
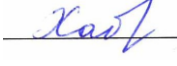


МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИОЛОГИИ

Утверждено:
на заседании кафедры
экологии и безопасности жизнедеятельности
протокол № 6 от «07» февраля 2022 г.
Зав. кафедрой  /Ахмадеев А.В.

Согласовано:
Председатель УМК факультета Философии и
социологии
 /Хайруллин Р.Н.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

дисциплина Безопасность жизнедеятельности

Обязательная часть

программа бакалавриата


Направление подготовки (специальность)
51.03.03 Социально-культурная деятельность

Направленность (профиль) подготовки

Менеджмент в социокультурной деятельности

Квалификация
бакалавр

Форма обучения
Очная

Разработчик (составитель) Доцент, кандидат биологических наук (должность, ученая степень, ученое звание)	 / Габидуллина Г.Ф. (подпись, Фамилия И.О.)
---	--

Для приема 2022 г.

Уфа 2022 г.

Составитель: доцент, к. биолог. н. Габидуллина Г.Ф.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры экологии и безопасности жизнедеятельности протокол от «07» февраля 2022 г. № 6

Зав. кафедрой _____  /Ахмадеев А.В.

Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)
4. Фонд оценочных средств по дисциплине
 - 4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.
 - 4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
 - 5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины
 - 5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

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

По итогам освоения дисциплины обучающийся должен достичь следующих результатов обучения:

Категория (группа) компетенций ¹ (при наличии ОПК)	Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
Безопасность жизнедеятельности	УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	ИУК 8.1. Знать: научно обоснованные способы поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	знать: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний.
		ИУК 8.2. Уметь: создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний.
		ИУК 8.3. Владеть: навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	владеть: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций

2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к обязательной части.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1 семестре.

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

¹ Указывается только для УК и ОПК (при наличии).

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

Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотношенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и формулировка компетенции УК-8 - Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

Этап (уровень) освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		«Не зачтено»	«Зачтено»
Первый этап (уровень)	знать: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний.	Не знает основные природные и техногенные опасности, их свойства и характеристики; теоретические основы безопасности жизнедеятельности при ЧС; Не знает характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду, методы и способы защиты от них; возможные последствия аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения. Не знает правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности	Отлично разбирается и понимает термины и теоретические основы безопасности жизнедеятельности при ЧС, характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду, методы и способы защиты от них; возможные последствия аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности, основные природные и техногенные опасности, их свойства и характеристики.
Второй этап (уровень)	уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по	Не умеет идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС;	На высоком уровне использовать знания об основных опасностях среды обитания человека, идентифицирует основные опасности среды обитания человека, умеет оценивать риск их реализации; жизненные нарушения при неотложных

	оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний.	Не умеет распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах;	состояниях и травмах; принимает решения по целесообразным действиям в ЧС.
Третий этап (уровень)	владеть: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций	Не владеет понятийно-терминологическим аппаратом в области безопасности жизнедеятельности; не владеет навыками по обеспечению безопасности в системе «человек-среда обитания»; не владеет основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;	На отличном уровне владеет понятийно-терминологическим аппаратом в области безопасности жизнедеятельности; Отлично владеет навыками по обеспечению безопасности в системе «человек-среда обитания»; Владеет основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей, перечисленных в рейтинг-плане дисциплины (для зачета: текущий контроль – максимум 50 баллов; рубежный контроль – максимум 50 баллов, поощрительные баллы – максимум 10).

Шкалы оценивания:

зачтено – от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),
не зачтено – от 0 до 59 рейтинговых баллов).

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

1.

Этапы освоения	Результаты обучения	Компетенция	Оценочные средства
1-й этап Знания	знать: научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой медицинской помощи; основы медицинских знаний.	УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	Доклад, Лабораторная работа, контрольная работы, тесты
2-й этап Умения	уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний.	УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	Доклад, Лабораторная работа, контрольная работы, тесты

3-й этап Владеть навыками	владеть: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций	УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	Доклад, Лабораторная работа, контрольная работы Тесты
----------------------------------	---	---	--

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

Тест считается пройденным, если имеются более 50% правильных ответов при следующей оценке:

- от 50% до 70% - удовлетворительно;
- от 71% до 90% - хорошо;
- от 91% до 100% - отлично.

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;
- з) Мин ЧС

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. Метеопараметры производственной среды:

- а) температура, влажность, скорость движения воздуха;
- б) температура, скорость движения воздуха, атмосферное давление, ионизирующее излучение;
- в) температура, скорость движения воздуха, радиационный фон.

11. Патологические состояния, возникающие при неблагоприятном микроклимате:

- а) тепловой удар;
- б) солнечный удар;
- в) острая сердечная недостаточность;
- г) глаукома;
- д) судорожная болезнь;
- е) радикулиты.

12. В производстве различают следующие шумы:

- а) ударный;
- б) химический;
- в) механический;

- г) аэрогидродинамический;
- д) сплошной.

13. Единица измерения интенсивности звука:

- а) дБ;
- б) Па;
- в) Гц.

14. Наибольшую опасность для организма проникновение токсичных веществ через:

- а) органы желудочно-кишечного тракта;
- б) органы дыхания;
- в) кожные покровы;
- г) слизистые оболочки глаз.

15. Источники местной (локальной) вибрации:

- а) насосы;
- б) отбойные молотки;
- в) транспортные машины;
- г) сверлильные машины;
- д) бензодвигательные пилы.

16. Что такое освещенность?

- а) лучистая энергия, вызывающая световое ощущение;
- б) плотность светового потока на определенной поверхности;
- в) сила света точечного источника в направлениях которых он испускает световой поток 1 лм.

17. Электрический ток оказывает на организм человека следующие виды воздействия:

- а) термическое;
- б) судорожное;
- в) биологическое;
- г) электролитическое;
- д) ионизирующее.

18. Факторы, определяющие опасность поражения электрическим током:

- а) электрическое сопротивление тела человека;
- б) условия внешней среды;
- в) сезонность, время суток;
- г) величина тока и напряжения;
- д) продолжительность воздействия;
- е) профессиональная подготовленность человека.

19. Первая помощь при ожогах кислотой:

- а) промыть струей холодной воды;
- б) промыть струей горячей воды;
- в) нейтрализовать концентрированным раствором щелочи.

20. По способу перемещения воздуха вентиляция бывает:

- а) естественная;
- б) местная;
- в) механическая;
- г) принудительная.

2. **Доклад**– подготовленный студентом самостоятельно сделанный отчет по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной проблемы. Данное задание частично регламентированное, имеющее нестандартное подачу материала и позволяющее диагностировать у студентов умения интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.

Количество и вес критериев оценки доклада зависят от того, является ли доклад единственным объектом оценивания или он представляет собой только его часть.

Доклад как единственное средство оценивания эффективен, прежде всего, тогда, когда студент представляет результаты своей собственной учебно/научно-исследовательской деятельности, и важным является именно содержание и владение представленной информацией. В этом случае при оценке доклада может быть использована любая совокупность из следующих критериев:

- ✓ соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам;
- ✓ проблемность / актуальность;
- ✓ новизна / оригинальность полученных результатов;
- ✓ глубина / полнота рассмотрения темы;
- ✓ доказательная база / аргументированность / убедительность / обоснованность выводов;
- ✓ логичность / структурированность / целостность выступления;
- ✓ речевая культура (стиль изложения, ясность, четкость, лаконичность, красота языка, учет аудитории, эмоциональный рисунок речи, доходчивость, пунктуальность, невербальное сопровождение, оживление речи афоризмами, примерами, цитатами и т.д.);
- ✓ используются ссылки на информационные ресурсы (сайты, литература);
- ✓ наглядность / презентабельность (если требуется);
- ✓ самостоятельность суждений / владение материалом / компетентность.

Если доклад сводится к краткому сообщению (10 минут), может сопровождаться презентацией (10-15 слайдов) и не может дать полного представления о проведенной работе, то необходимо оценивать ответы на вопросы и, если есть, отчет/пояснительную записку.

Параметры оценочного средства (пример для доклада)

Предлагаемое количество тем	10
Предел длительности контроля	Общее время 90 мин.
Критерии оценки: - соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам; - показал понимание темы, умение критического анализа информации; - продемонстрировал знание методов изучения ... и умение их применять; - обобщил информацию с помощью таблиц, схем, рисунков и т.д.; - сформулировал аргументированные выводы; - оригинальность и креативность при подготовке презентации;	максимум 5 баллов
«5», если задание выполнено полностью	5 баллов
«4», если задание выполнено с незначительными погрешностями	4 баллов
«3», если обнаруживает знание и понимание большей части задания	3 баллов

Пример тем докладов по учебному курсу:

1. Безопасность жизнедеятельности - наука о выживании.
2. Радиоактивное загрязнение окружающей среды в связи с развитием атомной энергетики и в результате ядерных взрывов.
3. Воздействие на организм загрязнителей окружающей среды.
4. Краткие сведения о Республике Башкортостан, имеющие значение к экологическому состоянию республики.
5. Загрязнение атмосферного воздуха промышленными предприятиями, автотранспортом, а также агропромышленным производством в Республике Башкортостан.
6. Проблема охраны и рационального использования водных ресурсов в Республике Башкортостан.
7. Загрязнение окружающей среды в Республике Башкортостан физическими факторами.
8. Природные катастрофы в современном мире.
9. Техногенные катастрофы в современном мире.
10. Основные принципы безопасности населения и территории от ЧС в Российской Федерации.

3. **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 выполнения лабораторной работы:

- ✓ соответствие предполагаемым ответам;
- ✓ правильное использование алгоритма выполнения действий (методики проведения измерений);
- ✓ логика рассуждений сопоставления полученных результатов;
- ✓ умение делать выводы.

Перечень тем лабораторных работ

1. Исследование параметров естественного и искусственного освещения в помещении.
2. Определение уровня шума (звукового давления) на территории и в помещении.
3. Определение уровня электромагнитного поля источника излучения.
- 4.. Определение мощности гамма- излучения на территории и в помещении.
5. Изучение и освоение основных приемов оказания сердечно-легочной реанимации и основных способов искусственного дыхания.
6. Оказание первой помощи пострадавшим от различных поражающих факторов
7. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при ЧС кровотечениях.
8. Первая помощь при травмах. Наложение шины на сломанную конечность.

Пример лабораторной работы по учебному курсу:

Лабораторная работа: ИЗМЕРЕНИЯ ШУМОВОЙ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕРРИТОРИИ И РАБОЧИХ МЕСТ

1. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.

1.1 ОСНОВНЫЕ АКУСТИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Шум, как гигиенический фактор, представляет собой совокупность звуков, неблагоприятно воздействующих на организм человека, мешающих его работе и отдыху. По физической сущности

шум - это беспорядочное сочетание звуков различной частоты и интенсивности, возникающих при механических колебаниях в твердых, жидких и газообразных средах.

При звуковых колебаниях частиц среды в ней возникает переменное давление, которое называют звуковым давлением (P). Распространение звуковых волн сопровождается переносом энергии, величина которой определяется интенсивностью звука (J). Для оценки шума принято использовать не абсолютные значения интенсивности и звукового давления, а относительные логарифмические единицы, величины - децибелы (дБ), взятые по отношению к пороговым значениям звукового давления и интенсивности.

По временным характеристикам подразделяются на постоянные, уровень звука за рабочую смену изменяется во времени не более чем на 5 дБ и непостоянные, уровень звука которых за рабочую смену изменяется во времени более чем на 5 дБ. Непостоянные шумы в свою очередь подразделяются на колеблющиеся во времени, уровень звука которых непрерывно изменяется во времени; прерывистые, уровень звука которых ступенчато изменяется на 5 дБ и более; импульсные, состоящие из одного или нескольких звуковых сигналов, каждый длительностью менее одной секунды.

По природе происхождения шум классифицируется:

- шум механического происхождения, возникающий вследствие вибрации поверхностей машин и оборудования, а также ударов в конструктивных элементах;
- шум аэродинамического происхождения – шум, возникающий вследствие стационарных или нестационарных процессов в газах;
- шум электромагнитного происхождения – шум, возникающий вследствие колебаний элементов электромеханических устройств;
- шум гидродинамического происхождения.

По возможности распространения шум подразделяется:

- воздушный шум, распространяющийся в воздушной среде от источника возникновения до места наблюдения;
- структурный шум, излучаемый конструктивными элементами помещений и зданий:

Шум может иметь одну или несколько дискретных частотных полос (тональный шум) или широкополосный спектр (белый шум).

Шум как акустическое воздействие характеризуется физическими и физиологическими аспектами. С физической стороны он представляет собой явление, связанное с волновым распространением колебаний частиц упругой среды:

- для воздуха – 331 м/с;
- для воды – 1481 м/с;
- для алюминия – и его сплавов до 6320 м/с;

С физиологической стороны шум характеризуется ощущением, вызванным воздействием звуковых волн на органы слуха.

Диапазон звуков, воспринимаемых органами слуха человека от 0 до 140 дБ.

Интенсивность звука- средний поток энергии звуковой волны проходящей в единицу времени через единицу поверхности, перпендикулярной направлению потока. Интенсивность звука измеряется в ваттах на м². (Вт/м²)

Уровень интенсивности звука определяется:

$$L_i = 10 \lg (J / J_j), \quad (1)$$

J - интенсивность звука в данной точке, Вт/м²;

J_j - интенсивность звука, которая соответствует порогу слышимости = 10^{-12} Вт/м² при частоте 1000 Гц. Разность давлений в возмущенной (звуком) и воздушной невозмущенной среде называется звуковым давлением, Единицы измерения звукового давления Па, Н/м².

Уровень звукового давления определяется по формуле:

$$L_h = 20 \lg (P / P_0), \quad (2)$$

P - звуковое давление в данной точке, Па;

P_0 - пороговое звуковое давление = $2 \cdot 10^{-5}$ Па.

Частота колебаний может составлять от единиц до десятков тысяч Гц. Органы слуха человека воспринимают звуковые волны с частотой от 16 до 22000 Гц. Колебания с частотой меньше 16 Гц (инфразвуки) и больше 22000 Гц (ультразвуки) вообще не воспринимаются органами слуха. Физиологической особенностью восприятия частотного состава звуков является то, что слух реагирует не на абсолютный, а на относительный прирост частот. Увеличение частоты колебания

вдвое воспринимается как повышение тона (высоты) на определенную величину, называемую октавой. Весь слышимый диапазон частот разбит на 9 октав: 16,32... 16000 Гц.

Каждая октавная полоса характеризуется граничными и среднегеометрическими частотами. Среднегеометрическая частота определяется по формуле:

$$f_{cp} = \sqrt{f_{чн} \times f_{вч}}, \quad (3)$$

где $f_{чн}$ и $f_{вч}$ – соответственно нижняя и верхняя границы частот, Гц

1.2 ДЕЙСТВИЕ ШУМА НА ОРГАНИЗМ И ЕГО ГИГИЕНИЧЕСКОЕ НОРМИРОВАНИЕ

Гигиеническое нормирование шума осуществляется в соответствии с ГОСТ 12.1.003 – 83 ССБТ.

Основной гигиенической характеристикой постоянного шума на рабочих местах является спектр шума – уровни звуковых давлений в октавных полосах, со среднегеометрическими частотами 31,5; 63,0; 125; 250; 500; 1000; 2000; 4000; 8000 Гц, определяемые по формуле:

$$L_g = 20 \lg (P_{зв} / P_0), \quad (4)$$

которые наиболее полно характеризуют шум. Данные чистоты определены эмпирически.

Нормальный уровень шума жилого помещения соответствует значению 30 – 35 дБ, речь средней громкости – 60 – 65 дБ; работа дизельного двигателя грузового автомобиля повышает уровень шума до 80 – 85 дБ.

Строительный пневмоперфоратор создает звуковое воздействие на уровне 100 дБ.

Человек воспринимает воздействующий на него шум повышенного уровня негативно:

- ночной шум на уровне 40 дБ может привести к бессоннице и неврозам;
- постоянные шумы в дневное время на уровне 60 – 70 дБ и выше ведут к развитию раздражительности, рассеянности, сердечно – сосудистых заболеваний, повышению давления и уровня травматизма;
- уровень шума 120 – 130 дБ создает болевые ощущения органов слуха и/или акустической травме;
 - шум на уровне 186 дБ приводит к разрыву барабанных перепонок;
 - при воздействии – 196 дБ и более – отслоение легочной ткани человека.

Допустимый уровень шумовых помех, не препятствующий нормальному речевому общению людей объемом до 500 м³, должен быть менее 60 дБ. Предельный уровень производственного шума в течении нескольких часов для незащищенных органов слуха, составляет 100 дБ, но при каждодневной длительной работе ведет к профессиональному заболеванию – шумовой глухоте.

Вне границ диапазона слышимости (16 Гц – 20 кГц) человек звуковые колебания не ощущает.

- ниже 16 Гц – инфразвук;
- свыше 20 кГц – ультразвук, которые также оказывают негативное действие на человеческий организм.

2. НАЗНАЧЕНИЕ, УСТРОЙСТВО, РАБОТА ИЗМЕРИТЕЛЯ УРОВНЯ ШУМА (ШУМОМЕРА) SL - 100

2.1. НАЗНАЧЕНИЕ ШУМОМЕРА SL – 100

Цифровой измеритель уровня звука предназначен для бытовых целей и имеет два режима измерения «А» и «С». В режиме «А» производятся измерения звуков воспринимаемых человеческим ухом, а в режиме «С» измеряются акустические звуковые сигналы (в этом режиме частоты воспринимаются с линейной характеристикой). Возможен выбор скорости измерений.

Особенности:

- А/С режимы измерения;
- Функция запоминания Макс. значений;
- Переключение скорости измерений (быстро/медленно);
- Колпачок против помех ветра.

2.2 ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРИБОРА SL – 100

- Диапазон измерений: от 30 – 130 дБ;
- Разрешено: 0,1 дБ;
- Время отклика: 125/1000 ms;
- Точность: 2 дБ; (94 дБ/1 кГц);
- Полоса частот: 31,5 Гц - 8 кГц
- Питание: 9V батарея;

- Размеры: 55x210x32

- Вес: 30г.

Прибор поставляется элементом питания (9 Вольт).

Внешний вид шумомера SL – 100 представлен на рис. 1.

1 – Корпус шумомера;

2 – Микрофон с защитным приспособлением;

3 – Дисплей

4 – Переключатель.

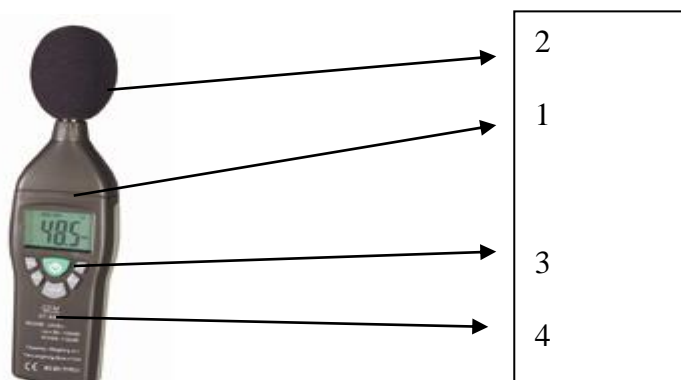


Рис.1 Шумомер SL – 100

2.3 УКАЗАНИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

Шумомер SL – 100 – измерительный инструмент высокой точности для измерения уровня звука на объектах исследования как внутри помещений, так и вне. Измерения осуществляются с помощью микрофона, расположенного в корпусе прибора. Результаты измерения отражаются на дисплее.

При эксплуатации запрещается разборка и ремонт прибора (кроме специалистов);

Прибор следует оберегать от ударов и сотрясений.

В случае загрязнения частей прибора следует протереть данную поверхность сухой тряпкой. Не допускается использование чистящих веществ.

При использовании прибора в холодное время года, замеры в теплом помещении допускается осуществлять после выравнивания температуры прибора с окружающей средой.

2.4 ИЗМЕРЕНИЯ

Для начала измерений следуйте указаниям о безопасности, разберитесь в технических данных прибора SL – 100:

- для включения прибора нажмите кнопку в центре панели управления;
- установите с помощью кнопки «A/C» режим измерения «A», предназначенный для измерения звуков, воспринимаемых человеческим ухом, что контролируется на дисплее надписью «ДБ» - справа от показаний прибора;
- нажмите кнопку «F/S» и скорость изменится, установив режим «S» - (Slow - медленно), следуя надписи на дисплее – сверху от показаний;
- замерьте уровень звука в контролируемый момент времени, прочитав указания на дисплее, кнопка «Hold» позволяет зафиксировать показания прибора.
- зафиксируйте максимальное значение уровня звука с помощью кнопки на панели прибора «max».
- после измерения выключите прибор кнопкой до исчезновения надписей на дисплее, после чего уложите прибор в футляр (упаковочную коробку).

3. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ.

Лабораторная работа условно разделена условно на 2 составные части:

- измерение и оценка шумового загрязнения (уровня звука) на территории учебного заведения (вне помещения);
- измерение и оценка уровня звука на рабочих местах в зависимости от расположения и показателей источника шума.

3.1 ИЗМЕРЕНИЕ И ОЦЕНКА УРОВНЯ ШУМОВОГО ЗАГРЯЗНЕНИЯ НА ТЕРРИТОРИИ БГУ

В связи с тем, что основным источником внешнего шума в городе является транспортные потоки:

а) определение интенсивности движения автотранспорта по улице З. Валиди вблизи главного корпуса университета, отдельно для грузовых и легковых автомобилей, автобусов в единицу времени с записью в таблице.

б) одновременно с определением интенсивности движения замеряются уровни звука в данный период времени (средние значения показаний в дБ прибора), а так же максимальный уровень звука.

Первый замер осуществляется посередине тротуара в месте проведения исследования, последующие через 5 м по направлению к окнам учебной аудитории (извне) но не ближе 1 м. от стены здания, высоты установки микрофона при замерах 1,2 м микрофон направлен в сторону транспортного потока и удален не менее чем на 0,5 м от человека.

Результаты замеров заносятся в таблицу 1.

Таблица 1
Результаты измерений.

№ п/п	Место измерения и расстояние от основного источника шума, м.	Характер шума – постоянный (колеблющийся)	Уровень звука, дБ	Максимальный уровень звука, дБ	Допустимые значения показателей шума в данное время суток дБ	Интенсивность движения транспорта, ед,ч	Время проведения измерений Дата, час, мин.	Соответствие требованиям СН Уровню звука (да, нет)
0	0				45 дБ-днем			
1	5				35 дБ-вечером и ночью			
2	15							

По данным таблицы построить кривую изменения уровня звука на территории по мере удаления от источника шума – транспортной магистрали (ул. З. Валиди)

3.2 ИЗМЕРЕНИЕ И ОЦЕНКА УРОВНЯ ЗВУКА ВНУТРИ УЧЕБНОЙ АУДИТОРИИ.

Результаты измерения внутри помещения зависят от следующих характеристик:

- наличие людей;
- наличие мебели, в т. ч. офисной;
- наличие средств, снижающих уровень негативного воздействия шума (стеклопакеты на окнах, шторы, средства звукопоглощения и т.п.)

Замер осуществляется на высоте 1,2 м в точках, расположенных не ближе 1 м от стен аудитории, в условиях относительной тишины в помещении и интенсивных переговоров студентов, имитирующих перерыв между занятиями.

Полученные результаты сравниваются с нормативными значениями уровней согласно приложения А.

Таблица 2

Уровни звука на рабочих местах

	Аудитория (время занятий)	Аудитория (перемена)	Охранник (главный корпус)	Вахтер	Преподаватель
Рабочее место					
Уровень звука, дБ					

4. ТРЕБОВАНИЯ К СОДЕРЖАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ОТЧЕТА.

Отчет оформляется в отдельной тетради, предназначенной для лабораторных работ.

Отчет о работе должен содержать:

- название и цель работы;
- ответы на контрольные вопросы, краткое описание метода измерений и прибора для измерения шума;
- таблица экспериментальных данных;
- графическое отображение показателей шумового загрязнения на территории;
- выводы.

Контрольные вопросы

1. Назовите основные классификационные группы трудовой деятельности по физической и умственной группы трудовой деятельности.
2. Назовите основные характеристики состояния системы «Человек – среда обитания»
3. Как влияют на физиологические параметры организма несоответствующие нормам показатели шума?
4. Дать определение акустического шума. Действие шума на организм человека.
5. Дать определение среднегеометрической частоты и октавных полос. Почему используется такой частотный масштаб?
6. Что называют спектром шума при его нормировании?
7. Что такое звуковое давление, интенсивность шума, пороговые значения звукового давления и интенсивности?
8. Как определяются и что определяют уровни звукового давления и интенсивности шума, уровень мощности источника шума?
9. Что такое шумовая характеристика источника шума и как она определяется?
10. Как изменится уровень шума от одного и того же источника в открытом пространстве и в помещении?
11. Какой акустический параметр измеряется шумомер?
12. Что такое уровень звука и как его измеряют?

4. 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:

- ✓ 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.
- ✓ «5» (1 балл), если задание выполнено полностью
- ✓ «4» (1 балл), если задание выполнено с незначительными погрешностями
- ✓ «3» (0 баллов), если обнаруживает знание и понимание большей части задания

Пример тем для собеседования по учебному курсу:

1. Чрезвычайные ситуации
2. Пожар и взрыв.
3. Радиационные аварии
4. Аварии на химически опасных объектах.
5. Гидротехнические аварии.
6. Чрезвычайные ситуации военного времени.
7. Стихийные бедствия.
8. Устойчивость функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.
9. Экстремальные ситуации.
10. Спасательные работы при чрезвычайных ситуациях.

4.3. Рейтинг-план дисциплины

Рейтинг–план дисциплины представлен в приложении 2.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

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

Основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник / под ред. Л. А. Михайлова. — 2-е изд., стереотип. — Электрон. дан. и прогр. — М.: Академия, 2009. — (Высшее профессиональное образование). — Загл. с титул. экрана. — Электрон. версия печ. публикации. — Комплект учебной литературы в электронном варианте. — Систем. требования: IBM PC; Microsoft Windows 95/98/XP. — <URL:https://elib.bashedu.ru/dl/read/Mikhailov_red_Bezopasnost_schiznedejatelnosti_u_Academia_2009.pdf>.

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 – Доступ возможен через Электронный читальный зал (ЭЧЗ). – 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 – Доступ возможен через Электронный читальный зал (ЭЧЗ). – 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 – Доступ возможен через Электронный читальный зал (ЭЧЗ). – 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 – Доступ возможен через Электронный читальный зал (ЭЧЗ). – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=466497>

3. 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 – Доступ возможен через Электронный читальный зал (ЭЧЗ). – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450720>

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 – Доступ возможен через Электронный читальный зал (ЭЧЗ). –URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=486156>

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/>

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

Наименование дисциплины (модуля), практик в соответствии с учебным планом	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Безопасность жизнедеятельности	<p>1. учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа: аудитория № 320 (биологический факультет) (главный корпус, З.Валиди,32),</p> <p>2. учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа: лаборатория № 320а (биологический факультет, главный корпус, З.Валиди, 32).</p> <p>3. учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций: аудитория № 320(биологический факультет, главный корпус, З.Валиди, 32).</p> <p>4. учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации: аудитория № 320(биологический факультет, главный корпус, З.Валиди, 32).</p> <p>5. помещения для самостоятельной работы: читальный зал №3, библиотека, аудитория 428 (биологический факультет, главный корпус, З.Валиди, 32).</p> <p>6. Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования: аудитория</p>	<p>Аудитория № 320а Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, доска, ноутбук, мультимедиа-проектор, экран настенный Лаборатория 320а</p> <p>Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, доска, дозиметр-радиометр МКС-05, измеритель уровня электромагнитного фона АТТ-2592, тренажер сердечно-легочной реанимации Т2 «Максим III», медицинские жгуты и шины, цифровой люксметр MS-1300, шумомер SL-100, противогазы, костюмы химической защиты ОЗК и ЛП, ВПХР</p> <p>Аудитория №428 Компьютеры, имеющие доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» для работы со справочными правовыми системами, официальными сайтами; имеющие информационно-вычислительные системы с базами данных, методами обработки информации</p> <p>Аудитория №300 дозиметр-радиометр МКС-05, измеритель уровня электромагнитного фона АТТ-2592, тренажер сердечно-легочной реанимации Т2 «Максим III», медицинские жгуты и шины, цифровой люксметр MS-1300, шумомер SL-100, противогазы, костюмы химической защиты ОЗК и ЛП, ВПХР.</p> <p>Читальный зал №3 Учебная мебель, учебно-</p>	<p>1.Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. Договор № 104 от 17.06.2013 г. Лицензия – бессрочная.</p> <p>2.Microsoft Office Standard 2013 Russian. Договор № 114 от 12.11.2014 г. Лицензия – бессрочная.</p> <p>3.Windows 10. Договор № 004 от 19.03. 2019 г. Лицензия – бессрочная.</p> <p>4.Система централизованного тестирования БашГУ (Moodle). GNU General Public License</p>

	№ 300 (биологический факультет).	наглядные пособия, принтер Kyocera M130 – 1 шт., сканер Epson V33 – 1 шт., моноблок Compaq Intel Atom, 20.0”, 2 GB, Моноблок IRu 502, 21.5”, Intel Pentium, 4 GB, огнетушитель – 1 шт., подставка автосенсорная на сканер – 1 шт.	
--	----------------------------------	---	--

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИОЛОГИИ

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» на 1 семестр

очная

форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2 / 72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	48,2
лекций	16
практических/ семинарских	
лабораторных	32
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	23,8
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	

Форма контроля:

зачет 1 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.	Введение в безопасность. Основные понятия и определения	4			3	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, контрольная работа, лабораторные работы, собеседование по итогам лабораторной работы.
2.	Человек и техносфера	4			3	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, контрольная работа, лабораторные работы, собеседование по итогам лабораторной работы.
3.	Идентификация и воздействие на человека вредных и опасных факторов среды обитания			4	3	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, контрольная работа, лабораторные работы, собеседование по итогам лабораторной

								работы.
4.	Защита человека и среды обитания от вредных и опасных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения			4	3	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, контрольная работа, лабораторные работы, собеседование по итогам лабораторной работы.
5.	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека			8	3,8	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, контрольная работа, лабораторные работы, собеседование по итогам лабораторной работы.
6.	Психофизиологические и эргономические основы безопасности			0	3	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, контрольная работа, лабораторные работы, собеседование по итогам лабораторной работы.
7.	Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации	4		16	3	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, контрольная работа, лабораторные работы, собеседование по итогам лабораторной работы.

8.	Управление безопасностью жизнедеятельности	4			2	Осн: 1-3 Доп: 1-4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	тестирование, контрольная работа, лабораторные работы, собеседование по итогам лабораторной работы.
	Всего часов:	16		32	23,8			

Рейтинг – план дисциплины

Безопасность жизнедеятельности

(название дисциплины согласно рабочему учебному плану)

направление/специальность 51.03.03 Социально-культурная деятельность

курс 1, семестр 1

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
Модуль 1				
Текущий контроль				
1. Доклад	1	5	0	5
2. Лабораторные работы	5	4	0	20
Рубежный контроль				
1. Тестирование	1	25	0	25
Всего			0	50
Модуль 2				
Текущий контроль				
1. Доклад	1	5	0	5
2. Лабораторные работы	5	4	0	20
Рубежный контроль				
2. Тестирование	1	25	0	25
Всего			0	50
Поощрительные баллы				
1. Публикация статей	5	1	1	5
2. Участие в конференции	5	1	1	5
Всего				
Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)				
1. Посещение лекционных занятий			-6	0
2. Посещение лабораторных занятий			-10	0
Итоговый контроль				
1. Зачет				