

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ИНСТИТУТ ИСТОРИИ И ГОСУДАРСТВЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ

Актуализировано:  
на заседании кафедры  
протокол № 18 от «04» июня 2018 г.

Согласовано:  
Председатель УМК института

И.о.зав. кафедрой  Л.З. Тельцова

 / Р.А. Гильмутдинова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Дисциплина Безопасность жизнедеятельности  
(наименование дисциплины)

Базовая часть  
(Цикл дисциплины и его часть (базовая, вариативная, дисциплина по выбору))

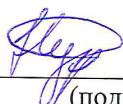
**программа бакалавриата**

Направление подготовки (специальность)  
38.03.06 «Торговое дело»

Направленность (профиль) подготовки  
"Государственные и муниципальные закупки"

Квалификация  
бакалавр

Разработчик (составитель)  
Доцент, к.т.н.

 /Нурутдинов А.А.  
(подпись, Фамилия И.О.)

Уфа 2018 г.

Составитель / составители: Нурутдинов А.А.

Рабочая программа дисциплины актуализирована на заседании кафедры экологии и безопасности жизнедеятельности, протокол от «04» июня 2018 г. №18

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_,  
протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_,  
протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_,  
протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_,  
протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

## Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы .....	5
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся).....	5
4. Фонд оценочных средств по дисциплине .....	5
4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....	5
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	7
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....	25
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.....	25
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины .....	26
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине .....	26

# **1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

В результате освоения образовательной программы обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Результаты обучения		Формируемая компетенция (с указанием кода)	Примечание
Знания	1. основы безопасности жизнедеятельности;	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)	
	2 современные достижения в области информационных и коммуникационных технологий управления, организационных структур и технического обеспечения информационных систем управления экономическими объектами	Готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-8)	
Умения	1. действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, применять основные способы выживания;	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)	
	2. идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации, выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности.	Готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-8)	
Владения (навыки / опыт деятельности)	1. навыками и способами оказания первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)	
	2. навыками рационализации профессиональной деятельности с целью обеспечения безопасности и защиты окружающей	Готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и	

	среды.	населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-8)	
--	--------	--	--

## 2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к базовой части.

Дисциплина изучается на 1 курсе 1 и 2 семестрах.

Цель изучения дисциплины состоит в получении студентами теоретических знаний, умений и навыков их применения в области безопасности жизнедеятельности.

Изучением дисциплины достигается понимание того, что реализация требований безопасности жизнедеятельности гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека в различных жизненных ситуациях и готовит его к рациональным действиям при возникновении экстремальных условий.

## 3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)

Содержание рабочей программы представлено в Приложении № 1.

## 4. Фонд оценочных средств по дисциплине

### 4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

ОК-5 Способность к самоорганизации и самообразованию

Этап (уровень) освоения компетенци и	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		зачтено	не зачтено
Первый этап (уровень)	знать: основы безопасности жизнедеятельности;	знает основы безопасности жизнедеятельности;	не знает основы безопасности жизнедеятельности;
Второй этап (уровень)	уметь: действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, применять	умет действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, применять основные способы	не умеет действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, применять основные способы

	основные способы выживания;	выживания;	выживания;
Третий этап (уровень)	Владеть: навыками и способами оказания первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях	Владеет навыками и способами оказания первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях	Не владеет навыками и способами оказания первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях

ОК-8Готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий

Этап (уровень) освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		зачтено	не зачтено
Первый этап (уровень)	знать: современные достижения в области информационных и коммуникационных технологий управления, организационных структур и технического обеспечения информационных систем управления экономическими объектами	знает современные достижения в области информационных и коммуникационных технологий управления, организационных структур и технического обеспечения информационных систем управления экономическими объектами	не знает современные достижения в области информационных и коммуникационных технологий управления, организационных структур и технического обеспечения информационных систем управления экономическими объектами
Второй этап (уровень)	уметь: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации, выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы	умеет идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации, выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий	не умеет идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации, выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности.

	обеспечения комфортных условий жизнедеятельности.	жизнедеятельности.	
Третий этап (уровень)	Владеть: навыками рационализации профессиональной деятельности с целью обеспечения безопасности и защиты окружающей среды.	Владеет навыками рационализации профессиональной деятельности с целью обеспечения безопасности и защиты окружающей среды.	Не владеет навыками рационализации профессиональной деятельности с целью обеспечения безопасности и защиты окружающей среды.

**4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.**  
**Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Этапы освоения	Результаты обучения	Компетенция	Оценочные средства
1-й этап Знания	1. основы безопасности жизнедеятельности;	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)	тестирование, собеседование, контрольная работа, лабораторные работы
	2 современные достижения в области информационных и коммуникационных технологий управления, организационных структур и технического обеспечения информационных систем управления экономическими объектами	Готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-8)	тестирование, собеседование, контрольная работа, лабораторные работы
2-й этап Умения	1. действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, применять основные способы выживания;	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)	тестирование, собеседование, контрольная работа, лабораторные работы
	2. идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации, выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной	Готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных	тестирование, собеседование, контрольная работа, лабораторные работы

	деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности.	последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-8)	
3-й этап  Владеть навыками	1. навыками и способами оказания первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях	Способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5)	тестирование, собеседование, контрольная работа, лабораторные работы
	2. навыками рационализации профессиональной деятельности с целью обеспечения безопасности и защиты окружающей среды.	Готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-8)	тестирование, собеседование, контрольная работа, лабораторные работы

**1. Тест** – система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.

Тест считается пройденным для заочной формы обучения, если имеются более 60% правильных ответов при следующей оценке:

- от 60% до 100% - зачтено;
- менее 60% - не зачтено

При получении неудовлетворительной оценки студент обязан пройти тест повторно, после дополнительной подготовки.

*Пример проверочных тестовых заданий по учебному курсу:*

1. Что такое вредные производственные факторы?

- а) факторы, которые могут вызвать острое нарушение здоровья и гибель организма;
- б) факторы, которые оказывают отрицательное влияние на самочувствие, работоспособность;
- в) факторы, которые вызывают несчастные случаи и производственные травмы.

2. Естественные системы защиты организма от неблагоприятных факторов обеспечиваются за счет:

- а) нервной системы;
- б) условий труда;
- в) чувства обоняния;
- г) осязания;
- д) зрения;
- е) трудового законодательства в области охраны труда.

3. Сокращенная продолжительность рабочего времени работающих во вредных условиях труда устанавливается:

- а) с оплатой пропорционально отработанному времени;
- б) с оплатой труда в зависимости от выработки;
- в) без уменьшения оплаты труда.



4. Сокращенная продолжительность рабочего времени для лиц моложе 16 лет не должна превышать в неделю:
- а) 36 часов;
  - б) 28 часов;
  - в) 24 часа.
5. Виды теплоотдачи:
- а) излучение;
  - б) конвекция;
  - в) рефракция;
  - г) охлаждение;
  - д) испарение.
6. Что считается постоянным рабочим местом:
- а) место, на котором рабочий проводит свое трудовое время;
  - б) место, на котором работающий проводит более 50% своего рабочего времени или более 2 часов непрерывно;
  - в) место, за которым работающий официально прикреплен, хотя может по трудовым обязанностям на нем не находиться.
7. Виды инструктажа по безопасности труда бывают:
- а) вводный;
  - б) первичный на рабочем месте;
  - в) заключительный;
  - г) повторный;
  - д) внеплановый;
  - е) текущий.
8. Органы государственного надзора за охраной труда:
- а) госсанэпиднадзор;
  - б) министерство по охране окружающей среды и природных ресурсов;
  - в) министерство здравоохранения;
  - г) госгортехнадзор;
  - д) энергонадзор;
  - е) пожарный надзор;
  - ж) техническая инспекция труда профсоюзов;
9. Что такое производственная травма?
- а) травма, полученная на производстве при действии неблагоприятного производственного фактора;
  - б) травма, полученная на производстве и вызванная несоблюдением требований безопасности труда;
  - в) случай с работающим, связанный с воздействием на него опасного производственного фактора.
10. Патологические состояния, возникающие при неблагоприятном микроклимате:
- а) тепловой удар;
  - б) солнечный удар;
  - в) острая сердечная недостаточность;
  - г) глаукома;
  - д) судорожная болезнь;

е) радикулиты.

2. **Лабораторная работа**– средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу. Лабораторная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени. Как правило, лабораторная работа предполагает наличие определенных ответов на поставленные вопросы и решение практической задачи.

Критерии оценки лабораторной работы для заочной формы обучения:

- ✓ соответствие предполагаемым ответам;
- ✓ правильное использование алгоритма выполнения действий (методики проведения измерений);
- ✓ логика рассуждений сопоставления полученных результатов;
- ✓ умение делать выводы.
- ✓ «зачтено» , если задание выполнено полностью или с незначительными погрешностями;
- ✓ «не зачтено», если обнаруживает знание и понимание большей части задания

*Пример лабораторной работы по учебному курсу:*

### **Сердечно-легочная реанимация**

**Цель занятия:** изучение методики и получение навыков проведения сердечно-легочной реанимации

#### **ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.**

Первая помощь пострадавшему оказывается в несколько последовательных этапов.

1. Оценка обстановки и незамедлительное прекращение действия повреждающего фактора (электрического тока, температуры, излучения, механического воздействия).
2. Удаление пострадавшего из опасной зоны в место, где будет оказываться дальнейшая помощь.
3. Выявление причины тяжелого состояния пострадавшего, характера повреждения, признаков жизни и смерти.
4. Оказание первой помощи пострадавшему с использованием приемов, определяемых характером повреждения и состоянием пострадавшего.
5. Вызов медицинского персонала, скорой медицинской помощи, доставка пострадавшего в лечебное учреждение. Вызов медицинского персонала при тяжелом состоянии пострадавшего должен быть произведен незамедлительно.

Для эффективности доврачебной помощи в каждом подразделении предприятия, организации должна быть медицинская аптечка с набором медикаментов, перевязочных средств, средств остановки кровотечения, плакаты с правилами оказания доврачебной помощи, указатели для облегчения поиска аптечки и медицинского пункта. В каждом подразделении должен быть ответственный за своевременное пополнение аптечки и поддержания ее в надлежащем состоянии.

Перед оказанием первого этапа помощи пострадавшему необходимо быстро оценить обстановку на месте, степень опасности действующего повреждающего фактора и исключить возможность самому попасть под его действие.

*Искусственное дыхание.* Назначение искусственного дыхания – обеспечить газообмен в организме, т. е. насыщение крови пострадавшего кислородом и удаление из крови углекислого газа.

*Способы искусственного дыхания.* Существует множество различных способов выполнения искусственного дыхания. Все они делятся на две группы: аппаратные и ручные.

*Аппаратные способы* требуют применения специальных аппаратов, которые обеспечивают вдухание и удаление воздуха из легких через резиновую трубку, вставленную в дыхательные пути, или через маску, надетую на лицо пострадавшего. Простейшим из аппаратов является ручной портативный аппарат (рис. 1), предназначенный для искусственного дыхания и аспирации (отсасывания) жидкости и слизи из дыхательных путей. Основными частями его являются небольшой мех, приводимый в действие рукой, и маска, плотно накладываемая на рот и нос пострадавшего.

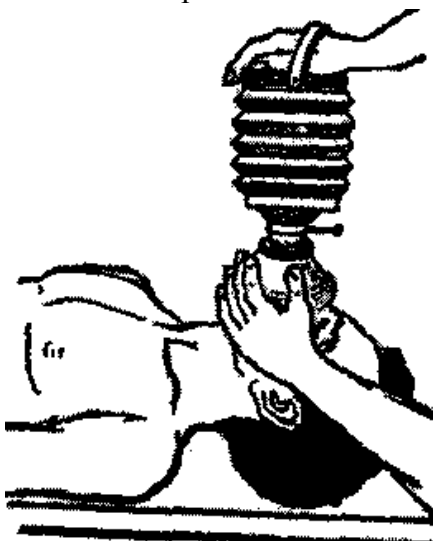


Рисунок 1

*Ручные способы* значительно менее эффективны и несравненно более трудоемки, чем аппаратные. Они обладают, однако, тем важным достоинством, что могут выполняться без каких-либо приспособлений и приборов, т. е. немедленно при возникновении нарушений деятельности дыхания у пострадавшего.

Среди большого числа существующих ручных способов наиболее эффективным является способ «изо рта в рот». Он заключается в том, что оказывающий помощь вдухает воздух из своих легких в легкие пострадавшего через его рот или нос. *Подготовка к искусственному дыханию.* Прежде чем приступить к искусственному дыханию, необходимо быстро выполнить следующие операции:

- освободить пострадавшего от стесняющей дыхание одежды – расстегнуть ворот, развязать галстук, расстегнуть брюки и т. п.;
- уложить пострадавшего на спину на горизонтальную поверхность – стол или пол;
- максимально запрокинуть голову пострадавшего назад, положив под затылок ладонь одной руки, а второй рукой надавливать на лоб пострадавшего (рис. 2, а) до тех пор, пока подбородок его не окажется на одной линии с шеей (рис. 2, б). При этом положении головы язык отходит от входа в гортань, обеспечивая тем самым свободный проход для воздуха в легкие. Вместе с тем при таком положении головы обычно рот раскрывается.

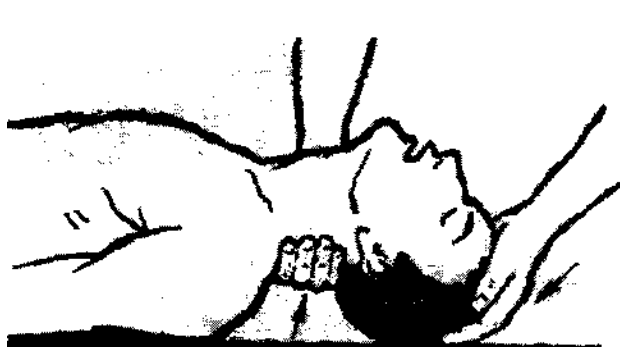


Рисунок 2, а



Рисунок 2, б

Для сохранения достигнутого положения головы под лопатки следует подложить валик из свернутой одежды; пальцами обследовать полость рта, и, если обнаружится инородное содержимое (кровь, слюна и т. п.), необходимо удалить его, вынув одновременно зубные протезы, если они имеются. Для удаления слюны и крови необходимо голову и плечи пострадавшего повернуть в сторону (можно подвести свое колено под плечи пострадавшего), а затем с помощью носового платка или края рубашки, намотанного на указательный палец, очистить полость рта и глотки (рис. 3).

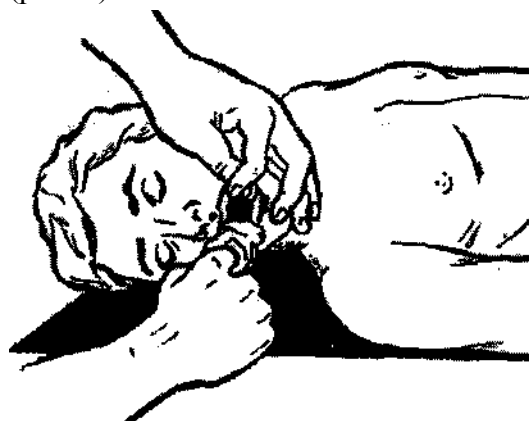


Рисунок 3

После этого необходимо придать голове первоначальное положение и максимально запрокинуть ее назад, как указано выше (рис. 2, б).

*Выполнение искусственного дыхания.* По окончании подготовительных операций оказывающий помощь делает глубокий вдох и затем с силой выдыхает воздух в рот пострадавшего. При этом он должен охватить своим ртом весь рот пострадавшего, а пальцами зажать ему нос (рис. 4, а). Затем оказывающий, помощь откидывается назад, освобождая рот и нос пострадавшего, и делает новый вдох. В этот период грудная клетка пострадавшего опускается и происходит пассивный выдох (рис. 4, б).

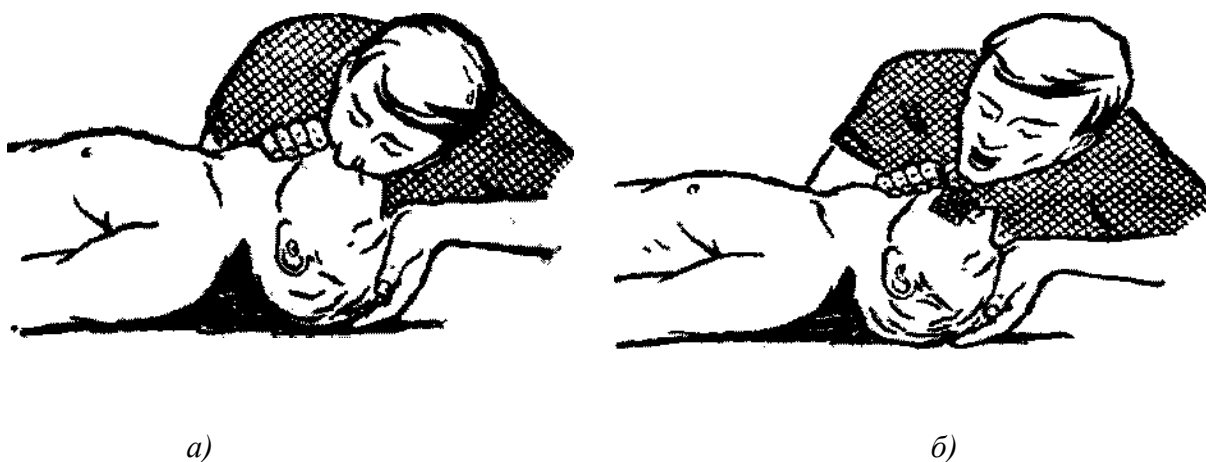


Рисунок 4

Контроль за поступлением воздуха в легкие пострадавшего осуществляется на глаз по расширению грудной клетки при каждом вдувании. Если после вдувания воздуха грудная клетка пострадавшего не расправляется, это свидетельствует о непроходимости дыхательных путей. В этом случае необходимо выдвинуть нижнюю челюсть пострадавшего вперед. Для этого нужно поставить четыре пальца каждой руки позади углов нижней челюсти и, упираясь большими пальцами в ее край, выдвинуть нижнюю челюсть вперед так, чтобы нижние зубы стояли впереди верхних (рис. 5).

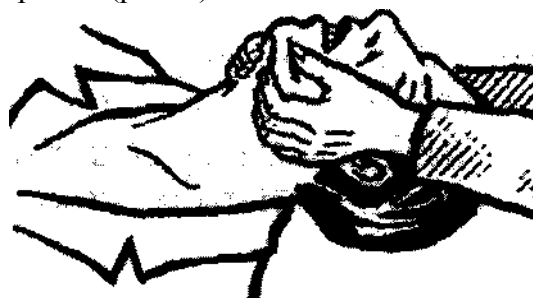


Рисунок 5

Легче выдвинуть нижнюю челюсть введенным в рот большим пальцем, как показано на рис. 6.





Рисунок 6

Иногда оказывается невозможным открыть рот пострадавшего вследствие судорожного сжатия челюстей. В этом случае искусственное дыхание следует производить *по способу «изо рта в нос»*, закрывая рот пострадавшего при вдувании воздуха в нос.

В одну минуту следует делать 10–12 вдуваний взрослому человеку (т. е. через 5...6 с). При появлении у пострадавшего первых слабых вдохов следует приурочивать искусственный вдох к началу самостоятельного вдоха.

Искусственное дыхание необходимо проводить до восстановления глубокого ритмичного дыхания.

*Массаж сердца* производится ритмичным надавливанием на грудь, т. е. на переднюю стенку грудной клетки пострадавшего. В результате этого сердце сжимается между грудиной и позвоночником и выталкивает из своих полостей кровь. После прекращения надавливания грудная клетка и сердце распрямляются, и сердце заполняется кровью, поступающей из вен. Кровообращение необходимо для того, чтобы кровь доставляла кислород ко всем органам и тканям организма. Следовательно, кровь должна быть обогащена кислородом, что достигается искусственным дыханием. Таким образом, *одновременно с массажем сердца должно производиться искусственное дыхание.*

*Подготовка к массажу сердца* является одновременно подготовкой к искусственному дыханию, поскольку массаж сердца должен производиться совместно с искусственным дыханием.

Для выполнения массажа необходимо уложить пострадавшего на спину на жесткую поверхность (скамью, пол или в крайнем случае подложить под спину доску). Необходимо также обнажить его грудь, расстегнуть стесняющие дыхание предметы одежды.

*Для выполнения массажа сердца* нужно встать с какой-либо стороны от пострадавшего в такое положение, при котором возможен более или менее значительный наклон над ним. Затем определить прощупыванием место надавливания (оно должно находиться примерно на два пальца выше мягкого конца грудины – рис. 7) и положить на него нижнюю часть ладони одной руки, а затем поверх первой руки положить под прямым углом вторую руку и надавливать на грудную клетку пострадавшего, слегка помогая при этом наклоном всего корпуса (рис. 8).

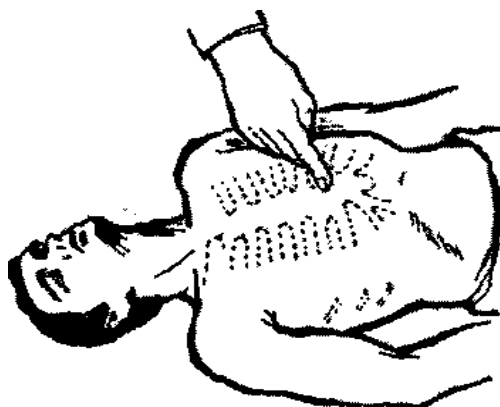


Рисунок 7

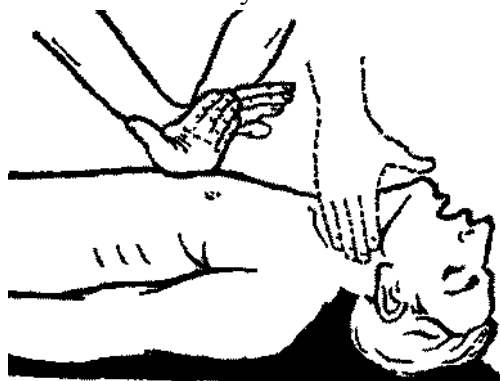


Рисунок 8

Предплечья и плечевые кости рук оказывающего помощь должны быть разогнуты до отказа. Пальцы обеих рук должны быть сведены вместе и не должны касаться грудной клетки пострадавшего. Надавливать следует быстрым толчком так, чтобы сместить нижнюю часть грудины вниз на 3...4 см, а у полных людей на 5...6 см. Усилие при надавливании следует концентрировать на нижней части грудины, которая более подвижна. Следует избегать надавливания на верхнюю часть грудины, а также на окончания нижних ребер, т. к. это может привести к их перелому. Нельзя надавливать ниже края грудной клетки (на мягкие ткани), поскольку можно повредить расположенные здесь органы, в первую очередь печень.

Надавливание (толчок) на грудину следует повторять примерно *1 раз в секунду*. После быстрого толчка руки остаются в достигнутом положении в течение примерно 0,5 с. После этого следует слегка выпрямиться и расслабить руки, не отнимая их от грудины.

Для обогащения крови пострадавшего кислородом одновременно с массажем сердца необходимо проводить искусственное дыхание по способу «изо рта в рот» (или «изо рта в нос»).

Если помощь оказывает один человек, следует чередовать проведение указанных операций в следующем порядке: *после двух глубоких вдуваний в рот или нос пострадавшего – 15 надавливаний на грудную клетку*, затем снова два глубоких вдувания и 15 надавливаний для массажа сердца и т. д.

*Эффективность наружного массажа сердца* проявляется в первую очередь в том, что при каждом надавливании на грудину на сонной артерии четко прощупывается пульс. Для определения пульса указательный и средний пальцы накладывают на адамово яблоко пострадавшего и, продвигая пальцы вбок, осторожно ощупывают поверхность шеи до определения сонной артерии (рис. 8). Другими признаками эффективности массажа является

сужение зрачков, появление у пострадавшего самостоятельного дыхания, уменьшение синюшности кожи и видимых слизистых оболочек.

Для повышения эффективности массажа рекомендуется на время наружного массажа сердца приподнять (на 0,5 м) ноги пострадавшего. Такое положение ног пострадавшего способствует лучшему притоку крови в сердце из вен нижней части тела.

Искусственное дыхание и наружный массаж сердца следует производить до появления самостоятельного дыхания и восстановления деятельности сердца или до передачи пострадавшего медицинскому персоналу.

О восстановлении деятельности сердца пострадавшего судят по появлению у него собственного, не поддерживаемого массажем регулярного пульса. Для проверки пульса через каждые 2 мин прерывают массаж на 2...3 с. Сохранение пульса во время перерыва свидетельствует о восстановлении самостоятельной работы сердца. При отсутствии пульса во время перерыва необходимо немедленно возобновить массаж.

Внимание! Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца являются реанимационными мероприятиями. Их следует начинать немедленно и проводить до восстановления самостоятельного устойчивого пульса и дыхания, до прибытия врача или доставки пострадавшего в лечебное учреждение. При появлении явных признаков биологической смерти оказание помощи прекращают (отсутствие реакции зрачка на световое раздражение).

Отсутствие пульса при появлении других признаков оживления организма (самостоятельного дыхания, сужения зрачков, попытки пострадавшего двигать руками и ногами и др.) служит признаком фибрилляции сердца. В этом случае необходимо продолжать оказание помощи пострадавшему до прибытия врача или до доставки пострадавшего в лечебное учреждение, где будет произведена дефибрилляция сердца. В пути следует непрерывно оказывать помощь пострадавшему, производя искусственное дыхание и массаж сердца вплоть до момента передачи его медицинскому персоналу.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

Задачи

Обучиться навыкам оказания первой помощи на тренажере «Максим II-01».

Описание тренажера

Тренажер «Максим II-01» предназначен для обучения навыкам сердечно-легочной и мозговой реанимации. Это тренажер сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий – торс. Тренажеры серии "Максим" предназначены для демонстрации, обучения и отработки навыков оказания неотложной помощи.

Тренажер позволяет проводить следующие манипуляции:

- непрямой массаж сердца;
- искусственную вентиляцию легких способами «изо рта в рот» и «изо рта в нос» (в дальнейшем ИВЛ);

Контролировать:

- правильность положения головы и состояние поясного ремня;
- правильность проведения непрямого массажа сердца;
- достаточность воздушного потока при проведении ИВЛ;
- правильность проведения тестовых режимов реанимации пострадавшего одним или



двумя спасателями;

- состояние зрачков у пострадавшего.

Тренажер позволяет контролировать положение головы пострадавшего. «Максим II» оснащен встроенными датчиками для определения объема воздушного потока, глубины смещения грудной клетки и контроля пульса. Имеет электрический пульт контроля правильности выполняемых действий. Электрическое питание тренажера осуществляется от сети 220В 50Гц через блок питания. Общий вид тренажера представлен на рис. 9:



Рисунок 9 Внешний вид тренажера «Максим II - 01»

#### Порядок выполнения работы

Для проведения практических занятий следует: положить тренажер горизонтально, подключить адаптер к сети 220В (50Гц) или к источнику постоянного тока 12 В. Включить тумблер подачи питания, расположенный на задней панели электронного пульта. При этом на пульте включится зеленый сигнал «вкл. сеть», а также красные светодиоды, сигнализирующие о том, что пояс пострадавшего не расстегнут, а голова не запрокинута (аналогичные сигналы на настенном табло).

Тренажер «Максим II-01» используется в трех режимах: *Учебный режим*:

Используется для отработки отдельных элементов реанимации.

Порядок действий:

1. Обеспечить правильное запрокидывание головы тренажера (при угле запрокидывания 15 – 20 градусов включается зеленый сигнал «Правильное положение»).

2. Расстегнуть пояс (включается зеленый сигнал «Пояс расстегнут»).

3. Руки спасателя при отработке навыков непрямого массажа сердца должны находиться выше конца мечевидного отростка грудины, приблизительно на расстоянии двух диаметров пальцев руки. В случае неправильного положения включается красный сигнал «Положение рук», и действия спасателей будут считаться неправильными.

4. Провести по правилам оказания первой помощи непрямой массаж сердца. При прикладываемом усилие (25+2 кгс), глубине продавливания 3 – 5 см. включается зеленый сигнал «Положение рук». При усилии свыше 32 кгс (смещении грудины более чем 5 см) включаются 2 красных сигнала «Перелом ребер».

5. Провести по правилам оказания первой медицинской помощи ИВЛ. При достаточно интенсивном поступлении воздуха в легкие (скорость воздушного потока не менее 2 л/с и объем не менее 400 - 500 см<sup>3</sup>) включается зеленый сигнал «Нормальный объем

воздуха».

6. В случае работы с демонстрационным табло вся световая сигнализация о действиях спасателей идентична сигнализации на электронном пульте.

После выполнения всех учебных действий необходимо нажать кнопку «Сброс», при этом включается зеленый сигнал «Сброс». После окончания работы с тренажером необходимо выключить тумблер подачи питания на задней панели, при этом погаснет зеленый сигнал «вкл. сеть». Отключить блок питания от сети.

#### *Отчет по лабораторной работе*

Отчет по работе должен в себя включать:

- цель работы;
- описание исходного состояния манекена;
- описание приемов реанимации;
- оценку эффективности реанимации;
- выводы по работе.

**3. Собеседование** - средство контроля, организованное как специальная беседа с обучающимся на темы, связанные с изучаемой (проработанной) темой и служащая для оценки степени навыка формируемой компетенции, рассчитанное на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме, умение анализировать и обобщать материал.

Критерии оценки собеседования для заочной формы обучения:

- ✓ продемонстрирована способность анализировать и обобщать информацию;
- ✓ продемонстрирована способность синтезировать новую информацию;
- ✓ сделаны обоснованные выводы на основе интерпретации информации, разъяснения;
- ✓ установлены причинно-следственные связи, выявлены закономерности;
- ✓ «зачтено», если задание выполнено полностью или с незначительными погрешностями;
- ✓ «не зачтено», если обнаруживает знание и понимание большей части задания

#### *Перечень тем для собеседования по учебному курсу:*

1. Характерные системы "человек - среда обитания".
2. Понятия «опасность».
3. Понятие «безопасность».
4. Вред, ущерб, риск – виды и характеристики
5. Чрезвычайные ситуации – понятие, основные виды
6. Безопасность и устойчивое развитие.
7. Причины проявления опасности.
8. Основные аксиомы и принципы безопасности жизнедеятельности.
9. Структура техносферы и ее основных компонентов.
10. Типы опасных и вредных факторов техносферы для человека и природной среды:
11. Современное состояние техносферы и техносферной безопасности.
12. Неизбежность расширения техносферы.
13. Культура безопасности личности и общества как фактор обеспечения безопасности в техносфере.
14. Безопасность и устойчивое развитие человеческого сообщества.
15. Химические негативные факторы (вредные вещества).

16. Основные источники поступления вредных веществ в среду обитания: производственную, городскую, бытовую.
17. Алкоголь, наркотики и табак как специфические вредные вещества. Особенности их вредного воздействия на человека.
18. Наночастицы – специфика воздействия на живые организмы и процессов переноса в окружающей среде.
19. Биологические негативные факторы
20. Механические колебания, вибрация
21. Акустические колебания, шум.
22. Электромагнитные излучения и поля.
23. Инфракрасное (тепловое) излучение как разновидность электромагнитного излучения.
24. Лазерное излучение как когерентное монохроматическое электромагнитное излучение.
25. Ультрафиолетовое излучение.
26. Ионизирующее излучение.
27. Электрический ток.
28. Опасные механические факторы.
29. Опасные факторы комплексного характера.
30. Статическое электричество.
31. Информационная защита.
32. Сочетанное и комбинированное действие вредных факторов.
33. Основные принципы защиты.
34. Защита от химических и биологических негативных факторов.
35. Защита от загрязнения воздушной среды.
36. Очистка от вредных веществ атмосферы и воздуха рабочей зоны.
37. Защита от загрязнения водной среды.
38. Рассеивание и разбавление вредных выбросов и сбросов.
39. Методы обеспечения качества питьевой воды и водоподготовка.
40. Методы утилизации и переработки антропогенных и техногенных отходов.
41. Защита от энергетических воздействий и физических полей.
42. Защита от шума, инфра- и ультразвука.
43. Защита от лазерного излучения.
44. Защита от инфракрасного (теплового) излучения. Теплоизоляция
45. Защита от ионизирующих излучений.
46. Методы и средства обеспечения электробезопасности.
47. Защита от статического электричества.
48. Защита от механического травмирования.
49. Обеспечение безопасности систем под давлением.
50. Анализ и оценивание техногенных и природных рисков.
51. Знаки безопасности:
52. Понятие комфортных или оптимальных условий.
53. Микроклимат помещений
54. Освещение и световая среда в помещении.
55. Психические процессы, свойства и состояния, влияющие на безопасность.
56. Виды и условия трудовой деятельности.
57. Эргономические основы безопасности
58. Требования к организации рабочего места пользователя компьютера и офисной техники.
59. Чрезвычайные ситуации
60. Пожар и взрыв.
61. Радиационные аварии

62. Аварии на химически опасных объектах.
63. Гидротехнические аварии.
64. Чрезвычайные ситуации военного времени.
65. Стихийные бедствия.
66. Устойчивость функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.
67. Экстремальные ситуации.
68. Спасательные работы при чрезвычайных ситуациях.
69. Законодательные и нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности.
70. Законодательство об охране окружающей среды.
71. Законодательство об охране труда.
72. Законодательство о безопасности в чрезвычайных ситуациях
73. Экономические основы управления безопасностью.
74. Экономика природопользования.
75. Экономика безопасности труда.
76. Страхование рисков:
77. Государственное управление безопасностью:
78. Организация мониторинга, диагностики и контроля состояния окружающей среды, промышленной безопасности, условий и безопасности труда.
79. Аудит и сертификация состояния безопасности
80. Защита населения в чрезвычайных ситуациях.
81. Основы безопасности жизнедеятельности.
82. Современные достижения в области информационных и коммуникационных технологий управления, организационных структур и технического обеспечения информационных систем управления экономическими объектами.
83. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, основные способы выживания.
84. Основные опасности среды обитания человека и риск их реализации.
85. Методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности.
86. Оказание первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях.
87. Рационализация профессиональной деятельности с целью обеспечения безопасности и защиты окружающей среды.

#### 4. *Зачет.*

Критерии оценки для студентов заочной формы обучения:

Оценка «Зачтено» ставится в том случае, когда студент обнаруживает систематическое и глубокое знание программного материала по дисциплине, умеет свободно ориентироваться в вопросе. Ответ полный. Выдвинутые положения аргументированы и иллюстрированы примерами. Материал изложен в определенной логической последовательности, осознанно, литературным языком, с использованием современных научных терминов. Студент уверенно отвечает на дополнительные вопросы.

Оценка «Не зачтено» выставляется студенту, обнаружившему пробелы в знаниях учебного материала по дисциплине. При ответе обнаружено непонимание студентом основного содержания теоретического материала или допущен ряд существенных ошибок, которые студент не может исправить при наводящих вопросах экзаменатора, затрудняется в ответах на вопросы. Студент подменил научное обоснование проблем рассуждением бытового плана. Ответ носит поверхностный характер; наблюдаются неточности и ошибки в использовании научной терминологии.

#### **Перечень вопросов к зачету**

1. Характерные системы "человек - среда обитания".
2. Производственная, городская, бытовая, природная среда.
3. Взаимодействие человека со средой обитания.
4. Понятия «опасность», «безопасность».
5. Виды опасностей: природные, антропогенные, техногенные, глобальные.
6. Экологическая, промышленная, производственная безопасности, пожарная, радиационная, транспортная, экономическая, продовольственная и информационная безопасности как компоненты национальной безопасности.
7. Вред, ущерб, риск – виды и характеристики.
8. Чрезвычайные ситуации – понятие, основные виды.
9. Безопасность и устойчивое развитие.
10. Безопасность как одна из основных потребностей человека.
11. Значение безопасности в современном мире.
12. Причины проявления опасности.
13. Роль человеческого фактора в причинах реализации опасностей.
14. Аксиомы безопасности жизнедеятельности.
15. Постиндустриальное общество как общество риска.
16. Концепция общества риска.
17. Значение компетенций в области безопасности для обеспечения устойчивого развития социума.
18. Безопасность и демография.
19. Место и роль безопасности в предметной области и профессиональной деятельности.
20. Понятие техносферы.
21. Структура техносферы и ее основных компонентов.
22. Генезис техносферы.
23. Современное состояние техносферы и техносферной безопасности.
24. Критерии и параметры безопасности техносферы.
25. Виды, источники основных опасностей техносферы и ее отдельных компонентов.
26. Классификация негативных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения.
27. Вредные и опасные негативные факторы.
28. Системы восприятия и компенсации организмом человека вредных факторов среды обитания.
29. Предельнодопустимые уровни опасных и вредных факторов – основные виды и принципы установления.
30. Параметры, характеристики основных вредных и опасных факторов среды обитания человека, основных компонентов техносферы и их источников.
31. Воздействие основных негативных факторов на человека и их предельнодопустимые уровни.
32. Основные принципы защиты от опасностей.
33. Системы и методы защиты человека и окружающей среды от основных видов опасного и вредного воздействия природного, антропогенного и техногенного происхождения.
34. Методы защиты от вредных веществ, физических полей, информационных потоков, опасностей биологического и психологического происхождения.
35. Общая характеристика и классификация защитных средств.
36. Методы контроля и мониторинга опасных и вредных факторов.
37. Основные принципы и этапы контроля и прогнозирования.
38. Методы определения зон действия негативных факторов и их уровней.
39. Взаимосвязь условий жизнедеятельности со здоровьем и производительностью труда.

40. Комфортные (оптимальные) условия жизнедеятельности.
41. Климатическая, воздушная, световая, акустическая и психологическая среды, влияние среды на самочувствие, состояние здоровья и работоспособность человека.
42. Психофизиологические и эргономические условия организации и безопасности труда.
43. Принципы, методы и средства организации комфортных условий жизнедеятельности.
44. Психические процессы, свойства и состояния, влияющие на безопасность.
45. Психические процессы, психические свойства, психические состояния, влияющие на безопасность.
46. Основные психологические причины ошибок и создания опасных ситуаций.
47. Профессиограмма.
48. Инженерная психология.
49. Психодиагностика, профессиональная ориентация и отбор специалистов операторского профиля.
50. Факторы, влияющих на надежность действий операторов.
51. Виды и условия трудовой деятельности.
52. Виды трудовой деятельности: физический и умственный труд, формы физического и умственного труда, творческий труд.
53. Классификация условий труда по тяжести и напряженности трудового процесса.
54. Классификация условий труда по факторам производственной среды.
55. Эргономические основы безопасности.
56. Эргономика как наука о правильной организации человеческой деятельности, соответствии труда физиологическим и психическим возможностям человека, обеспечение эффективной работы, не создающей угрозы для здоровья человека.
57. Система «человек — машина — среда».
58. Антропометрическая, сенсомоторная, энергетическая, биомеханическая и психофизиологическая совместимость человека и машины.
59. Организация рабочего места.
60. Основные понятия и определения, классификация чрезвычайных ситуаций и объектов экономики по потенциальной опасности.
61. Фазы развития чрезвычайных ситуаций.
62. Поражающие факторы источников чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
63. Классификация стихийных бедствий (природных катастроф), техногенный аварий.
64. Характеристика поражающих факторов чрезвычайных ситуаций природного характера.
65. Техногенные аварии – их особенности и поражающие факторы.
66. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и их поражающие факторы.
67. Виды оружия массового поражения, их особенности и последствия его применения.
68. Терроризм и террористические действия.
69. Методы прогнозирования и оценки обстановки при чрезвычайных ситуациях.
70. Устойчивость функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.
71. Принципы и способы повышения устойчивости функционирования объектов в чрезвычайных ситуациях.
72. Основы организации защиты населения и персонала в мирное и военное время, способы защиты, защитные сооружения, их классификация.
73. Организация эвакуации населения и персонала из зон чрезвычайных ситуаций.
74. Мероприятия медицинской помощи.

75. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования.
76. Основы организации аварийно-спасательных и других неотложных работ при чрезвычайных ситуациях.
77. Законодательные и нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности.
78. Системы законодательных и нормативно-правовых актов, регулирующих вопросы экологической, промышленной, производственной безопасности и безопасности в чрезвычайных ситуациях, гражданской обороны.
79. Характеристика основных законодательных и нормативноправовых актов: назначение, объекты регулирования и основные положения.
80. Экономические основы управления безопасностью.
81. Современные рыночные методы экономического регулирования различных аспектов безопасности: позитивные и негативные методы стимулирования безопасности.
82. Понятие экономического ущерба, его составляющие и методические подходы к оценке.
83. Материальная ответственность за нарушение требований экологической, промышленной и производственной безопасности.
84. Страхование рисков: экологическое страхование, страхование ответственности владельцев опасных производственных объектов, страхование профессиональных рисков, социальное страхование Основные понятия, функции, задачи и принципы страхования рисков.
85. Органы государственного управления безопасностью: органы управления, надзора и контроля за безопасностью, их основные функции, права и обязанности, структура.
86. Система РСЧС и гражданской обороны.
87. Корпоративный менеджмент в области экологической безопасности, условий труда и здоровья работников: основные задачи, принципы и системы менеджмента (экологический менеджмент, менеджмент безопасности труда и здоровья работников).
88. Основы безопасности жизнедеятельности.
89. Современные достижения в области информационных и коммуникационных технологий управления, организационных структур и технического обеспечения информационных систем управления экономическими объектами.
90. Действия в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, основные способы выживания.
91. Основные опасности среды обитания человека и риск их реализации.
92. Методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности.
93. Оказание первой медицинской помощи в экстремальных ситуациях.
94. Рационализация профессиональной деятельности с целью обеспечения безопасности и защиты окружающей среды.

**5. Контрольная работа** – подготовленный студентом заочного отделения самостоятельно сделанный отчет по представлению полученных результатов решения определенной проблемы.

Критерии и методика оценивания:

- оценка «зачтено» выставляется студенту, если работа выполнена в полном объеме и изложена грамотным языком в определенной логической последовательности с точным использованием специализированной терминологии; показано уверенное владение нормативной базой;
- оценка «не зачтено» выставляется студенту, если работа выполнена неполно, не показано общее понимание вопроса, имелись затруднения или допущены ошибки в

определении понятий, использовании терминологии, при знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность основных умений и навыков.

*Перечень тем контрольных работ по учебному курсу:*

1. Анализ понятийно-терминологического аппарата в области безопасности и защиты окружающей среды.
2. Роль вопросов безопасности в предметной области знаний.
3. Безопасность и профессиональная деятельность
4. Безопасность и устойчивое развитие.
5. Государственная политика и безопасность.
6. Культура человека, общества и безопасность.
7. Современные аспекты международного сотрудничества в области безопасности.
8. Структура техносферы региона и основные региональные проблемы безопасности.
9. Экологическая логистика в техносфере.
10. Анализ аспектов безопасности в жизненном цикле продукции и услуги.
11. Региональные демографические проблемы в свете состояния среды обитания региона.
12. Структурно-экологическое зонирование территории города, техносферного региона.
13. Современные проблемы техносферной безопасности
14. Опасные зоны региона и их характеристика.
15. Критический анализ городских и региональных экологических программ и предложение по их совершенствованию.
16. Региональные экологически обусловленные заболевания.
17. Профессионально-обусловленные заболевания, связанные с будущей деятельностью.
18. Безопасность и нанотехнологии.
19. Мобильная связь и здоровье человека. Анализ современных исследований.
20. Безопасность генетически модифицированных пищевых продуктов. Анализ современных исследований.
21. Лекарственные препараты и безопасность.
22. Действие алкоголя и наркотиков на человека и его здоровье.
23. Современные технологии переработки отходов (по типам отходов).
24. Методы сортировки городских отходов
25. Новые методы и средства очистки выбросов от вредных веществ (по типам и видам вредных веществ)
26. Современные методы обеззараживания питьевой воды.
27. Анализ эффективности бытовых очистителей воды
28. Транспортный шум и методы его снижения
29. Активные методы снижения шума
30. Электромагнитная экология и способы защиты от электромагнитных полей
31. Новые методы и средства очистки стоков (по типам и видам вредных веществ)
32. Влияние световой среды на работоспособность и безопасность труда
33. Аэроионный состав воздушной среды и здоровье. Методы обеспечения оптимального ионного состава.
34. Современные энергосберегающие источники света – типы, конструкции, экологические аспекты применения.
35. Системы кондиционирования – типы и системы кондиционирования, аспекты применения и безопасности
36. Безопасность и человеческий фактор
37. Психологический тип человека, его психологическое состояние и безопасность
38. Исследование условий труда для основных видов деятельности в выбранной профессиональной предметной области



39. Микро и- мидиэргономика и ее функции в обеспечении комфортности и безопасности труда
40. Принципы и методы эргономики труда
41. Генезис техносферных катастроф
42. Анализ природных катастроф- характер протекания и последствия ( по видам стихийных бедствий)
43. Параметры стихийных бедствий, их предвестники и регионы их наиболее частого проявления
44. Анализ современного состояния пожарной безопасности в России и основные причины пожаров
45. Психологическая устойчивость в экстремальных ситуаций
46. Типы и характер террористических актов
47. Основные законодательные и нормативные акты, регулирующие вопросы безопасности в сфере профессиональной деятельности
48. Международные соглашения в области защиты окружающей среды
49. Современные экономические механизмы регулирования природопользования.
50. Киотский протокол и торговля квотами, экономические и правовые проблемы применения.
51. Трудности экологического страхования, современное состояние и проблемы развития в России
52. Источники, воздействие и современные методы защиты от опасного и вредного техногенного и природного фактора (по типам факторов)

## **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

#### **Основная литература:**

#### **Основная литература:**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / ред. Л.А. Муравей. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 431 с. - ISBN 5-238-00352-8 – [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=119542>

2. Безопасность жизнедеятельности : учебник / под ред. Е.И. Холостовой, О.Г. Прохоровой. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. - 453 с. : табл., ил. - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-02026-1 – [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450720>

3. Сергеев, В.С. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / В.С. Сергеев. - Москва : Владос, 2018. - 481 с. : табл. - (Учебник для вузов). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906992-88-8 – [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=486156>.

#### **Дополнительная литература:**

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

2. Ветошкин, А.Г. Нормативное и техническое обеспечение безопасности жизнедеятельности : учебно-практическое пособие : в 2 ч. / А.Г. Ветошкин. - Москва ; Вологда : Инфра-Инженерия, 2017. - Ч. 1. Нормативно-управленческое обеспечение безопасности жизнедеятельности. - 471 с. : ил., схем., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9729-0162-3 – [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=466497>

3. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Э.А. Арустамов, А.Е. Волощенко, Г.В. Гуськов и др. ; ред. Э.А. Арустамов. - 19-е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2015. - 448 с. : табл., ил., граф., схемы - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-02494-8 ; [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=375807>

4. Танашев, В.Р. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В.Р. Танашев. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 314 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4558-1 ; [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=349053>

## 5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

1. Электронная библиотечная система «ЭБ БашГУ» - <https://elib.bashedu.ru/>
2. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» - <https://biblioclub.ru/>
3. Электронная библиотечная система издательства «Лань» - <https://e.lanbook.com/>
4. Электронный каталог Библиотеки БашГУ - <http://www.bashlib.ru/catalogi/>

### Программное обеспечение:

1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. Договор №104 от 17.06.2013 г. Лицензии бессрочные.
2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. Договор №114 от 12.11.2014 г. Лицензии бессрочные.
3. Система централизованного тестирования БашГУ MOODLE

## 6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

<i>Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий</i>	<i>Вид занятий</i>	<i>Наименование оборудования, программного обеспечения</i>
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
<b>1. учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа:</b> аудитория № 515 (гуманитарный корпус), аудитория № 516 (гуманитарный корпус)	Лекции, лабораторные работы	<b>Аудитория № 515</b> Учебная мебель, доска, терминал видео конференц-связи LifeSizeIcon 600-камера, интер-ая система со встроенным короткофокусным проектором PrometheanActivBoard 387 RPOMOUNTST, профессиональный LCD дисплей Flame 42ST, настольный интерактивный дисплей SMARTPodiumSP518 с ПО SMARTNotebook, матричный коммутатор сигналов интерфейса HDMICMPRO 4H4H, интер-ая напольная кафедра докладчика, ком-ер встраиваемый в кафедру INTELCorei3-4150/DDr3 4 Gb/HDD 1TB/DVD-RW/ThermaltakeVL520B1N2E 220W/Win8Pro64, стол, трибуна, кресла секционные последующих рядов с пюпитром.
<b>2. учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа:</b> № 317а Лаборатория безопасности жизнедеятельности (главный корпус)		<b>Аудитория № 516</b> Учебная мебель, доска, кресла секционные последующих рядов с пюпитром, мобильное мультимедийное оборудование: проектор
<b>3. учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных</b>		

<p><b>консультаций:</b> аудитория 317а Лаборатория безопасности жизнедеятельности (главный корпус), аудитория 509 (гуманитарный корпус).</p> <p><b>4.учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации:</b> аудитория 317а Лаборатория безопасности жизнедеятельности (главный корпус), аудитория 509 (гуманитарный корпус).</p> <p><b>5.помещения для самостоятельной работы:</b> аудитория 613 (гуманитарный корпус), читальный зал аудитория 402 (гуманитарный корпус).</p>		<p>ASKProxima, ноутбук HP, экран</p> <p><b>Аудитория № 317а</b> Учебная мебель, доска, переносной мультимедиа-проектор BenQ MP515, Ноутбук Lenovo 550</p> <p><b>Аудитория № 509</b> Учебная мебель, доска, мобильное мультимедийное оборудование</p> <p><b>Аудитория № 402</b> Учебная мебель, доска, компьютеры в комплекте (5 шт.): монитор Samsung, системный блок Asus, клавиатура, мышь, стеллажи, шкафы картотечные, комбинированные</p> <p><b>Аудитория №613</b> Учебная мебель, доска, моноблок стационарный – 15 шт.</p> <p><b><u>Программное обеспечение:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. Договор №104 от 17.06.2013 г. Лицензии бессрочные.</li> <li>2. MicrosoftOfficeStandard 2013 Russian. Договор №114 от 12.11.2014 г. Лицензии бессрочные.</li> <li>3. Система централизованного тестирования БашГУ</li> </ol> <p>MOODLE</p>
---	--	--

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИНСТИТУТ ИСТОРИИ И ГОСУДАРСТВЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» на 1,2 семестр

*заочная*

форма обучения

<b>Вид работы</b>	<b>Объем дисциплины</b>
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	3 / 108
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	14,7
лекций	6
практических/ семинарских	
лабораторных	8
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,7
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	89,3
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	4

Форма контроля:  
зачет \_\_\_\_ 2 \_\_\_\_ семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР/СЕМ	ЛР	СР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	<b>Введение в безопасность. Основные понятия и определения</b> Характерные системы "человек - среда обитания". Производственная, городская, бытовая, природная среда. Взаимодействие человека со средой обитания. Понятия «опасность», «безопасность». Виды опасностей: природные, антропогенные, техногенные, глобальные. Экологическая, промышленная, производственная безопасности, пожарная, радиационная, транспортная, экономическая, продовольственная и информационная безопасности как компоненты национальной безопасности. Вред, ущерб, риск – виды и	2			10	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, собеседование, контрольная работа

	<p>характеристики.</p> <p>Чрезвычайные ситуации – понятие, основные виды.</p> <p>Безопасность и устойчивое развитие. Безопасность как одна из основных потребностей человека.</p> <p>Значение безопасности в современном мире.</p> <p>Причины проявления опасности. Роль человеческого фактора в причинах реализации опасностей. Аксиомы безопасности жизнедеятельности.</p> <p>Постиндустриальное общество как общество риска. Концепция общества риска. Значение компетенций в области безопасности для обеспечения устойчивого развития социума.</p> <p>Безопасность и демография.</p> <p>Место и роль безопасности в предметной области и профессиональной деятельности.</p>							
2.	<p><b>Человек и техносфера</b></p> <p>Понятие техносферы.</p> <p>Структура техносферы и ее основных компонентов.</p> <p>Генезис техносферы.</p> <p>Современное состояние техносферы и техносферной безопасности. Критерии и параметры безопасности</p>				10	<p>Осн: 1-3</p> <p>Доп: 1-4</p>	<p>Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы</p>	<p>тестирование, собеседование, контрольная работа</p>

	техносферы. Виды, источники основных опасностей техносферы и ее отдельных компонентов.							
3.	<b>Идентификация и воздействие на человека вредных и опасных факторов среды обитания</b> Классификация негативных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения. Вредные и опасные негативные факторы. Системы восприятия и компенсации организмом человека вредных факторов среды обитания. Предельно-допустимые уровни опасных и вредных факторов – основные виды и принципы установления. Параметры, характеристики основных вредных и опасных факторов среды обитания человека, основных компонентов техносферы и их источников. Воздействие основных негативных факторов на человека и их предельно-допустимые уровни.				10	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, собеседование, контрольная работа
4.	<b>Защита человека и среды обитания от вредных и опасных факторов природного, антропогенного и</b>				12	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и	тестирование, собеседование, контрольная работа

	<b>техногенного происхождения</b> Основные принципы защиты от опасностей. Системы и методы защиты человека и окружающей среды от основных видов опасного и вредного воздействия природного, антропогенного и техногенного происхождения. Методы защиты от вредных веществ, физических полей, информационных потоков, опасностей биологического и психологического происхождения. Общая характеристика и классификация защитных средств. Методы контроля и мониторинга опасных и вредных факторов. Основные принципы и этапы контроля и прогнозирования. Методы определения зон действия негативных факторов и их уровней.						дополнительной литературы	
5.	<b>Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека</b> Взаимосвязь условий жизнедеятельности со здоровьем и производительностью труда. Комфортные (оптимальные) условия жизнедеятельности.				12	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, собеседование, контрольная работа



	<p>Климатическая, воздушная, световая, акустическая и психологическая среды, влияние среды на самочувствие, состояние здоровья и работоспособность человека.</p> <p>Психофизиологические и эргономические условия организации и безопасности труда. Принципы, методы и средства организации комфортных условий жизнедеятельности.</p>							
6.	<p><b>Психофизиологические и эргономические основы безопасности</b></p> <p>Психические процессы, свойства и состояния, влияющие на безопасность.</p> <p>Психические процессы, психические свойства, психические состояния, влияющие на безопасность.</p> <p>Основные психологические причины ошибок и создания опасных ситуаций.</p> <p>Профессиограмма.</p> <p>Инженерная психология.</p> <p>Психодиагностика, профессиональная ориентация и отбор специалистов операторского профиля.</p> <p>Факторы, влияющих на надежность действий операторов. Виды и</p>				12	<p>Осн: 1-3</p> <p>Доп: 1-4</p>	<p>Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы</p>	<p>тестирование, собеседование, контрольная работа</p>

	<p>условия трудовой деятельности. Виды трудовой деятельности: физический и умственный труд, формы физического и умственного труда, творческий труд. Классификация условий труда по тяжести и напряженности трудового процесса. Классификация условий труда по факторам производственной среды. Эргономические основы безопасности. Эргономика как наука о правильной организации человеческой деятельности, соответствии труда физиологическим и психическим возможностям человека, обеспечение эффективной работы, не создающей угрозы для здоровья человека. Система «человек — машина — среда».</p> <p>Антропометрическая, сенсомоторная, энергетическая, биомеханическая и психофизиологическая совместимость человека и машины. Организация рабочего места.</p>							
7.	<p><b>Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации</b></p> <p>Основные понятия и определения,</p>	4		4	12	<p>Осн: 1-3 Доп: 1-4</p>	<p>Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и</p>	<p>тестирование, собеседование, контрольная работа, лабораторные</p>

<p>классификация чрезвычайных ситуаций и объектов экономики по потенциальной опасности. Фазы развития чрезвычайных ситуаций. Поражающие факторы источников чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Классификация стихийных бедствий (природных катастроф), техногенный аварий. Характеристика поражающих факторов чрезвычайных ситуаций природного характера. Техногенные аварии – их особенности и поражающие факторы. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и их поражающие факторы. Виды оружия массового поражения, их особенности и последствия его применения. Терроризм и террористические действия. Методы прогнозирования и оценки обстановки при чрезвычайных ситуациях. Устойчивость функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. Принципы и способы повышения устойчивости функционирования объектов в чрезвычайных ситуациях. Основы</p>							дополнительной литературы	работы
---	--	--	--	--	--	--	---------------------------	--------

	<p>организации защиты населения и персонала в мирное и военное время, способы защиты, защитные сооружения, их классификация.</p> <p>Организация эвакуации населения и персонала из зон чрезвычайных ситуаций. Мероприятия медицинской помощи.</p> <p>Средства индивидуальной защиты и порядок их использования. Основы организации аварийно-спасательных и других неотложных работ при чрезвычайных ситуациях.</p>							
8.	<p><b>Управление безопасностью жизнедеятельности</b></p> <p>Законодательные и нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности.</p> <p>Системы законодательных и нормативно-правовых актов, регулирующих вопросы экологической, промышленной, производственной безопасности и безопасности в чрезвычайных ситуациях, гражданской обороны.</p> <p>Характеристика основных законодательных и нормативно-правовых</p>				11,3	<p>Осн: 1-3 Доп: 1-4</p>	<p>Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы</p>	<p>тестирование, собеседование, контрольная работа</p>

<p>актов: назначение, объекты регулирования и основные положения. Экономические основы управления безопасностью. Современные рыночные методы экономического регулирования различных аспектов безопасности: позитивные и негативные методы стимулирования безопасности. Понятие экономического ущерба, его составляющие и методические подходы к оценке. Материальная ответственность за нарушение требований экологической, промышленной и производственной безопасности. Страхование рисков: экологическое страхование, страхование ответственности владельцев опасных производственных объектов, страхование профессиональных рисков, социальное страхование. Основные понятия, функции, задачи и принципы страхования рисков. Органы государственного управления безопасностью: органы управления, надзора и контроля за безопасностью, их основные функции, права и обязанности, структура.</p>								
---	--	--	--	--	--	--	--	--

	Система РСЧС и гражданской обороны. Корпоративный менеджмент в области экологической безопасности, условий труда и здоровья работников: основные задачи, принципы и системы менеджмента (экологический менеджмент, менеджмент безопасности труда и здоровья работников)							
	<b>Всего часов:</b>	6		8	89,3			

