p>Хорошо</p> <p>Знает основ российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан, но не всегда может применить эти знания на практике</p> <p>Отлично</p> <p>Знает основ российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан и может применить эти знания на практике</p> |
| <p>Знание порядка первоначальной постановки на воинский учет,</p> | <p>Знает порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского</p> | <p>Неудовлетворительно</p> <p>Не знает порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>медицинского освидетельствования, призыва на военную службу.</p> | <p>освидетельствования, призыва на военную службу.</p> | <p>освидетельствования, призыва на военную службу</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично знает порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу</p> <p>Хорошо</p> <p>Знает порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу, но не всегда может применить эти знания на практике</p> <p>Отлично</p> <p>Знает порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу и может применить эти знания на практике</p> |
| <p>Знание состава и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> | <p>Знает состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> | <p>Неудовлетворительно</p> <p>Не знает состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично знает состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации и не всегда может применить эти знания на практике</p> <p>Хорошо</p> <p>Знает состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации, но не всегда может применить эти знания на практике</p> <p>Отлично</p> |

| | | |
|---|--|--|
| | | Знает состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации и может применить эти знания на практике |
| Умение владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | Владеет всеми способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | <p>Неудовлетворительно Не владеет всеми способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p> <p>Удовлетворительно Частично владеет способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p> <p>Хорошо Владеет всеми способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p> <p>Отлично Владеет всеми способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p> |
| Умение пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты | Умеет пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты | <p>Неудовлетворительно Не умеет пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты</p> <p>Удовлетворительно Частично умеет пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; не всегда может применить знания на практике</p> <p>Хорошо Умеет пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; не всегда</p> |

| | | |
|--|---|--|
| | | <p>может применить знания на практике</p> <p>Отлично</p> <p>Умеет пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; всегда может применить знания на практике</p> |
| <p>Умение оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе</p> | <p>Умеет оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе</p> | <p>Неудовлетворительно</p> <p>Не умеет оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе</p> <p>Удовлетворительно</p> <p>Частично умеет оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе и не всегда уверенно и оперативно</p> <p>Хорошо</p> <p>Умеет оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе, но не всегда уверенно и оперативно</p> <p>Отлично</p> <p>Умеет оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе</p> |

Оценочные средства текущего контроля и промежуточной аттестации

Схема доставки : Базовая

Вид мероприятия промежуточной аттестации: Не предусмотрено

Максимальное количество баллов : 100

| Мероприятие текущего контроля | Контролируемые элементы результатов обучения |
|---|--|
| Здоровье и здоровый образ жизни Входное тестирование | Знать понятие здоровья, факторы формирования здоровья, негативное влияние вредных привычек на состояние здоровья человека, правила безопасности дорожного движения пешехода. Уметь применять знания о здоровье и здоровом образе жизни при организации своей жизнедеятельности, соблюдать правила дорожного движения. |
| Факторы, способствующие укреплению здоровья Защищаемое контрольное мероприятие | Знать факторы формирования здоровья человека (наследственность, окружающая среда, медицинское обслуживание, образ жизни; составляющие здорового образа жизни (двигательная активность, рациональное питание, отсутствие вредных привычек, стрессоустойчивость, психорегуляция). Уметь соблюдать принципы здорового образа жизни |
| Правила и безопасность дорожного движения Письменное контрольное мероприятие | Знать правила дорожного движения для пешехода, значение дорожных знаков причины дорожно-транспортного травматизма у детей и подростков. Уметь соблюдать правила дорожного движения для пешеходов в повседневной жизни |
| Государственная система обеспечения безопасности населения. РСЧС, ее цель, задачи, структура Итоговое контрольное мероприятие | Знать предназначение, структуру, задачи РСЧС для защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Уметь действовать по сигналам РСЧС. |

Спецификация мероприятий текущего контроля

Здоровье и здоровый образ жизни

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **0**

Проходной балл: **0**

| Показатели оценивания | Баллы |
|--|-------|
| Уметь:- применять знания о здоровье и здоровом образе жизни при организации своей жизнедеятельности,- соблюдать правила дорожного движения. | 15 |
| Знать:- понятие здоровья, факторы формирования здоровья,- негативное влияние вредных привычек на состояние здоровья человека,- правила безопасности дорожного движения пешехода. | 15 |

Факторы, способствующие укреплению здоровья

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **15**

| Показатели оценивания | Баллы |
|--|-------|
| Уметь:- соблюдать принципы здорового образа жизни | 15 |
| Знать:- факторы формирования здоровья человека (наследственность, окружающая среда, медицинское обслуживание, образ жизни;- составляющие здорового образа жизни (двигательная активность, рациональное питание, отсутствие вредных привычек, стрессоустойчивость, психорегуляция). | 15 |

Правила и безопасность дорожного движения

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **15**

| Показатели оценивания | Баллы |
|---|-------|
| Уметь применять ПДД на практике | 15 |
| Знать модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения; | 15 |

Государственная система обеспечения безопасности населения. РСЧС, ее цель, задачи, структура

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **40**

Проходной балл: **20**

| Показатели оценивания | Баллы |
|--|-------|
| Уметь действовать по сигналам РСЧС. | 20 |
| Знать предназначение, структуру, задачи РСЧС для защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. | 20 |

Вид мероприятия промежуточной аттестации: Не предусмотрено

Максимальное количество баллов : 100

| Мероприятие текущего контроля | Контролируемые элементы результатов обучения |
|--|---|
| Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания Защищаемое контрольное мероприятие | Знать характеристику ЧС природного характера, в том числе вероятных для Пермского края; характеристику ЧС техногенного характера, в том числе вероятных для Пермского края. Уметь идентифицировать опасности природного и техногенного характера; принимать решения о действиях в ЧС природного и техногенного характера |
| Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны Письменное контрольное мероприятие | Знать задачи, структуру, службы, силы ГОСИЗ органов дыхания, кожи, медицинские. Уметь применять СИЗ органов дыхания, кожи, медицинские при ЧС природного и техногенного характера. |
| Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени Итоговое контрольное мероприятие | Знать характеристику и особенности защитных сооружений гражданской обороны. Уметь укрыться в защитных сооружениях гражданской обороны в зависимости от поражающего фактора |

Спецификация мероприятий текущего контроля

Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: 15

| Показатели оценивания | Баллы |
|---|-------|
| Уметь: идентифицировать опасности природного и техногенного характерапринимать решения о действиях в ЧС природного и техногенного характера | 15 |
| Знать: характеристику ЧС природного характера, в том числе вероятных для Пермского краяхарактеристику ЧС техногенного характера, в том числе вероятных для Пермского края | 15 |

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: 15

| Показатели оценивания | Баллы |
|--|-------|
| Уметь: применять СИЗ органов дыхания, кожи, медицинские при ЧС природного и техногенного характера | 15 |
| Знать: задачи, структуру, службы,силы ГОСИЗ органов дыхания, кожи, медицинские | 15 |

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **40**

Проходной балл: 20

| Показатели оценивания | Баллы |
|---|-------|
| Уметь: укрыться в защитных сооружениях гражданской обороны в зависимости от поражающего фактора | 20 |
| Знать характеристику и особенности защитных сооружений гражданской обороны | 20 |

Вид мероприятия промежуточной аттестации : Дифференцированный зачет

Способ проведения мероприятия промежуточной аттестации: Оценка по дисциплине в рамках промежуточной аттестации определяется на основе баллов, набранных обучающимся на контрольных мероприятиях, проводимых в течение учебного периода.

Максимальное количество баллов : 100

Конвертация баллов в отметки «

отлично» - от 81 до 100

«хорошо» - от 61 до 80

«удовлетворительно» - от 50 до 60

«неудовлетворительно» / «незачтено» менее 50 балла

| Мероприятие текущего контроля | Контролируемые элементы результатов обучения |
|---|---|
| Основы медицинских знаний. Понятие первой помощи Письменное контрольное мероприятие | Знать понятие первой помощи, показания к ее применению. Уметь принимать решение по оказанию первой помощи в ЧС |
| Понятие травм и их виды. Кровотечения. Приемы оказания первой помощи при разных видах травм и кровотечениях Защищаемое контрольное мероприятие | Знать виды травм и кровотечений, приемы оказания первой помощи при травмах и кровотечениях. Уметь оказывать первую помощь при травмах и кровотечениях. |
| Неотложные состояния. Сердечно-легочная реанимация Итоговое контрольное мероприятие | Знать виды неотложных состояний, алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации. Уметь проводить сердечно-легочную реанимацию при неотложных состояниях. |

Спецификация мероприятий текущего контроля

Основы медицинских знаний. Понятие первой помощи

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **1 часа**

Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**

Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**

Проходной балл: **15**

| Показатели оценивания | Баллы |
|--|--------------|
| Знать понятие первой помощи, показания к ее применению | 15 |
| Уметь принимать решение по оказанию первой помощи в ЧС | 15 |

Понятие травм и их виды. Кровотечения. Приемы оказания первой помощи при разных видах травм и кровотечениях

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**
Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**
Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **30**
Проходной балл: **15**

| Показатели оценивания | Баллы |
|--|--------------|
| Уметь оказывать первую помощь при травмах и кровотечениях | 15 |
| Знать виды травм и кровотечений, приемы оказания первой помощи при травмах и кровотечениях | 15 |

Неотложные состояния. Сердечно-легочная реанимация

Продолжительность проведения мероприятия промежуточной аттестации: **2 часа**
Условия проведения мероприятия: **в часы аудиторной работы**
Максимальный балл, выставляемый за мероприятие промежуточной аттестации: **40**
Проходной балл: **20**

| Показатели оценивания | Баллы |
|---|--------------|
| Уметь проводить сердечно-легочную реанимацию при неотложных состояниях | 20 |
| Знать виды неотложных состояний, алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации | 20 |