


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

**УТВЕРЖДЕНО**  
решением Ученого совета факультета  
культуры и искусства  
от «18» июня 2020 г., протокол № 12/217

Председатель / \_\_\_\_\_ / Т.А. Ившина  
(подпись)

«18» июня 2020 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	Безопасность жизнедеятельности
Факультет	Инженерно-физический факультет высоких технологий
Кафедра	Техносферной безопасности
Курс	1

Направление (специальность) 53.03.02 «Музыкально-инструментальное искусство»  
*код направления (специальности), полное наименование*

Направленность (профиль) «Оркестровые духовые и ударные инструменты»  
*полное наименование*

Форма обучения: очная  
*очная, заочная, очно-заочная (указать только те, которые реализуются)*

Дата введения в учебный процесс УлГУ: «01» сентября 2020 г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	Кафедра	Должность, ученая степень, звание
Ямборко П.В.	Техносферной безопасности	Доцент, кандидат биологических наук

СОГЛАСОВАНО	СОГЛАСОВАНО
Заведующий кафедрой техносферной безопасности	И.о. заведующего кафедрой музыкально-инструментального искусства, дирижирования и музыкознания
( _____ /В.В. Варнаков / <i>Подпись</i> <i>ФИО</i> «18» июня 2020 г.	( _____ /В.Ю. Кузьмина/ <i>Подпись</i> <i>ФИО</i> «18» июня 2020 г.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### Цели освоения дисциплины:

- формирование у студентов твердых знаний о чрезвычайных ситуациях (ЧС) мирного и военного времени, мероприятий по защите населения с использованием индивидуальных и коллективных средств защиты при оказании первой медицинской помощи пострадавшим.

### Задачи освоения дисциплины:

- формирование высоких морально-психологических и профессиональных качеств;
- способности быстро ориентироваться в экстремальной обстановке;
- обучить действиям в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени, защите от оружия массового поражения;
- совершенствовать развитие системы адаптации с целью обеспечения безопасности жизнедеятельности при взаимодействии с внешней средой;
- формировать процесс мотивации здорового образа жизни и повышение ответственности за состояние своего здоровья.

Важным элементом обеспечения личной безопасности человека являются его знания, опыт, готовность к адекватным действиям в любых непредвиденных экстремальных ситуациях. Изучение курса «Безопасность жизнедеятельности» позволит студентам получить систематизированное представление об опасностях и о прогнозировании степени воздействия опасных ситуаций на человека, оценить их влияние на его жизнь и здоровье, выработать алгоритм безопасного поведения с учетом реальных возможностей человека.

Содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» составляют общие закономерности опасных явлений и соответствующие методы и средства защиты человека в любых условиях обитания, при этом решается триединая задача, которая состоит в идентификации опасностей, реализации профилактических мероприятий и защите от остаточного риска

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП


Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к блоку дисциплин базовой части программы бакалавриата (Б1.Б.19) Основной профессиональной образовательной программы по направлению 53.03.02 «Музыкально-инструментальное искусство».

Она непосредственно связана с дисциплинами базовой и вариативной части программы бакалавриата (история, философия, психология, эстетика) и опирается на приобретенные при изучении данных дисциплин знания и умения.

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» изучается на четвертом курсе в седьмом семестре. Для ее изучения нужны следующие компетенции:

- способностью использовать основы гуманитарных и социально-экономических знаний в различных сферах жизнедеятельности (ОК – 3);
- готовностью к самоорганизации и самообразованию (ОК – 6).

Для усвоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» необходимы знания, умения, компетенции, полученные студентами в среднем учебном заведении. Студенты должны иметь представление о строении и функциях человеческого тела; уметь работать с литературой, использовать знания о современной естественнонаучной картине мира при освоении новых знаний. Студент должен владеть культурой мышления, навыками восприятия, анализа и фиксации информации, устной и письменной речью. Владение математическим аппаратом решения задач имеет значение успешности усвоения

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

материала при изучении таких вопросов безопасности жизнедеятельности как защита населения и территорий от опасностей в чрезвычайных ситуациях. Знания основ экономики необходимо при изучении социально-экономических последствий воздействия опасных и вредных факторов среды обитания, оценке страховых рисков.

Полученные в ходе освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» профессиональные компетенции будут использоваться в профессиональной деятельности.

### 3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ


Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
<b>ОК-8</b> Способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	<p><b>знать:</b> принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценок последствий при техногенных ЧС и стихийных явлений, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; основные виды потенциальной опасности и их последствия в профессиональной деятельности и в быту принципы снижения вероятности их реализации; задачи и основные мероприятия гражданской обороны, способы защиты населения от ОМП</p> <p><b>уметь:</b> организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий ЧС; предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от ОМП, применять первичные средства пожаротушения;</p> <p><b>владеть:</b> эффективно действовать при угрозе и возникновении экстремальной или чрезвычайной ситуаций, при ухудшении экологической обстановки; грамотно определять симптомы состояния организма человека при травмах;</p>

### 4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) 2

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах) 72

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>заочная</u> )							
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам						
		1	2	3	4	5	6	7
1	2	3	4	5	6	7	8	9


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Контактная работа обучающихся с преподавателем	8							8
Аудиторные занятия:	8							8
Лекции	4							4
Практические и семинарские занятия	4							4
Лабораторные работы (лабораторный практикум)								
Самостоятельная работа	60							60
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др.(не менее 2 видов)	реферат	-	-	-	-	-	-	реферат
Курсовая работа	-	-	-	-	-	-	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	7 семестр зачет	-	-	-	-	-	-	зачет
Всего часов по дисциплине	72							72

#### 4.3. Содержание дисциплины (модуля). Распределение часов по темам и видам учебной работы:

Форма обучения заочная

Название и разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий				Самостоятельная работа	Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			В т.ч занятия в интерактивной форме		
		лекции	практические занятия, семинар	лабораторная работа			
1	2	3	4	5	6	7	
<b>Раздел 1. Основы здорового образа жизни</b>							
Тема 1. Основы	2	1	1	-	-	5	реферат


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

личной гигиены и культуры здоровья							
Тема 2. Формирование стрессовой устойчивости в чрезвычайных ситуациях	1	1		-	-	5	реферат
Тема 3. Современная семья и общество. Законодательство семьи	1		1	-	-	5	реферат
<b>Раздел 2. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила безопасного поведения</b>							
Тема 4. Выживание в условиях вынужденной автономии	1	1		-	-	10	реферат
Тема 5. Социально–опасные явления и защита от них	1		1	-	-	5	реферат
<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>							
Тема 6. Первая помощь при острой сердечной недостаточности	1	1	-	-	-	5	реферат
Тема 7. Экстренная реанимация дыхательной и сердечной деятельности	1	1	-	-	-	5	реферат
Тема 8. Первая помощь при ранениях, травмах			-	-	-	20	реферат
<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>60</b>	

## 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### Раздел 1. Основы здорового образа жизни

#### Тема 1. Основы личной гигиены и культуры здоровья

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Понятия: гигиена, здоровье. Полезные привычки: уход за кожей, волосами, руками, ногами. Критерии оценки здоровья: подтянутость, жизнерадостность, чистота, опрятность, красота. Двигательная активность и закаливание организма, как потребность и необходимость для его развития.

#### **Тема 2. Формирование стрессовой устойчивости в чрезвычайных ситуациях**

Психологическое состояние человека, состояние здоровья, психологические травмы, педагогическая запущенность, особенности характера. Стрессовое состояние и его особенности. Профилактика стрессов. Стресс как стимул и разрушитель. Дистресс и его особенности. Формирование стрессовой устойчивости.

#### **Тема 3. Современная семья и общество. Законодательство семьи**

Понятия: семья, гармоничность развития ребенка, брак, психологическая совместимость и долговечность брака, законодательство РФ о браке.

### **Раздел 2. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни.**

#### **Правила безопасного поведения**

##### **Тема 4. Выживание в условиях вынужденной автономии**

Действия в экстремальных условиях. Тактика активного и пассивного выживания. Способы определения собственного местоположения. Защита от неблагоприятного воздействия факторов природной среды. Организация аварийного бивака. Установление связи и подготовка средств сигнализации. Опасности встреч с дикими животными. Организация и наведение переправ через водные преграды. Организация и проведение туристического похода. Способы переноса пострадавшего.

##### **Тема 5. Социально–опасные явления и защита от них**

Классификация социальных опасностей. Виды психического воздействия на человека и защита от них. Сексуальные насилия и защита от них. Агрессия, направленная на себя. Проблемы преступности. Социальные опасности, связанные с употреблением и распространением психоактивных веществ. Социальные опасности, связанные с распространением венерических заболеваний. Правовые аспекты защиты и самозащиты от социально – опасных явлений. Основы безопасности жизнедеятельности в быту.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи**

##### **Тема 6. Первая помощь при острой сердечной недостаточности**

Диагноз, основные причины сердечной недостаточности. Инсульт и его симптомы. Первая помощь при сердечной недостаточности. Первая помощь при инсульте.

##### **Тема 7. Экстренная реанимация дыхательной и сердечной деятельности**

Терминальные состояния. Этапы реанимации, диагностика, подготовительный период, реанимация, циклы ИВЛ. Последовательность действий спасателя.

##### **Тема 8. Первая помощь при ранениях, травмах**

Разновидности ранения и их опасность для жизни человека. Основные этапы первой помощи при ранении: головы, грудной клетки, суставов, руки, предплечья. Признаки кровотечения и его тяжесть. Наложение кровоостанавливающего жгута.


Первая помощь при травмах:

Ушиб: симптомы, первая помощь, растяжение связок, вывих: симптомы, первая помощь.

Переломы костей скелета: симптомы, первая помощь.

Травматический шок: симптомы, первая помощь.

Терминальные состояния. Этапы реанимации, диагностика, подготовительный период, реанимация, циклы ИВЛ. Последовательность действий спасателя.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

## 6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Не предусмотрены учебным планом

## 7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ЛАБОРАТОРНЫЙ ПРАКТИКУМЫ

Не предусмотрены учебным планом

## 8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ


### Примерная тематика рефератов:

1. Вредные факторы воздействия на организм человека.
2. Виды источников опасности для здоровья человека и ущерба окружающей среды.
3. Как улучшить экологическую обстановку в среде моего проживания.
4. Меры безопасности для человека в бытовой среде обитания.
5. Меры безопасности для природной среды.
6. Меры безопасности для человека в условиях ЧС.
7. Правовое обеспечение безопасности жизнедеятельности на производстве.
8. Ответственность работодателя за нанесение ущерба здоровью работников.
9. Законодательно-правовые акты в области защиты населения и территорий от ЧС.
10. Особенности условий труда и заболеваемости работников на предприятиях.

## 9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ (ЗАЧЕТУ)

### Вопросы к зачету:

1. Основные определения принципы и понятия науки о безопасности жизнедеятельности
2. Формирование знаний, умение и навыков в человекозащитной среде.
3. Понятие опасность и его развитие через понятие и принципы науки о безопасности жизнедеятельности
4. Мотивация развития взаимодействия человека с внешней средой
5. Основные направления взаимодействия и обмена человека с внешней средой жизнедеятельности
6. Характерные потоки масс энергии и информации жизненного пространства человека
7. Естественные опасности внешней среды человека
8. Техногенные и антропогенные опасности для жизнедеятельности человека
9. Классификация опасности внешней среды
10. Источники и факторы социального риска
11. Теплообмен человека с окружающей средой
12. Формирование способов защиты от антропогенных опасностей
13. Органы восприятия человеком окружающей среды
14. Способы получения информации об окружающей среде
15. Терморегуляция организма человека
16. Основы здорового образа жизни
17. Формирование стрессовой устойчивости в ЧС мирного и военного времени
18. Понятия семья, гармоничность развития ребёнка, психологическая совместимость и долговечность брака
19. Выживание в условиях вынужденной автономии
20. Виды психического воздействия на человека
21. Первая помощь при острой сердечной недостаточности
22. Этапы последовательности реанимации
23. Основные этапы первой помощи при ранении головы, руки, предплечья
24. Основные положения закона о защите нашего Отечества «О воинской обязанности и военной службе»


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

25. Обеспечение исполнения воинской обязанности
  26. Дружба и воинское товарищество – основа боевой готовности войск.
  27. Взаимоотношения в воинском коллективе
  28. Кодекс воинского товарищества
  29. Требования, предъявляемые к морально-этическим, психологическим и профессиональным качествам призывника
  30. Понятие и принципы науки о безопасности
  31. Мотивация взаимодействия человека с элементами внешней среды
  32. Характерные потоки масс, энергий и информации жизненного пространства человека
  33. Параметры и виды взаимодействия потоков внешней среды
  34. Классификация опасностей внешней среды
  35. Антропогенные опасности в системе человек – среда обитания
  36. Источники и факторы социального риска
  37. Комплексная система обеспечения комфортности и травмобезопасности человека в техносфере
  38. Естественные источники опасностей
  39. Источники техногенных опасностей
  40. Антропогенные опасности человеческого фактора
  41. Способы формирования защиты от антропогенных опасностей
  42. Способы получения информации об окружающей среде
  43. Теплообмен человека с внешней средой
  44. Влияние параметров микроклимата на самочувствие человека
- Терморегуляция организма человека

## 10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы ( <i>проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.</i> )	Объем в часах	Форма контроля ( <i>проверка решения задач, реферата и др.</i> )
<b>Раздел 1. Основы здорового образа жизни</b>			
Тема 1. Основы личной гигиены и культуры здоровья	реферат	5	проверка реферата
Тема 2. Формирование стрессовой устойчивости в чрезвычайных ситуациях	реферат	5	проверка реферата
Тема 3. Современная семья и общество. Законодательство семьи	реферат	5	проверка реферата
<b>Раздел 2. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила безопасного поведения</b>			



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Тема 4. Выживание в условиях вынужденной автономии	реферат	10	проверка реферата
Тема 5. Социально–опасные явления и защита от них	реферат	5	проверка реферата
<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>			
Тема 6. Первая помощь при острой сердечной недостаточности	реферат	5	проверка реферата
Тема 7. Экстренная реанимация дыхательной и сердечной деятельности	реферат	5	проверка реферата
Тема 8. Первая помощь при ранениях, травмах	реферат	20	проверка реферата
<b>Итого</b>		<b>60</b>	

## 11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### а) Список рекомендуемой литературы основная

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / под ред. Э. А. Арустамова. - 13-е изд., перераб. и доп. - М. : Дашков и К°, 2008. - 453 с.

### дополнительная

1. Курс лекций "Безопасность жизнедеятельности" [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / В. В. Варнаков, Д. В. Варнаков; УлГУ. - Электрон.текстовые дан. (1 файл : 1,61 Мб). - Ульяновск : УлГУ, 2012. - Имеется печ. аналог.

### учебно-методическая:

1. Безопасность жизнедеятельности: метод.рекомендации по выполнению лабор. работ для студентов вузов Д.В.Варнаков, В.В. Варнаков, Е.А.Варнакова, А.Г.Писанец

Согласовано:

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
 Должность сотрудника научной библиотеки      ФИО      подпись      дата

### б) Программное обеспечение стандартное

Операционная система Windows;  
 Пакет офисных программ MicrosoftOffice.


### в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

#### 1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. **IPRbooks** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система/ группа компаний Ай Пи Эр Медиа. - Электрон.дан. - Саратов, [2019]. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

1.2. **ЮРАЙТ** [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система/ ООО



Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

<p>Помещение укомплектовано комплектом ученической мебели (столы, стулья). Технические средства: доска аудиторная Площадь 54,9 кв.м.</p>	
<p>Учебная аудитория № 230 для самостоятельной работы студентов, Wi-Fi с доступом к ЭИОС, ЭБС. Компьютерный класс укомплектованный специализированной мебелью на 32 посадочных места и техническими средствами обучения (16 персональных компьютера) с доступом к сети «Интернет», ЭИОС, ЭБС. Площадь 93,51 кв.м.</p>	<p>Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Набережная реки Свияги, д. 106 (корпус 1) Помещение № 114</p>
<p>Читальный зал научной библиотеки (аудитория 237) с зоной для самостоятельной работы, Wi-Fi с доступом к ЭИОС, ЭБС. Аудитория укомплектована специализированной мебелью на 80 посадочных мест и оснащена компьютерной техникой с доступом к сети «Интернет», ЭИОС, ЭБС, экраном и проектором. Площадь 220,39 кв.м</p>	<p>Ульяновская область, г. Ульяновск, ул. Набережная реки Свияги, д. 106 (корпус 1) Помещение № 125</p>

### 13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

Разработчик

\_\_\_\_\_

подпись

доцент

должность

Писанец А. Г

ФИО