

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Богатырёв Дмитрий Кириллович

Должность: Ректор

Дата подписания: 05.12.2024 12:25:59

Уникальный программный ключ:

dda1af705f677e4f7a7c7f6a8996df8089a02352bf4308e9ba73f78a8a6f19105

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«РУССКАЯ ХРИСТИАНСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ АКАДЕМИЯ
им. Ф.М. Достоевского»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Обязательная часть

"Безопасность жизнедеятельности"

**ОСНОВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ БАКАЛАВРА**

ПО НАПРАВЛЕНИЮ

44.03.01 Педагогическое образование

профиль «Преподавание отечественного языка и культуры»

Квалификация выпускника Бакалавр

Форма обучения очная

Срок освоения ОПОП 4 года

Кафедра культурологии, педагогики и искусств

Утверждено на заседании УМС
Протокол № 14/06-2024 от 25.06.2024 г.

Санкт-Петербург

СОДЕРЖАНИЕ

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Цель и задачи освоения учебной дисциплины (модуля)
- 1.2. Место учебной дисциплины (модуля) в структуре ОПОП
- 1.3. Роль дисциплины в формировании компетенций выпускника
- 1.4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
- 1.5. Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания.

II. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

III. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

- 3.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам, и виды контактной работы с обучающимися
- 3.2. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине

IV. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

- 4.1. Структура фонда оценочных средств
- 4.2. Содержание фонда оценочных средств
- 4.3. Инструменты контроля знаний и степени освоения компетенций

V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

- 5.1. Основная литература
- 5.2. Дополнительная литература
- 5.3. Программное обеспечение: общесистемное и прикладное программное обеспечение
- 5.4. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы
- 5.5. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

VI. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

VII. СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ УСЛОВИЯ ИНВАЛИДАМ И ЛИЦАМ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

VIII. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ.

Приложение 1.

I. Организационно-методический раздел

1.1. Цель и задачи освоения учебной дисциплины.

Целью освоения дисциплины является формирование компетенций, направленных на развитие у обучающихся профессиональной культуры безопасности, то есть способности использовать знания, умения и навыки защиты и первой помощи для обеспечения безопасности в бытовой и профессиональной деятельности, для профилактики чрезвычайных ситуаций и выживания в условиях чрезвычайной ситуации.

Для достижения поставленной цели предусматривается выполнение следующих **задач**:

- усвоение обучающимися знаний о влиянии факторов окружающей среды на здоровье человека, навыков грамотной оценки состояния среды обитания, идентификации вредных и опасных факторов в окружающей среде; использования методов, средств и технологий для защиты населения, и окружающей среды от влияния опасных факторов;
- формирование навыков оценки состояния своего здоровья, следования основам здорового образа жизни, оказания первой медицинской помощи;
- формирование культуры профессиональной безопасности, умения применять профессиональные знания для обеспечения безопасности условий труда в сфере своей профессиональной деятельности.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к Обязательной части блока Б1, изучается в 4 семестре. Аттестация по дисциплине осуществляется в форме зачета в 4 семестре.

Основные знания, необходимые для освоения дисциплины, формируются на базе навыков, приобретенных в ходе получения среднего общего образования.

Перечень учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной: Преддипломная практика.

1.3. Роль дисциплины в формировании компетенций выпускника.

Дисциплина является составляющей в процессе освоения компетенции УК-8.

1.4. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

В результате освоения ОПОП обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

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

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Безопасность жизнедеятельности	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих. УК-8.2 Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения. УК-8.3 Создает и поддерживает безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

1.5. Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания

УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности и для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов (УК-8.1, УК-8.2, УК-8.3)	1	Не оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	Плохо оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.	Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих, но допускает ошибки.	Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.
		Не использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.	С трудом использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.	Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения, но допускает ошибки.	Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.
		Не создает и не поддерживает безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	С трудом создает и поддерживает безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	Создает и поддерживает безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций, но допускает ошибки.	Создает и поддерживает безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.

* - Формирование компетенций проходит в 3 этапа: 1-2 курс -1-й этап; 3 курс -2-й этап; 4 курс (4-5 курс -при очно-заочной и заочной формах обучения) -3-й этап -при освоении ОПОП бакалавриата

II. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

Дисциплина / семестр	Вид учебной работы				
	Лекционные и практические занятия	Самостоятельная работа	Консультации	Промежуточная аттестация / семестр	Контроль
Безопасность жизнедеятельности / 4	36	35,8	-	Зачет /4	0,2
Всего					72

III. Содержание дисциплины с указанием отведенного количества академических часов, видов учебных занятий и форм текущего контроля

3.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам, и виды контактной работы с обучающимися

№	Название темы с кратким содержанием	Контактная работа с обучающимися			
		Лекции	Практические занятия	Формы текущего контроля	Формируемые компетенции
1.	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.	2	4	Опрос	УК-8 (УК 8.1, УК 8.2, УК 8.3)
2.	Основные направления безопасности жизнедеятельности.	4	2	Опрос	УК-8 (УК 8.1, УК 8.2, УК 8.3)
3.	Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них.	2	4	Опрос	УК-8 (УК 8.1, УК 8.2, УК 8.3)
4.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них.	4	2	Опрос	УК-8 (УК 8.1, УК 8.2, УК 8.3)
5.	Гражданская оборона и защита человека в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени..	2	4	Опрос	УК-8 (УК 8.1, УК 8.2, УК 8.3)
6.	Основы учения о здоровье.	4	2	Опрос	УК-8 (УК 8.1, УК 8.2, УК 8.3)
Итого		18	18		

Содержание курса

- 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.** Предмет и задачи дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Личностные факторы, определяющие безопасность жизнедеятельности. Система «человек - социальная среда», в контексте безопасности жизнедеятельности. Правовое регулирование и органы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- 2. Основные направления безопасности жизнедеятельности.** Информационная безопасность, экологическая безопасность, экономическая безопасность.
- 3. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них.** Сущность, содержание, правила поведения.
- 4. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них.** Сущность, содержание, правила поведения.
- 5. Гражданская оборона и защита человека в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.** Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них. Массовые беспорядки. Сущность, содержание, правила поведения. Терроризм как реальная угроза безопасности в современном мире. Криминальные угрозы и защита от них. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций.
- 6. Основы учения о здоровье.** Основы учения о болезни. Первая медицинская помощь, ее значение, виды и методы; контроль эффективности ее оказания. Инфекционные заболевания, их профилактика и противоэпидемические меры в очаге инфекции. Первая помощь при травмах, профилактика детского и подросткового травматизма.

3.2. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине.

Самостоятельная работа	Всего часов по учебному плану	Объем по семестрам
Проработка лекций, подготовка к практическим занятиям, выполнение эскизов.	35,8	35,8

IV. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

4.1 Структура фонда оценочных средств

Наименование раздела (темы) дисциплины	Код и наименование компетенций	Индикатор достижения компетенции	Оценочные средства текущего контроля/промежуточной аттестации
1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности	УК-8.1 УК-8.2 УК-8.3	Опрос

	для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов		
2. Основные направления обеспечения безопасности жизнедеятельности	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.2	Опрос
3. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1 УК-8.2	Опрос
4. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.2	Доклад с презентацией

5. Гражданская оборона и защита человека в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессионально й деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1 УК-8.2 УК-8.3	Тест
6. Основы учения о здоровье	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессионально й деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1 УК-8.2 УК-8.3	Реферат

4.2. Содержание фонда оценочных средств

4.2.1. Вопросы для опросов текущего контроля:

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ *Контрольные вопросы*

Дайте развернутый ответ на каждый вопрос

1. Перечислите основные законодательные и нормативно-правовые акты по вопросам «Безопасности жизнедеятельности».
2. Роль безопасности жизнедеятельности в жизни человека?
3. Чрезвычайные ситуации – понятие, основные виды.
4. Раскройте организационную структуру Всероссийской Службы Медицины катастроф (ВСМК). Ее основные задачи.
5. Раскройте организацию и способы защиты населения от ЧС.
6. Назовите органы государственного управления безопасностью: органы управления, надзора и контроля за безопасностью, их основные функции, права и обязанности.

2. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ *Контрольные вопросы*

Дайте развернутый ответ на каждый вопрос.

1. Назовите характерные системы «человек – среда обитания». Производственная, городская, бытовая, природная среда.
2. Перечислите метеорологические условия (микроклимат), их параметры и влияние на жизнедеятельность человека.
3. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу распространения?
4. Классификация чрезвычайных ситуаций по темпу развития?
5. Классификация чрезвычайных ситуаций по происхождению?
6. Назовите основные негативные факторы воздействия на человека?

3. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА И ЗАЩИТА ОТ НИХ

Контрольные вопросы

Дайте развернутый ответ на каждый вопрос.

1. Природная чрезвычайная ситуация (ЧС) – это...?
2. Стихийное бедствие – это...?
3. Опасное природное явление – это...?
4. ЧС природного характера – это...?
5. Классификация природных ЧС?
6. Морские гидрологические опасные явления?
7. Инфекционная заболеваемость людей подразделяется на...?
8. Назовите возможные причины стихийных бедствий?

4. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА И ЗАЩИТА ОТ НИХ

Подготовьте доклад и презентацию к нему (не более 4 листов текста и 10 слайдов) по одной из обозначенных ниже тем. При отборе материала учитывайте специфику целевой аудитории. Материал должен излагаться простым языком. Не допускается перегруженность материала терминами. Текст должен сопровождаться визуальными образами с пояснениями. Изложение должно включать примеры, иллюстрирующие основные положения презентации.

Темы докладов:

Основные причины возникновения техногенных опасностей и меры по их противодействию.

Угрозы чрезвычайных ситуаций техногенного характера и меры профилактики.

Мировой опыт предотвращения чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Рекомендации по разработке презентации.

1. Разработка дизайна презентации

Важным моментом является выбор общего стиля презентации, унифицированной структуры и формы представления учебного материала на всем занятии. Стил ь включает в себя:

- 1 - общую схему шаблона: способ размещения информационных блоков;
 - 2 - общую цветовую схему дизайна слайда;
 - 3 - цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
 - 4 - параметры шрифтов (гарнитура, цвет, размер) и их оформления (эффекты),
 - 5 - способы оформления иллюстраций, схем, диаграмм, таблиц и др.
- Когда определена **категория обучающихся**, то сделать выбор стиля становится

проще. Если для взрослой аудитории можно включать в презентацию схемы, графики, черно-белые фотографии, то для юных студентов нужно этих элементов избегать. Если в первом случае допустимо включать числовые значения величин, то во втором это должны быть преимущественно величины сравнительные. Эстетические качества учебной презентации особенно важны для младших обучающихся. Они мыслят формами, красками, звуками, именно отсюда вытекает необходимость наглядного обучения вообще, которое строится не на отвлеченных понятиях и словах, а на конкретных образах, непосредственно воспринимаемых зрителями.

Дизайн презентации должен **соответствовать ситуации**. К примеру, если это тест, чтобы проверить быстро домашнее задание, то картинки, анимация и т.п. вообще не нужны, а если это игра – то наоборот, яркость не помешает (в умеренных дозах, естественно).

Вся презентация должна выполняться **в одной цветовой палитре**, что создает у обучающегося ощущение связности, преемственности, стильности, комфортности. Для сохранения единообразия презентации начинающим пользователям лучше использовать шаблон презентации PowerPoint.

Рекомендуется выделять отдельные куски текста цветом; отдельные ячейки таблицы или всю таблицу цветом (фон ячейки или фон таблицы). Вся презентация выполняется в одной цветовой палитре, обычно на базе одного шаблона.

Согласно нормативам, в учебных презентациях для детей и подростков не допускается применять:

- 1 - более 4 цветов на одной электронной странице;
- 2 - красный фон.

Очень важным является **фон слайдов**. Являясь элементом заднего (второго) плана, фон должен выделять, оттенять, подчеркивать информацию, находящуюся на слайде, но не заслонять ее. Серьезные презентации не должны быть пестрыми, содержать яркие, «ядовитые» цвета и менять цветовую гамму от слайда к слайду. Если презентация состоит из нескольких больших тем, то каждая тема может иметь свою цветовую гамму, но не сильно отличаться от общей цветовой гаммы презентации. Не стоит делать фон слишком пестрым, это отвлекает аудиторию и затрудняет чтение текста.

Для фона предпочтительны холодные тона или нейтральные тона: светло-розовый, серо-голубой, желто-зеленый, коричневый. Легкие пастельные тона лучше подходят для фона, чем белый цвет. С другой стороны, белое пространство признается одним из сильнейших средств выразительности.

Поскольку фон создает определенное настроение у аудитории и должен соответствовать теме презентации, то иногда целесообразно использование "тематического" фона: сочетание цветов, несущие смысловую нагрузку и т.п.

После ввода текста необходимо определиться с его расположением на каждом слайде, продумать его форматирование, т.е. определить размер, цвет шрифта, заголовков и основного текста. При подборе цвета текста помните, что **текст должен быть «читаем»**, т. е. фон слайдов не должен «глушить» текст.

Не рекомендуется использовать **переносы слов**, а также наклонное и вертикальное расположение подписей и текстовых блоков.

При создании мультимедийного пособия предполагается ограничиться использованием двух или трех типов шрифта.

Учитывая, что **шрифты без засечек** – гладкие, плакатные – (типа **Arial, Tahoma, Verdana** и т.п.) легче читать с большого расстояния, чем шрифты с засечками (типа Times), то для основного текста предпочтительно использовать плакатные шрифты; для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем и не контрастирует с основным шрифтом.

Рекомендуемые размеры шрифтов: для **заголовков** 32-50, оптимально – **36**; для **основного текста**: 18–32, оптимально – **24**.

Не следует злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных), поэтому их допустимо использовать только для смыслового выделения небольших фрагментов текста.

Наиболее **важный материал**, требующий обязательного усвоения, желательно **выделить ярче** для включения ассоциативной зрительной памяти. Для выделения информации следует использовать цвет, жирный и/или курсивный шрифт.

Выделение подчеркиванием обычно ассоциируется с гиперссылкой, поэтому использовать его для иных целей не рекомендуется.

Целесообразно применение различных маркеров (◆▶●■) для выделения элементов текста (**маркированные списки**).

2. Подготовка медиафрагментов (тексты, иллюстрации, аудиофрагменты, видеофрагменты, анимация)

Тексты презентации не должны быть большими. Учебная презентация – это иллюстративный ряд к занятию, не учебник и не конспект. Выгоднее использовать сжатый, информационный стиль изложения материала. Нужно будет суметь вместить максимум информации в минимум слов, привлечь и удержать внимание обучающихся. Однако в мультимедийной презентации может содержаться дополнительный материал, а также материал для углубленного изучения темы. Профессионалы по разработке презентаций советуют использовать на слайде не более тридцати слов и пяти пунктов списка.

Рекомендуется:

- 1 - использование коротких слов и предложений, минимум предлогов, наречий, прилагательных;
- 2 - использование нумерованных и маркированных списков вместо сплошного текста;
- 3 - горизонтальное расположение текстовой информации, в т.ч. и в таблицах;
- 4 - каждому положению, идее должен быть отведен отдельный абзац текста;
- 5 - основную идею абзаца располагать в самом начале – в первой строке абзаца;
- 6 - идеально, если на слайде только заголовок, изображение (фотография, рисунок, диаграмма, схема, таблица и т.п.) и подпись к ней.

Размещенные в презентации графические объекты должны быть, в первую очередь, оптимизированными, четкими и с хорошим разрешением. Графические объекты не располагаются в середине текста, это плохо смотрится.

5. ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ МИРНОГО И ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ

ТЕСТ

Выберите правильный вариант ответа

Вопрос 1. *Безопасность жизнедеятельности рассматривает*

- 1) безопасность в бытовой сфере;
- 2) безопасность в городской сфере;
- 3) безопасность в окружающей природной среде и чрезвычайные ситуации мирного и военного времени;
- 4) безопасность в производственной сфере;
- 5) безопасность во всех перечисленных сферах.

Вопрос 2. *Безопасным для жизни считается напряжение:*

- 1) не выше 42 В – для сухих отапливаемых помещений с токонепроводящими полами помещений без повышенной опасности; не выше 24 В – для помещений с

повышенной опасностью (металлические, земляные, кирпичные полы, сырость); не выше 10 В – для особо опасных помещений, имеющих химически активную среду;

2) не выше 42 В – для сухих отапливаемых помещений с токонепроводящими полами помещений без повышенной опасности; не выше 24 В – для помещений с повышенной опасностью (металлические, земляные, кирпичные полы, сырость); не выше 12 В – для особо опасных помещений, имеющих химически активную среду;

3) не выше 24 В – для сухих отапливаемых помещений с токонепроводящими полами помещений без повышенной опасности; не выше 12 В – для помещений с повышенной опасностью (металлические, земляные, кирпичные полы, сырость); не выше 6 В – для особо опасных помещений, имеющих химически активную среду;

4) не выше 36 В – для сухих отапливаемых помещений с токонепроводящими полами помещений без повышенной опасности; не выше 24 В – для помещений с повышенной опасностью (металлические, земляные, кирпичные полы, сырость); не выше 12 В – для особо опасных помещений, имеющих химически активную среду;

5) не выше 42 В – для сухих отапливаемых помещений с токонепроводящими полами помещений без повышенной опасности; не выше 36 В – для помещений с повышенной опасностью (металлические, земляные, кирпичные полы, сырость); не выше 12 В – для особо опасных помещений, имеющих химически активную среду.

Вопрос 3. В первую очередь при одновременном заражении опасными веществами обеззараживаются:

- 1) бактериальные средства;
- 2) биологически активные вещества;
- 3) нефтепродукты;
- 4) радиоактивные вещества;
- 5) сильнодействующие ядовитые вещества.

Вопрос 4. Важнейшими характеристиками химически опасных веществ являются:

- 1) ПДК, ПДВ, предельно допустимый сброс (ПДС), предел переносимости;
- 2) ПДК, токсичность, пороговая концентрация, предел переносимости;
- 3) ПДК, токсодоза, пороговая концентрация, предельно допустимый выброс (ПДВ);
- 4) пороговая концентрация, предел переносимости, средняя смертельная токсодоза (LD50), средняя смертельная концентрация (LC50);
- 5) токсичность, ПДК, токсодоза, пороговая концентрация.

Вопрос 5. Все инструкции по охране труда на предприятиях переутверждают и пересматривают:

- 1) 1 раз в 3 года, при авариях и изменении условий труда;
- 2) 1 раз в 5 лет, при авариях и несчастных случаях и при изменении технологических процессов и условий труда;
- 3) 1 раз в 5 лет и только при несчастных случаях;
- 4) ежегодно и при авариях и несчастных случаях, при изменении технологических процессов;
- 5) ежемесячно и при изменении технологических процессов.

Вопрос 6. Гражданская оборона – это система:

- 1) мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении или вследствие военных действий;
- 2) мероприятий по прогнозированию, предотвращению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в военное время;

- 3) научного прогнозирования и контроля по предотвращению чрезвычайных ситуаций;
- 4) обеспечения постоянной готовности органов государственного управления к быстрым и эффективным действиям по организации первоочередного жизнеобеспечения населения при ведении военных действий на территории Российской Федерации;
- 5) обеспечения безопасности населения в военное время.

Вопрос 7. Для объекта основным планирующим документом по предупреждению и ликвидации ЧС является:

- 1) план действий объекта по предупреждению и ликвидации ЧС;
- 2) план защиты от радиационного, химического и бактериального заражения;
- 3) план локализации аварийных ситуаций;
- 4) план по обеспечению защиты персонала при разных видах ЧС;
- 5) план подготовки населения защите от ЧС.

Вопрос 8. Для остановки кровотечения из сосудов кисти или предплечья можно использовать следующий метод:

- 1) максимально отвести плечи пострадавшего назад и зафиксировать их за спиной широким бинтом;
- 2) наложить давящую повязку на поражённое место;
- 3) поместить в локтевой сустав валик из скатанной материи, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу;
- 4) согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу.

Вопрос 9. Для очистки газопылевых выбросов (пылеулавливающее оборудование) применяют:

- 1) аппараты сухой и мокрой очистки, «циклоны», воздушные и тканевые фильтры;
- 2) аппараты сухой и мокрой очистки, фильтрационной и электрофильтрационной очистки;
- 3) аппараты фильтрационной очистки, сухие электрофильтры, центробежные насосы;
- 4) мокрые электрофильтры, аппараты электрофильтрационной очистки, ротационные пылеулавливатели;
- 5) скруббер Вентури, зернистые и волокнистые фильтры, мокрые электрофильтры.

Вопрос 10. Для тушения электроустановок, находящихся под напряжением, применяют огнетушители:

- 1) воздушно-пенные (ОВП-5, 10), порошковые (ОПС-10);
- 2) порошковые (ОПС-10), углекислотные (ОУ-5,8);
- 3) углекислотные (ОУ-5,8), углекислотно-бромэтиловые (ОУБ-7);
- 4) химические пенные (ОХП-10), воздушно-пенные (ОВП-5);
- 5) химические пенные (ОХП-10), углекислотные (ОУ-5,8).

Вопрос 11. Доза однократного облучения при отсутствии медицинской помощи является абсолютно смертельной:

- 1) 100–200 бэр;
- 2) 200–300 бэр;
- 3) 400–500 бэр;
- 4) 500–600 бэр;

Вопрос 12. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РС ЧС) предназначена для

- 1) защиты населения и национального достояния от воздействия катастроф, аварий, стихийных бедствий;
- 2) наблюдения и контроля над состоянием окружающей среды и обстановкой на потенциально опасных объектах;
- 3) оказания экстренной медицинской помощи;
- 4) предупреждения и ликвидации ЧС;
- 5) снижения вероятности возникновения ЧС.

Вопрос 13. Если во время наводнения вода застала вас в поле, то вы:

- 1) если поблизости есть стог сена или скирда соломы, заберётесь на них;
- 2) останетесь на месте и будете ждать помощи;
- 3) попытаетесь убежать от надвигающегося потока под углом 45° к нему;
- 4) попытаетесь убежать от надвигающегося потока под углом 90° к нему;
- 5) срочно будете выходить на возвышенное место.

Вопрос 14. Завывание сирен, прерывистые гудки предприятий означают сигнал:

- 1) «Внимание всем!»;
- 2) «Воздушная тревога!»;
- 3) «Отбой воздушной тревоги!»;
- 4) «Радиационная опасность!»;
- 5) «Химическая тревога!».

Вопрос 15. Интегральным показателем безопасности жизнедеятельности является:

- 1) защита от воздействия опасных и вредных факторов производственной среды;
- 2) защита от всех видов опасности;
- 3) продолжительность жизни;
- 4) соблюдение правил техники безопасности на производстве и в быту;
- 5) соблюдение производственной санитарии.

Вопрос 16. Искусственное сооружение или природное препятствие на пути водотока, создающее разницу уровней по руслу реки, – это:

- 1) волнорез;
- 2) дамба;
- 3) насыпь
- 4) перешеек;
- 5) плотина.

Вопрос 17. Источниками техногенных опасностей являются элементы:

- 1) биосферы;
- 2) гидросферы;
- 3) распада элементарных частиц;
- 4) стратосферы
- 5) техносферы.

Вопрос 18. К первичным средствам тушения пожара относят:

- 1) внутренние пожарные краны, огнетушители, песок, одеяла, кошмы, лопаты и совки, топоры и багры, асбестовые покрывала;
- 2) воду, песок, инертные газы, пену;
- 3) воздушно-механическую пену, поваренную соль, хлорид натрия;
- 4) огнетушители химические, пенные, газовые, углекислотные, песок;
- 5) поташ, квасцы, сухую землю, ведра.

Вопрос 19. К чрезвычайным ситуациям природного характера относятся:

- 1) бури, ураганы, падение летательных аппаратов с ядерными энергетическими установками на борту, выброс в атмосферу сильно действующих ядовитых веществ;
- 2) заторы льда на реках, оползни, сели, сход ледников, столкновение кораблей на море;
- 3) землетрясения, извержения вулканов, наводнения, сели, оползни, ураганы, смерчи, бури, природные пожары;
- 4) наводнения, природные пожары, катастрофы, сели, смерчи, цунами;
- 5) цунами, вихри, взрывы в жилых домах, авиационные катастрофы, снежные лавины.

Вопрос 20. Лесной пожар, распространившийся на площади 0,2–2 га, называется:

- 1) загоранием;
- 2) малым;
- 3) средним
- 4) крупным;
- 5) огневым шквалом.

6. ОСНОВЫ УЧЕНИЯ О ЗДОРОВЬЕ

Напишите реферат и подготовьте презентацию к нему. При написании реферата следуйте приведенным ниже требованиям:

реферат должен содержать оглавление в программе MicrosoftWord, таблицу и диаграмму (график).

к реферату, также необходимо подготовить, презентацию в программе MicrosoftPowerPoint.;

реферат и презентацию к нему прикрепить в ЭИОС;

реферат и презентация к нему должны содержать от 7 до 14 страниц (слайдов) каждый;

Структура:

оформление титульного листа;

используйте нумерацию страниц;

используйте разрывы разделов;

введение;

заключение (выводы);

список используемой литературы.

Требования к оформлению реферата (Файл - "*.DOCX"):

Все страницы файла автореферата должны быть строго формата А4 (210×297 мм). Тип шрифта – TimesNewRoman. Размер шрифта основного текста – 14 пт, размер шрифта сносок и пр. – не менее 12 пт. Межстрочный интервал – 1,5. Поля: верхнее и нижнее - 2 см, правое – 1 см, левое – 3 см. Абзацный отступ 1.25.

Рекомендации по разработке презентации.

Презентация – это представление информации для некоторой целевой аудитории, с использованием разнообразных средств привлечения внимания и изложения материала.

Очень важен выбор оптимального объема презентации, он зависит от цели, для которой создается презентация, от предполагаемого способа ее использования (изучение нового материала, практическое занятие, лекция и т.д.), а также от контингента учащихся (их возраста, подготовки и т.п.). Количество слайдов на доклад: не менее 10 – не более 20 (20-25 минут на весь сценарий, 1-2 минуты на слайд).

Логическая последовательность создания презентации (этапы подготовки):

структуризация учебного материала;
составление сценария реализации учебного материала;
разработка дизайна презентации;
подготовка медиафрагментов (тексты, иллюстрации, аудиофрагменты, видеофрагменты, анимация);
тестирование-проверка, доводка презентации.

1. Структуризация учебного материала

На основе учебной литературы отбирается необходимая содержательная часть, формулируются основные тезисы, определяются ключевые моменты и ключевые слова, то есть выстраивается концепция занятия – прежде чем приступить к работе над презентацией, следует добиться полного понимания того, о чем вы собираетесь рассказывать. Преподаватель, создающий и использующий мультимедийные учебные презентации, вынужден обращать огромное внимание на логику подачи учебного материала, что положительным образом сказывается на уровне знаний учащихся.

2. Составление сценария реализации учебного материала

Презентация со сценарием – показ слайдов под управлением ведущего, а в нашем случае – педагога. Такие презентации могут содержать "плывущие" по экрану титры, анимированный текст, диаграммы, графики и другие иллюстрации. При этом, автор должен понимать, что объекты, особенно меняющие положение, должны быть обоснованы целью презентации. Сами по себе это объекты отвлекают внимание и могут мешать воспринимать информацию. Порядок смены слайдов, а также время демонстрации каждого слайда определяет докладчик. Он же произносит текст, комментирующий видеоряд презентации.

Работу стоит **начинать с составления плана** будущей презентации. Желательно, чтобы план был подробным. Необходимо на бумаге нарисовать структуру презентации, схематическое изображение слайдов и прикинуть, какой текст, рисунки, фотографии или другие материалы будут включены в тот или другой слайд. Составляется список рисунков, фотографий, звуковых файлов, видеороликов (если они необходимы), которые будут размещены в презентации. Определяется текстовая часть презентации.

Текст на слайде зрители практически не воспринимают. Поэтому в презентациях (в особенности гуманитарного профиля) лучше оставить текст только в виде имен, названий, числовых значений, коротких цитат. Текстовая информация заменяется схемами, диаграммами, рисунками, фотографиями, анимациями, фрагментами фильмов. Если невозможно избежать текстовой информации, то на слайде должно присутствовать не более трех мелких фактов и не более одного важного. Кроме того, понятия и абстрактные положения до сознания зрителя доходят легче, когда они подкрепляются конкретными фактами, примерами и образами; и потому для раскрытия их необходимо использовать различные виды наглядности. В то же время возможно только необходимое использование анимации и эффектов.

Лучше избегать обилия цифр. **Числовые величины** имеет смысл заменить сравнениями. Однако на этом пути тоже необходимо соблюдать чувство меры. Опыт работы показывает, что поток одних только ярких изображений воспринимается тоже не очень хорошо. Внимание, вначале произвольное, быстро падает, переходя в произвольное, поддержание которого требует уже больших усилий, как со стороны лектора, так и со стороны зрителей.

Хороший результат по переключению внимания дает **применение видеофрагментов**, особенно озвученных. Они почти всегда вызывают оживление в аудитории. Зрители устают от голоса одного лектора, а здесь внимание переключается, и тем самым поддерживается острота восприятия.

Не перегружайте слайды лишними деталями. Иногда лучше вместо одного сложного слайда представить несколько простых. Не следует пытаться "затолкать" в один слайд слишком много информации. Неудачные слайды необходимо объединить с

другими, переместить или удалить вообще.

Целесообразней создавать не полную презентацию к занятию, а **фрагменты – модули**, которые можно включать в доклад на определенных этапах – игры, тесты, интерактивные плакаты, видео и флеш-ролики.

3. Разработка дизайна презентации

Важным моментом является выбор общего стиля презентации, унифицированной структуры и формы представления учебного материала. Стиль включает в себя:

- 1 - общую схему шаблона: способ размещения информационных блоков;
- 2 - общую цветовую схему дизайна слайда;
- 3 - цвет фона или фоновый рисунок, декоративный элемент небольшого размера и др.;
- 4 - параметры шрифтов (гарнитура, цвет, размер) и их оформления (эффекты),
- 5 - способы оформления иллюстраций, схем, диаграмм, таблиц и др.

Когда определена **категория обучающихся**, то сделать выбор стиля становится проще. Если для взрослой аудитории можно включать в презентацию схемы, графики, черно-белые фотографии, то для юных студентов нужно этих элементов избегать. Если в первом случае допустимо включать числовые значения величин, то во втором это должны быть преимущественно величины сравнительные. Эстетические качества учебной презентации особенно важны. Они мыслят формами, красками, звуками, именно отсюда вытекает необходимость наглядного обучения вообще, которое строится не на отвлеченных понятиях и словах, а на конкретных образах, непосредственно воспринимаемых зрителями.

Дизайн презентации должен **соответствовать ситуации**. К примеру, если это тест, чтобы проверить быстро домашнее задание, то картинки, анимация и т.п. вообще не нужны, а если это игра – то наоборот, яркость не помешает (в умеренных дозах, естественно).

Вся презентация должна выполняться **в одной цветовой палитре**, что создает у обучающегося ощущение связности, преемственности, стильности, комфортности. Для сохранения единообразия презентации начинающим пользователям лучше использовать шаблон презентации PowerPoint.

Рекомендуется выделять отдельные куски текста цветом; отдельные ячейки таблицы или всю таблицу цветом (фон ячейки или фон таблицы). Вся презентация выполняется в одной цветовой палитре, обычно на базе одного шаблона.

Согласно нормативам, в учебных презентациях для детей и подростков не допускается применять:

- 1 - более 4 цветов на одной электронной странице;
- 2 - красный фон.

Очень важным является **фон слайдов**. Являясь элементом заднего (второго) плана, фон должен выделять, оттенять, подчеркивать информацию, находящуюся на слайде, но не заслонять ее. Серьезные презентации не должны быть пестрыми, содержать яркие, «ядовитые» цвета и менять цветовую гамму от слайда к слайду. Если презентация состоит из нескольких больших тем, то каждая тема может иметь свою цветовую гамму, но не сильно отличаться от общей цветовой гаммы презентации. Не стоит делать фон слишком пестрым, это отвлекает аудиторию и затрудняет чтение текста.

Для фона предпочтительны холодные тона или нейтральные тона: светло-розовый, серо-голубой, желто-зеленый, коричневый. Легкие пастельные тона лучше подходят для фона, чем белый цвет. С другой стороны, белое пространство признается одним из сильнейших средств выразительности.

Поскольку фон создает определенное настроение у аудитории и должен соответствовать теме презентации, то иногда целесообразно использование "тематического" фона: сочетание цветов, несущие смысловую нагрузку и т.п.

После ввода текста необходимо определиться с его расположением на каждом

слайде, продумать его форматирование, т.е. определить размер, цвет шрифта, заголовков и основного текста. При подборе цвета текста помните, что **текст должен быть «читаем»**, т. е. фон слайдов не должен «глушить» текст.

Не рекомендуется использовать **переносы слов**, а также наклонное и вертикальное расположение подписей и текстовых блоков.

При создании мультимедийного пособия предполагается ограничиться использованием двух или трех типов шрифта.

Учитывая, что **шрифты без засечек** – гладкие, плакатные – (типа **Arial, Tahoma, Verdana** и т.п.) легче читать с большого расстояния, чем шрифты с засечками (типа Times), то для основного текста предпочтительно использовать плакатные шрифты; для заголовка можно использовать декоративный шрифт, если он хорошо читаем и не контрастирует с основным шрифтом.

Рекомендуемые размеры шрифтов: для **заголовков** 32-50, оптимально – **36**; для **основного текста**: 18–32, оптимально – **24**.

Не следует злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных), поэтому их допустимо использовать только для смыслового выделения небольших фрагментов текста.

Наиболее **важный материал**, требующий обязательного усвоения, желательно **выделить ярче** для включения ассоциативной зрительной памяти. Для выделения информации следует использовать цвет, жирный и/или курсивный шрифт.

Выделение подчеркиванием обычно ассоциируется с гиперссылкой, поэтому использовать его для иных целей не рекомендуется.

Целесообразно применение различных маркеров (◆►●■) для выделения элементов текста (**маркированные списки**).

4. Подготовка медиафрагментов (тексты, иллюстрации, аудиофрагменты, видеофрагменты, анимация)

Тексты презентации не должны быть большими. Учебная презентация – это иллюстративный ряд к занятию, не учебник и не конспект. Выгоднее использовать сжатый, информационный стиль изложения материала. Нужно будет суметь вместить максимум информации в минимум слов, привлечь и удержать внимание обучающихся. Однако в мультимедийной презентации может содержаться дополнительный материал, а также материал для углубленного изучения темы. Профессионалы по разработке презентаций советуют использовать на слайде не более тридцати слов и пяти пунктов списка.

Рекомендуется:

- 1 - использование коротких слов и предложений, минимум предлогов, наречий, прилагательных;
- 2 - использование нумерованных и маркированных списков вместо сплошного текста;
- 3 - горизонтальное расположение текстовой информации, в т.ч. и в таблицах;
- 4 - каждому положению, идее должен быть отведен отдельный абзац текста;
- 5 - основную идею абзаца располагать в самом начале – в первой строке абзаца;
- 6 - идеально, если на слайде только заголовок, изображение (фотография, рисунок, диаграмма, схема, таблица и т.п.) и подпись к ней.

Размещенные в презентации графические объекты должны быть, в первую очередь, оптимизированными, четкими и с хорошим разрешением. Графические объекты не располагаются в середине текста, это плохо смотрится.

Темы для реферата:

1. Понятие чрезвычайных ситуаций природного характера. Классификация, закономерности проявления чрезвычайных ситуаций природного характера.

2. Геологические чрезвычайные ситуации. Организация защиты населения и производственного персонала.
3. Природные пожары. Организация защиты населения.
4. Метеорологические чрезвычайные ситуации. Организация защиты населения.
5. Гидрологические чрезвычайные ситуации. Морские опасности. Организация защиты населения.
6. Биологические чрезвычайные ситуации. Организация защиты населения и производственного персонала.
7. Понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Организация защиты населения и производственного персонала.
8. Аварии с выбросами (угрозой выбросов) химически, биологически опасных веществ. Организация защиты населения и производственного персонала.
9. Аварии с выбросами (угрозой выбросов) радиоактивных веществ. Организация защиты населения и производственного персонала.
10. Гидродинамические аварии. Организация защиты населения и производственного персонала.
11. Аварии на коммунальных системах жизнедеятельности. Организация защиты населения.
12. Чрезвычайные ситуации на транспорте. Организация защиты населения.
13. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее задачи и структура.
14. Организация защиты населения при чрезвычайных ситуациях в мирное и военное время, способы защиты.
15. Защитные сооружения, их классификация. Оборудование убежищ. Организация укрытия населения в чрезвычайных ситуациях.
16. Методы оказания первой помощи при кровотечениях.
17. Методы оказания первой помощи при растяжениях и переломах.
18. Методы оказания первой помощи при поражении электрическим током.
19. Методы оказания первой помощи при ожогах.
20. Методы оказания первой помощи при отравлениях.

2. Задания для промежуточной аттестации

Оценочные средства для проверки сформированности компетенции УК-8

Зачёт состоит из ответа обучающегося на 2 вопроса предложенных из списка ниже.

Перечень вопросов к зачету

Примерный перечень вопросов:

1. Характеристика и классификация ЧС природного характера.
2. Чрезвычайные ситуации геологической природы: классификация, характеристика, характер явлений, способы защиты.
3. Чрезвычайные ситуации метеорологической природы: классификация, характеристика, характер явлений, способы защиты.
4. Чрезвычайные ситуации гидрологической и морской гидрологической природы: классификация, характеристика, характер явлений, способы защиты.
5. Природные пожары: причины возникновения, характер явлений, способы защиты.
6. Эпидемии и пандемии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
7. Эпизоотии и панзоотии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.

8. Эпифитотии и панфитотии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
9. Характеристика и классификация ЧС техногенного характера.
10. Аварии на химически опасных объектах: основные определения, поражающие факторы, способы защиты.
11. Аварии на радиационно-опасных объектах: основные определения понятий, характеристика поражающих факторов, способы защиты.
12. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах: основные определения понятий, характеристика поражающих факторов, способы защиты.
13. Аварии на гидродинамически опасных объектах: основные определения понятий, характеристика поражающих факторов, способы защиты.
14. Аварии на транспорте: основные виды транспорта, причины возникновения аварий, правила поведения.
15. Аварии на коммунально-энергетических сетях.
16. Изменения состояния суши.
17. Изменение свойств воздушной среды.
18. Изменение состояния гидросферы.
19. Изменение состояния биосферы.
20. Терроризм как дестабилизирующий фактор современности.
21. Причины и цели совершения террористических актов, характеристика, превентивные меры.
22. Массовые беспорядки, причины возникновения и защита от них.
23. Самооборона и ее правовые основы
24. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
25. Организация и ведение ГО в Российской Федерации.
26. Средства индивидуальной защиты.
27. Средства коллективной защиты.
28. Основные способы защиты населения.
29. Органы эвакуации.
30. Техническое оснащение систем предупреждения и оповещения.

4.3 Инструменты контроля знаний и степени освоения компетенций

Оценка результатов производится в соответствии с утверждённой шкалой оценивания.

Шкала оценивания знаний студента

«Зачтено» – заслуживает обучающийся, показавший знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшего обучения и профессиональной деятельности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с рекомендованной литературой по программе курса.

Результат соответствует рейтинговой оценке более 50 %.

«Не зачтено» – выставляется обучающемуся, показавшему пробелы в знании основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

Результат соответствует рейтинговой оценке менее 50 %.

V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература (доступна в ЭБС "Университетская библиотека онлайн" <http://biblioclub.ru/>)

1. Хамидуллин, Р. Я. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для обучающихся по специальностям среднего профессионального образования: [12+] / Р. Я. Хамидуллин, С. В. Терехов. – Москва: Университет Синергия, 2024. – 199 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=706842> – ISBN 978-5-4257-0597-6. – DOI 10.37791/978-5-4257-0597-6-2024-1-198. – Текст : электронный.
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко; под ред. Э. А. Арустамова. – 25-е изд. – Москва: Дашков и К°, 2023. – 446 с.: ил., табл., схем. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=710137> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-05502-7. – Текст : электронный.

5.2. Дополнительная литература (доступна в ЭБС "Университетская библиотека онлайн" <http://biblioclub.ru/>)

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В. О. Евсеев, В. В. Кастерин, Т. А. Коржинек [и др.]; под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – 4-е изд., стер. – Москва: Дашков и К°, 2022. – 452 с.: ил., табл. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684378> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-04584-4. – Текст : электронный.

5.3. Программное обеспечение: общесистемное и прикладное программное обеспечение:

№	Наименование ПО	Реквизиты подтверждающего документа	Комментарий
1	Операционная система Microsoft WindowsPro версии 7/8	Номер лицензии 64690501	
2	Программный пакет MicrosoftOffice 2007	Номер лицензии 43509311	
3	ABBY FineReader 14	Код позиции afl4-251w01-102	
4	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	№ лицензии: 2B1E-220419-092930-5-25186	
5	Модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда "LMS Moodle"	GNU General Public License (GPL)	Свободное распространение, сайт http://docs.moodle.org/ru/
6	Архиватор 7-Zip	GNU Lesser General Public License (LGPL)	Свободное распространение, сайт https://www.7-zip.org/

5.4. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы Информационные справочные системы Федеральный портал «Российское образование» <https://edu.ru/>.
 Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» <http://biblioclub.ru/>.

5.5. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Электронная информационно-образовательная среда (ЭИОС) <http://rhga.pro/>.

VI. Материально-техническое оснащение дисциплины

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения.	Помещения обеспечены доступом к информационно-телекоммуникационной сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду АНО ВО «РХГА им. Ф.М. Достоевского» и к электронным библиотечным системам, оборудованы специализированной мебелью (рабочее место преподавателя, специализированная учебная мебель для обучающихся, доска ученическая) а также техническими средствами обучения (компьютер или ноутбук, переносной или стационарный мультимедийный комплекс, стационарный или переносной экран на стойке для мультимедийного проектора). <u>Перечень лицензионного программного обеспечения:</u> Microsoft Office Professional Plus 2016 № лицензии 66572106 Kaspersky Endpoint Security для бизнеса № лицензии: 2B1E-220419-092930-5-25186
Помещение для самостоятельной работы.	Помещение обеспечено доступом к информационно-телекоммуникационной сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду АНО ВО «РХГА им. Ф.М. Достоевского» и к электронным библиотечным системам, оборудованы специализированной мебелью и компьютерной техникой.
Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.	Помещение оснащенное специализированной мебелью (стеллажи, стол, стул).

VII. Специализированные условия для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Указанные ниже условия инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья применяются при наличии указанных лиц в группе обучающихся в зависимости от нозологии заболеваний или нарушений в работе отдельных органов.

Обучение студентов с нарушением слуха

Обучение студентов с нарушением слуха выстраивается через реализацию следующих педагогических принципов:

- наглядности,
- индивидуализации,
- коммуникативности на основе использования информационных технологий, разработанного учебно-дидактического комплекса, включающего пакет специальных учебно-методических презентаций

- . использования учебных пособий, адаптированных для восприятия студентами с нарушением слуха.

К числу проблем, характерных для лиц с нарушением слуха, можно отнести:

- замедленное и ограниченное восприятие;
- недостатки речевого развития;
- недостатки развития мыслительной деятельности;
- пробелы в знаниях; недостатки в развитии личности (неуверенность в себе и неоправданная зависимость от окружающих, низкая коммуникабельность, эгоизм, пессимизм, заниженная или завышенная самооценка, неумение управлять собственным поведением);
- некоторое отставание в формировании умения анализировать и синтезировать воспринимаемый материал, оперировать образами, сопоставлять вновь изученное с изученным ранее; хуже, чем у слышащих сверстников, развит анализ и синтез объектов. Это выражается в том, что глухие и слабослышащие меньше выделяют в объекте детали, часто опускают малозаметные, но существенные признаки.

При организации образовательного процесса со слабослышащей аудиторией необходима особая фиксация на артикуляции выступающего - следует говорить громче и четче, подбирая подходящий уровень.

Специфика зрительного восприятия слабослышащих влияет на эффективность их образной памяти - в окружающих предметах и явлениях они часто выделяют несущественные признаки. Процесс запоминания у студентов с нарушенным слухом во многом опосредуется деятельностью по анализу воспринимаемых объектов, по соотнесению нового материала с усвоенным ранее.

Некоторые основные понятия изучаемого материала студентам необходимо объяснять дополнительно. На занятиях требуется уделять повышенное внимание специальным профессиональным терминам, а также использованию профессиональной лексики. Для лучшего усвоения специальной терминологии необходимо каждый раз писать на доске используемые термины и контролировать их усвоение.

Внимание в большей степени зависит от изобразительных качеств воспринимаемого материала: чем они выразительнее, тем легче слабослышащим студентам выделить информативные признаки предмета или явления.

В процессе обучения рекомендуется использовать разнообразный наглядный материал.

Сложные для понимания темы должны быть снабжены как можно большим количеством наглядного материала. Особую роль в обучении лиц с нарушенным слухом, играют видеоматериалы. По возможности, предъявляемая видеoinформация может сопровождаться текстовой бегущей строкой или сурдологическим переводом.

Видеоматериалы помогают в изучении процессов и явлений, поддающихся видеофиксации, анимация может быть использована для изображения различных динамических моделей, не поддающихся видеозаписи.

Обучение студентов с нарушением зрения.

Специфика обучения слепых и слабовидящих студентов заключается в следующем:

- дозирование учебных нагрузок;
- применение специальных форм и методов обучения, оригинальных учебников и наглядных пособий, а также оптических и тифлопедагогических устройств, расширяющих познавательные возможности студентов;
- специальное оформление учебных кабинетов;
- организация лечебно-восстановительной работы;
- усиление работы по социально-трудовой адаптации.

Во время проведения занятий следует чаще переключать обучающихся с одного вида деятельности на другой.

Во время проведения занятия педагоги должны учитывать допустимую продолжительность непрерывной зрительной нагрузки для слабовидящих студентов. К дозированию зрительной

работы надо подходить строго индивидуально.

Искусственная освещенность помещений, в которых занимаются студенты с пониженным зрением, должна составлять от 500 до 1000 лк, поэтому рекомендуется использовать дополнительные настольные светильники. Свет должен падать с левой стороны или прямо. Ключевым средством социальной и профессиональной реабилитации людей с нарушениями зрения, способствующим их успешной интеграции в социум, являются информационно-коммуникационные технологии.

Ограниченность информации у слабовидящих обуславливает схематизм зрительного образа, его скудность, фрагментарность или неточность.

При слабовидении страдает скорость зрительного восприятия; нарушение бинокулярного зрения (полноценного видения двумя глазами) у слабовидящих может приводить к так называемой пространственной слепоте (нарушению восприятия перспективы и глубины пространства), что важно при черчении и чтении чертежей.

При зрительной работе у слабовидящих быстро наступает утомление, что снижает их работоспособность. Поэтому необходимо проводить небольшие перерывы.

Слабовидящим могут быть противопоказаны многие обычные действия, например, наклоны, резкие прыжки, поднятие тяжестей, так как они могут способствовать ухудшению зрения. Для усвоения информации слабовидящим требуется большее количество повторений и тренировок. При проведении занятий в условиях повышенного уровня шума, вибрации, длительных звуковых воздействий, может развиваться чувство усталости слухового анализатора и дезориентации в пространстве.

При лекционной форме занятий слабовидящим следует разрешить использовать звукозаписывающие устройства и компьютеры, как способ конспектирования, во время занятий.

Информацию необходимо представлять исходя из специфики слабовидящего студента: **крупный шрифт (16–18 размер)**, дисковый накопитель (чтобы прочитать с помощью компьютера со звуковой программой), аудиофайлы. Всё записанное на доске должно быть озвучено.

Необходимо комментировать свои жесты и надписи на доске и передавать словами то, что часто выражается мимикой и жестами. При чтении вслух необходимо сначала предупредить об этом. Не следует заменять чтение пересказом.

При работе на компьютере следует использовать принцип максимального снижения зрительных нагрузок, дозирование и чередование зрительных нагрузок с другими видами деятельности, использование специальных программных средств для увеличения изображения на экране или для озвучивания информации; — принцип работы с помощью клавиатуры, а не с помощью мыши, в том числе с использованием «горячих» клавиш и освоение слепого десятипальцевого метода печати на клавиатуре.

Обучение студентов с нарушением опорно-двигательного аппарата (ОДА).

Студенты с нарушениями ОДА представляют собой многочисленную группу лиц, имеющих различные двигательные патологии, которые часто сочетаются с нарушениями в познавательном, речевом, эмоционально-личностном развитии. Обучение студентов с нарушениями ОДА должно осуществляться на фоне лечебно-восстановительной работы, которая должна вестись в следующих направлениях: посильная медицинская коррекция двигательного дефекта; терапия нервно-психических отклонений.

Специфика поражений ОДА может замедленно формировать такие операции, как сравнение, выделение существенных и несущественных признаков, установление причинно-следственной зависимости, неточность употребляемых понятий.

При тяжелом поражении нижних конечностей руки присутствуют трудности при овладении определенными предметно-практическими действиями.

Поражения ОДА часто связаны с нарушениями зрения, слуха, чувствительности, пространственной ориентации. Это проявляется замедленном формировании понятий,

определяющих положение предметов и частей собственного тела в пространстве, неспособности узнавать и воспроизводить фигуры, складывать из частей целое. В письме выявляются ошибки в графическом изображении букв и цифр (асимметрия, зеркальность), начало письма и чтения с середины страницы.

Нарушения ОДА проявляются в расстройстве внимания и памяти, рассредоточенности, сужении объема внимания, преобладании слуховой памяти над зрительной. Эмоциональные нарушения проявляются в виде повышенной возбудимости, проявлении страхов, склонности к колебаниям настроения.

Продолжительность занятия не должна превышать 1,5 часа (в день 3 часа), после чего рекомендуется 10—15-минутный перерыв. Для организации учебного процесса необходимо определить учебное место в аудитории, следует разрешить студенту самому подбирать комфортную позу для выполнения письменных и устных работ (сидя, стоя, облокотившись и т.д.).

При проведении занятий следует учитывать объем и формы выполнения устных и письменных работ, темп работы аудитории и по возможности менять формы проведения занятий. С целью получения лицами с поражением опорно-двигательного аппарата информации в полном объеме звуковые сообщения нужно дублировать зрительными, использовать наглядный материал, обучающие видеоматериалы.

При работе со студентами с нарушением ОДА необходимо использовать методы, активизирующие познавательную деятельность учащихся, развивающие устную и письменную речь и формирующие необходимые учебные навыки.

Физический недостаток существенно влияет на социальную позицию студента, на его отношение к окружающему миру, следствием чего является искажение ведущей деятельности и общения с окружающими. У таких студентов наблюдаются нарушения личностного развития: пониженная мотивация к деятельности, страхи, связанные с передвижением и перемещением, стремление к ограничению социальных контактов.

Эмоционально-волевые нарушения проявляются в повышенной возбудимости, чрезмерной чувствительности к внешним раздражителям и пугливости. У одних отмечается беспокойство, суетливость, расторможенность, у других - вялость, пассивность и двигательная заторможенность.

При общении с человеком в инвалидной коляске, нужно сделать так, чтобы ваши глаза находились на одном уровне. На неё нельзя облокачиваться.

Всегда необходимо лично убеждаться в доступности мест, где запланированы занятия.

Лица с психическими проблемами могут испытывать эмоциональные расстройства. Если человек, имеющим такие нарушения, расстроен, нужно спросить его спокойно, что можно сделать, чтобы помочь ему. Не следует говорить резко с человеком, имеющим психические нарушения, даже если для этого имеются основания. Если собеседник проявляет дружелюбность, то лицо с ОВЗ будет чувствовать себя спокойно.

При общении с людьми, испытывающими затруднения в речи, не допускается перебивать и поправлять. Необходимо быть готовым к тому, что разговор с человеком с затрудненной речью займет больше времени. Необходимо задавать вопросы, которые требуют коротких ответов или кивка.

Общие рекомендации по работе с обучающимися-инвалидами.

- Использование указаний, как в устной, так и письменной форме;
- Поэтапное разъяснение заданий;
- Последовательное выполнение заданий;
- Повторение студентами инструкции к выполнению задания;
- Обеспечение аудио-визуальными техническими средствами обучения;
- Разрешение использовать диктофон для записи ответов учащимися;
- Составление индивидуальных планов занятий, позитивно ориентированных и учитывающих навыки и умения студента.

VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Обучающимся, приступающим к изучению дисциплины, целесообразно ознакомиться со следующими нормативными документами:

-

Рекомендации по подготовке к аудиторным занятиям

Лекционные занятия

Умение сосредоточенно слушать лекции, активно воспринимать излагаемые сведения - это важнейшее условие освоения данной дисциплины. Краткие записи лекций, их конспектирование помогает усвоить материал. Поэтому в ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала, обращая внимание на самое важное и существенное в нем. Имеет смысл оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки, замечания, дополнения. Целесообразно разработать собственную "маркографию" (значки, символы), сокращения слов.

Практические занятия

В ходе подготовки к практическим занятиям необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом важно учитывать рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Важно также опираться на конспекты лекций. В ходе занятия важно внимательно слушать выступления своих однокурсников. При необходимости задавать им уточняющие вопросы, активно участвовать в обсуждении изучаемых вопросов. В ходе своего выступления целесообразно использовать технические средства обучения.

Организация внеаудиторной деятельности студентов

Внеаудиторная деятельность обучающегося по данной дисциплине предполагает самостоятельный поиск информации, необходимой, во-первых, для выполнения заданий самостоятельной работы (инвариантной и вариативной частей) и, во-вторых, подготовку к текущей и промежуточной аттестации. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у обучающегося умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий.

Рекомендации по подготовке к промежуточной аттестации

При подготовке к промежуточной аттестации рекомендуется ознакомиться с содержанием лекционного материала, рекомендованной основной и дополнительной литературой, выполнить практические задания. Подготовка к опросу и коллоквиуму необходимо составить развёрнутый план ответа на вопрос, подобрать примеры и аргументы по изученным вопросам.

Разработчик:

*АНО ВО «РХГА»
(место работы)*

*канд. тех. наук, доцент
(уч. степень, должность, звание)*

*Д.В. Питько
(ФИО)*

Заведующий кафедрой:

*культурологии,
педагогики и
искусств*

*канд. культурологии, доцент
(уч. степень, звание)*

*В.Б. Высоцкий
(ФИО)*

Приложение 1

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

[illegible]

