

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет  
им. Н.И. Лобачевского»**

Факультет физической культуры и спорта

---

УТВЕРЖДЕНО

решением Ученого совета ННГУ

протокол № 13 от 30.11.2022 г.

**Рабочая программа дисциплины**

Безопасность жизнедеятельности

---

Уровень высшего образования  
Бакалавриат

---

Направление подготовки / специальность  
49.03.01 - Физическая культура

---

Направленность образовательной программы  
Менеджмент и экономика в области физической культуры и спорта

---

Форма обучения  
очная, заочная

---

г. Нижний Новгород

2023 год начала подготовки

## 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.О.04 Безопасность жизнедеятельности относится к обязательной части образовательной программы.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
УК-8: Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	УК-8.1: Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала. УК-8.2: Умеет: - разрабатывать алгоритм безопасного поведения при	УК-8.1: Знать: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных действий; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала. УК-8.2: Уметь: - разрабатывать алгоритм безопасного	Доклад-презентация Реферат Ситуационные задания Тест Эссе	Зачёт: Контрольные вопросы

	<p>опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; - организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций; - организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; - использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.</p> <p>УК-8.3: Имеет опыт: - использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; - оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для</p>	<p>поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; - организовывать защитные мероприятия на спортивных объектах при возникновении чрезвычайных ситуаций; - организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; - оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; - использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий.</p> <p>УК-8.3:</p> <p>Иметь опыт: - использования основных средств индивидуальной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; - оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; - организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и</p>		
--	--	---	--	--

	участников, зрителей и обслуживающего персонала.	обслуживающего персонала.		
ОПК-7: Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	<p>ОПК-7.1: Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности;</li> <li>- этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма;</li> <li>- противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей;</li> <li>- основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях,</li> <li>- основы сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем;</li> <li>- внешние признаки утомления и переутомления занимающихся;</li> <li>- правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера;</li> <li>- правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма;</li> <li>- факторы и причины травматизма в процессе занятий спортом;</li> <li>- приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической</li> </ul>	<p>ОПК-7.1:</p> <p>Знать:</p> <p>требования безопасности, санитарные, гигиенические правила и нормы, применяемые в профессиональной деятельности; а также основные приемы профилактики травматизма и первой доврачебной помощи.</p> <p>ОПК-7.2:</p> <p>Уметь:</p> <p>обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных, гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</p> <p>ОПК-7.3:</p> <p>Иметь опыт:</p> <p>обеспечения в процессе профессиональной деятельности соблюдения требований безопасности, санитарных, гигиенических правил и норм, а также способностью проведения профилактики травматизма и оказания первой доврачебной помощи.</p>	<p>Доклад-презентация</p> <p>Ситуационные задания</p> <p>Тест</p> <p>Эссе</p>	<p>Зачёт:</p> <p>Контрольные вопросы</p>

	<p>культуре с использованием средств видов спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по виду спорта;</li> <li>- способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях;</li> <li>- особенности занятий по виду спорта с учащимися различных медицинских групп;</li> <li>- специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по виду спорта;</li> <li>- меры предупреждения травматизма на занятиях по спортивным дисциплинам;</li> <li>- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по виду спорта.</li> </ul> <p>ОПК-7.2: Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</li> <li>- оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях;</li> <li>- распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью;</li> <li>- осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к</li> </ul>			
--	--	--	--	--

	<p>занятиям физической культурой и спортом;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря;</li> <li>- вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений;</li> <li>- поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий;</li> <li>- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по спортивным дисциплинам;</li> <li>- организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по виду спорта;</li> <li>- обеспечивать безопасность занимающихся на тренировочных занятиях и соревнованиях по виду спорта;</li> <li>- выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.</li> </ul> <p>ОПК-7.3: Имеет опыт</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях;</li> <li>- проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и</li> </ul>			
--	---	--	--	--

	выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических обеспечения безопасности при проведении тренировочного занятия по виду спорта; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по виду спорта; - обеспечения безопасности проведения тренировочных, массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.			
--	--	--	--	--

### 3. Структура и содержание дисциплины

#### 3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная	заочная
<b>Общая трудоемкость, з.е.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>Часов по учебному плану</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
в том числе		
<b>аудиторные занятия (контактная работа):</b>		
- занятия лекционного типа	16	2
- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	16	2
- КСР	1	1
самостоятельная работа	39	63
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>0</b>	<b>4</b>
	<b>зачёт</b>	<b>зачёт</b>

#### 3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины	Всего (часы)		в том числе								
			Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них						Самостоятельная работа обучающегося, часы		
			Занятия лекционного типа		Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы		Всего				
	очная	заочная	очная	заочная	очная	заочная	очная	заочная	очная	заочная	
Теоретические основы БЖД	8	6	1	0	1	0	2	0	6	6	
Человек и опасности техносферы	10	6	2	0	2	0	4	0	6	6	
Безопасность населения и территории при чрезвычайных ситуациях и военных конфликтах	23	22	6	2	6	0	12	2	11	20	
Экологическая безопасность	3	6	1	0	1	0	2	0	1	6	
Оказание первой медицинской помощи	9	10	2	0	2	2	4	2	5	8	
Основы здорового образа жизни	9	8	2	0	2	0	4	0	5	8	
Основы безопасности при физических нагрузках	9	9	2	0	2	0	4	0	5	9	
Аттестация	0	4									
КСР	1	1						1	1		
Итого	72	72	16	2	16	2	33	5	39	63	

#### 4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

- электронный курс "Безопасность жизнедеятельности" (<https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=547>).

#### 5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

##### 5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:

##### 5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Доклад-презентация) для оценки сформированности компетенции УК-8

###### 1. Аварии на транспорте:

- в городском транспорте (троллейбусе, трамвае, автобусе)



- на железнодорожном транспорте
- в автомобиле
- в метро
- на авиационном транспорте
- на водном транспорте

## 2. Возможные аварии в современном жилище

## 3. Экстремальные ситуации криминального характера:

- нападение на улице
- проникновение в жилище
- ситуации, связанные с провокационным применением оружия

## 4. Экстремальные ситуации в природе при вынужденной смене климатологических условий:

- в условиях высокогорья
- в условиях Крайнего Севера
- в условиях аридной зоны

## 5. Экстремальные ситуации экологического характера:

- основные источники загрязнения окружающей среды (в промышленной зоне, в промышленном городе, в жилище человека)
- городской водопровод, очистка воды и здоровье человека
- средства бытовой химии и здоровье человека
- воздействие механических колебаний на здоровье человека (вибрация, шум, инфразвук, ультразвук)
- воздействие электрического тока, электромагнитных полей, электростатических полей, магнитных полей, радиоизлучений, лазерных излучений на здоровье человека
- влияние ионизирующего излучения на здоровье человека, радиоактивный фон в помещениях, воздействие радона

## 6. Российская система предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях (РСЧС)

- определение, цель создания РСЧС
- история создания и преобразования РСЧС
- силы, задачи РСЧС

- структура РСЧС
- действующие органы управления по делам РСЧС

## 7. Гражданская оборона (ГО)

- определение, цель создания ГО
- история создания и преобразования ГО
- силы, задачи ГО
- основные мероприятия ГО
- действующие органы управления по делам ГО

### **5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Доклад-презентация) для оценки сформированности компетенции ОПК-7**

#### 1. Роль физической культуры и спорта

- социальная роль, структура и функции физической культуры и спорта;
- место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта;
- цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;
- социальная значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества

#### 2. Безопасность при физических нагрузках:

- правила безопасности при занятиях спортом
- травматизм при занятиях спортом
- правила безопасности при физических нагрузках во время беременности
- закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;
- влияние физических упражнений на показатели физического развития детей и подростков;
- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- гигиенические средства восстановления

#### 3. Основы здорового образа жизни:

- главные факторы здорового образа жизни

- гигиенические принципы закаливания;
- методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах;
- значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности
- качественные и количественные нормы питания населения разного возраста
- качественные и количественные нормы питания групп населения с разной физической и умственной нагрузкой
- качественные и количественные нормы питания детей
- основы рационального, профилактического, лечебного питания

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Доклад-презентация)**

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания</b>
зачтено	Компетенция, на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне не ниже «удовлетворительно»
не зачтено	Компетенция на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне «неудовлетворительно»

#### **5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции УК-8**

1. История формирования взглядов на систему обеспечения безопасности жизнедеятельности.
2. Роль человеческого фактора в системе обеспечения безопасности.
3. Стратегия безопасной жизнедеятельности человека.
4. Правовые вопросы, законодательные акты по охране труда. Права, гарантии и обязанности работников по охране труда.
5. Особенности охраны труда женщин и молодежи. Госнадзор, госконтроль и роль общественности в охране труда.
6. Основные законодательные и нормативные правовые акты по охране труда.
7. Правила поведения в условиях вынужденной автономии.
8. Экономические последствия чрезвычайных ситуаций.
9. Правовые основы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций

10. Основные положения Концепции национальной безопасности.
11. Военная доктрина РФ. Военные опасности и угрозы.
12. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС. Задачи, структура управления и подсистемы, уровни.
13. Государственные силы обеспечения безопасности. Основные функции Президента РФ, Правительства РФ, министерств и основных государственных органов, входящих в систему РСЧС.
14. Понятие гражданской обороны, ее роль и место в общей системе национальной безопасности.
15. Режимы функционирования РСЧС и ГО, сходства и отличия.
16. Последствия экологических чрезвычайных ситуаций в мировом масштабе.
17. Правила поведения и действия населения при производственных авариях.
18. Особенности эвакуации при стихийных бедствиях.
19. Особенности эвакуации при чрезвычайных ситуациях техногенного характера.
20. Крупнейшие мировые катастрофы и их последствия.
21. Ликвидация последствий стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф.
22. Противоэпидемические и профилактические мероприятия при особо опасных эпидемиях.
23. Международный терроризм как глобальная проблема. Правила поведения при террористических актах.
24. Математическое моделирование чрезвычайных ситуаций как основа точного прогноза.
25. Новейшие разработки средств индивидуальной защиты.
26. Возможные аварии в современном жилище.
27. Продовольственная безопасность России.
28. Проблема загрязнения окружающей среды на протяжении ряда исторических эпох.
29. Экологическая безопасность и экологические риски.
30. Экологическая безопасность человека в экосистеме.
31. Экологическая безопасность и глобальные экологические проблемы.
32. Преступления против экологической безопасности и природной среды.
33. Экология города: проблемы и пути их разрешения.

34. Влияние автотранспортных средств на загрязнение окружающей среды.
35. Создание атомных электростанций и их угроза для человека и окружающей среды.
36. Актуальные проблемы взаимодействия общества и окружающей природной среды в России в начале третьего тысячелетия.
37. Проблемы безопасного и устойчивого развития цивилизации.

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)**

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания</b>
зачтено	Компетенция, на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне не ниже «удовлетворительно»
не зачтено	Компетенция на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне «неудовлетворительно»

#### **5.1.4 Типовые задания (оценочное средство - Ситуационные задания) для оценки сформированности компетенции УК-8**

1. Вас захватили в заложники. Какие правила личной безопасности необходимо соблюдать, чтобы снизить угрозу для вашей жизни?
2. Произошла авария на атомной электростанции (АЭС), возникла угроза радиоактивного загрязнения местности. Ваши действия.
3. В районе вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно химически опасного вещества (аммиака) (АХОВ). Ваши действия.
4. Во время прогулки по лесу в пожароопасный период (сухая погода и ветер) вы уловили запах дыма, и определите, что попали в зону лесного пожара. Ваши действия.
5. По системе оповещения РСЧС получен сигнал о приближении урагана. Ваши действия при угрозе и во время урагана.
6. Поступило сообщение об опасности наводнения в вашем городе. Ваш дом попадает в зону объявленного затопления. Ваши действия при угрозе и во время наводнения.
7. Ваши действия при заблаговременном оповещении о землетрясении и при внезапном землетрясении, если оно застало вас дома.
8. Во время дохода в лес за грибами или ягодами вы отстали от группы и заблудились. Ваши действия.
9. Во время отдыха на природе вы решили искупаться в незнакомом водоеме. Ваши действия по обеспечению личной безопасности во время купания.
10. Вы направляетесь в общественное место (в кинотеатр, на стадион и др.). Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте и в толпе.

### **5.1.5 Типовые задания (оценочное средство - Ситуационные задания) для оценки сформированности компетенции ОПК-7**

1. Упавшее стекло нанесло резаную рану на передней поверхности предплечья. Из раны струей вытекает венозная кровь. Специальных приспособлений для остановки кровотечения нет. Нет стерильного перевязочного материала. В распоряжении оказывающего помощь имеются носовой платок, раствор этикридина лактата (риванол), электрический утюг, кипящий чайник на плите. Какова последовательность действий при оказании первой помощи?
2. Вследствие попадания кипящей жидкости возник ожог II—III степени бедра и голени. У оказывающего помощь нет воды, стерильного перевязочного материала, руки загрязнены. Имеются флаконы с церигелем, раствором перманганата калия, носовые платки. Какова последовательность оказания первой помощи?
3. В результате удара тупым предметом возникло значительное носовое кровотечение. В распоряжении имеются вата и полоска ткани (ширина 5 см, длина 50 см). Какова последовательность оказания первой помощи?
4. Молодой человек получил ножевое ранение в грудь. Под ключицей справа резаная рана размером 3х1,5 см, из которой вытекает пенная кровь. В распоряжении оказывающего помощь имеются флакон со спиртовым раствором йода, нестерильный целлофановый мешочек, нестерильный бинт. Какова первая помощь?
5. В результате ножевого ранения возникло сильное артериальное кровотечение из подколенной артерии. Никаких инструментов и перевязочного материала нет, кроме собственной одежды. Какова последовательность оказания первой помощи?
6. Вы обнаружили на улице человека без признаков жизни: сознание отсутствует, движений грудной клетки не видно, пульс не прощупывается. Как установить, жив человек или умер?
7. Идущий впереди вас человек, вскрикнув, упал; судорожные подергивания конечностей к моменту вашего приближения прекратились. При осмотре виден зажатый в руке свисающий с электростолба оголенный электрический провод. Какова последовательность оказания первой медицинской помощи?
8. Из воды извлечен человек без признаков жизни. Пульс и дыхание отсутствуют, тоны сердца не выслушиваются. Какова последовательность оказания первой помощи?
9. При спуске с горы на лыжах человек упал, возникли резкие боли в области голени, усиливающиеся при изменении положения. Встать на ногу не может, стопа неестественно вывернута наружу. Кожные покровы не нарушены. Каков характер повреждения, и какая необходима первая помощь?
10. При автомобильной аварии пострадали 2 человека. У одного из них одежда и лицо залиты кровью, на лбу имеется резаная рана размером 3 см, из которой вытекает кровь. Пострадавший в сознании, спокоен, пульс и дыхание нормальные. У второго пострадавшего видимых повреждений ног, но жалуется на головную боль, тошноту; обстоятельств, предшествующих аварии, не помнит. Насколько серьезны эти повреждения? Какому больному прежде всего должна быть оказана помощь и какого из них в первую очередь надо направить в лечебное учреждение?

### **Критерии оценивания (оценочное средство - Ситуационные задания)**

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Компетенция, на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне не ниже «удовлетворительно»
не зачтено	Компетенция на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне «неудовлетворительно»

### 5.1.6 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции УК-8

1. Предмет исследований науки о безопасности жизнедеятельности:

- а) комфортные условия жизнедеятельности человека на всех стадиях его жизненного цикла;
- б) опасности и их совокупности, действующие в системах «объект защиты-источник опасности», а также средства и системы защиты от опасностей;
- в) действия в условиях опасных и чрезвычайных ситуациях.

2. Выражение: «Все есть яд и все есть лекарство. Лишь определенная доза делает вещество ядом и лекарством», на котором основан современный принцип нормирования вредных веществ, принадлежит:

- а) Гиппократу;
- б) Аристотелю;
- в) Парацельсу.

3. В 1992 году в нашей стране впервые:

- а) формализовано понятие «безопасность жизнедеятельности»;
- б) начала формироваться единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);
- в) создано Министерство РФ по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС).

4. «Создание комфортной и травмобезопасной для человека среды обитания принципиально возможно и достижимо при соблюдении в ней предельно допустимых уровней воздействия на человека» - это выражение принципа:

- а) существования внешних воздействий на человека;
- б) возможности создания для человека безопасной среды обитания;
- в) выбора путей реализации безопасного взаимодействия человека со средой обитания.

5. Ситуации взаимодействия в системе «человек-среда обитания», когда факторы и

интенсивности потоков в среде обитания превышают допустимые уровни и оказывают негативное воздействие на здоровье человека, вызывая при длительном воздействии заболевания, называются:

- а) допустимыми;
- б) опасными;
- в) чрезвычайно опасными.

6. Наука об опасностях называется:

- а) ноксология;
- б) нозология;
- в) нумерология

7. Первый стадия анализа опасностей:

- а) предварительный анализ опасностей;
- б) выявление последовательности опасных ситуаций;
- в) анализ последствий.

8. Как называется процесс создания человеком условий для своего существования и развития?

- а) опасность
- б) жизнедеятельность
- в) безопасность
- г) деятельность

9. Какие опасности относятся к техногенным?

- а) наводнение
- б) производственные аварии в больших масштабах
- в) загрязнение воздуха
- г) природные катаклизмы

10. Какие опасности классифицируются по происхождению?

- а) антропогенные
- б) импульсивные
- в) кумулятивные



г) биологические

### **5.1.7 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-7**

1. Первая медицинская помощь при обморожении?

- а) растереть пораженный участок жестким материалом или снегом
- б) создать условия для общего согревания, наложить ватно-марлевую повязку на обмороженный участок, дать теплое питье
- в) сделать легкий массаж, растереть пораженный участок одеколоном

2. По каким признакам судят о наличии внутреннего кровотечения?

- а) цвет кожных покровов, уровень артериального давления, сознание
- 2) пульс, высокая температура, судороги.

3) резкая боль, появление припухлости, потеря сознания

3. Как оказать первую медицинскую помощь пострадавшему в ДТП при сильном ушибе живота?

- а) уложить пострадавшего на спину, дать теплый чай и в этом положении транспортировать в ближайшее медицинское учреждение
- б) провести противошоковые мероприятия, транспортировать в ближайшее медицинское учреждение
- в) дать обезболивающее лекарства, уложить на живот и в этом положении транспортировать в ближайшее медицинское учреждение

4. Как оказать помощь пострадавшему при ожоге отдельных участков тела щелочными растворами?

- а) промыть пораженное место водой, смазать жирным кремом и наложить повязку из чистой ткани
- б) обработать пораженное место 1-2% раствором борной, лимонной или уксусной кислоты, наложить асептическую повязку
- в) промыть поврежденный участок мыльным или 2%-м раствором столовой соды, наложить асептическую повязку

5. Какая повязка накладывается при повреждении лба?

- а) пращевидная
- б) спиральная
- в) шапочка

6. Первая медицинская помощь при вывихе конечности?

- а) дать обезболивающее средство, вправить вывих и зафиксировать конечность
- б) осуществить иммобилизацию конечности, дать доступные обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт
- в) зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт

7. Как оказать первую помощь пострадавшему при ожоге отдельных участков тела кислотой?

- а) промыть пораженное место водой, смазать жирным кремом и наложить повязку из чистой ткани
- б) обработать пораженное место 1-2% раствором борной, лимонной или уксусной кислоты, наложить асептическую повязку
- в) промыть поврежденный участок мыльным или 2%-м раствором столовой соды, наложить асептическую повязку

8. В каком положении эвакуируется пострадавший в ДТП с вывихом бедра?

- а) в положении лежа
- б) в положении сидя
- в) свободное положение

9. В каком положении эвакуируется пострадавший в ДТП с вывихом костей верхней конечности?

- а) в положении лежа
- б) свободное положение
- в) свободное положение, при общей слабости – сидя или лежа

10. Основные правила наложения транспортной шины при переломе костей голени?

- а) наложить две шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до коленного сустава и прибинтовать их.
- б) наложить две шины с внутренней и наружной сторон ноги от стопы до середины бедра, чтобы обездвижить место перелома, коленный и голеностопный суставы

11. Что необходимо сделать для освобождения дыхательных путей пострадавшего?

- а) поднять повыше голову
- б) подложить под плечи что-нибудь и максимально запрокинуть голову

в) открыть рот пострадавшему

12. Как транспортировать пострадавшего с проникающим ранением грудной клетки?

а) лежа на животе

б) лежа на спине

в) лежа на спине с приподнятой верхней частью туловища

13. Как оказать первую медицинскую помощь (ПМП) пострадавшему при переломе костей таза?

а) придать пострадавшему полусидячее положение, наложить тугую повязку.

б) уложить пострадавшего на ровную жесткую поверхность согнуть и развести коленные суставы, и подложить под них валик из одежды или другого заменяющего ее материала

в) уложить пострадавшего на спину на жесткую поверхность, к местам повреждения приложить грелку или пузырь со льдом или холодной водой.

14. Какие приемы ПМП применяются при внутреннем кровоизлиянии или подозрении на него?

а) наложить на поврежденную поверхность грелку со льдом или прохладную повязку, обеспечить покой

б) дать холодной воды

в) дать горячего чая

15. Назовите основные правила оказания ПМП при сотрясении мозга?

а) уложить пострадавшего на спину, подложить под голову валик и дать теплое питье

б) уложить пострадавшего на бок или спину со склоненной на бок головой и транспортировать в этом положении в лечебное учреждение

в) уложить пострадавшего на спину или в положение полулежа со склоненной набок головой.

16. Где проводится надавливание на грудную клетку при закрытом массаже сердца?

а) слева от грудины

б) справа от грудины

в) на нижнюю треть грудины

17. Какой должна быть транспортная шина?

а) с возможностью фиксации только места перелома и обездвиживания ближайшего сустава.

б) с возможностью фиксации места перелома и обездвиживания ближайшего сустава

в) с возможностью фиксации места перелома и обездвиживания двух смежных суставов

18. Как оказать ПМП при открытом переломе?

а) концы сломанных костей совместить, наложить стерильную повязку на рану, осуществить иммобилизацию конечности.

б) погрузить обнаруженные костные отломки в рану, наложить стерильную повязку на рану и пузырь со льдом, дать обезболивающее средство и обеспечить покой конечности

в) осуществить правильную иммобилизацию конечности, наложить на рану стерильную повязку, дать обезболивающие лекарства и организовать транспортировку пострадавшего в лечебное учреждение

19. В каком положении должен находиться пострадавший при транспортировке с переломом позвоночника?

а) пострадавший должен быть уложен на жесткий щит, в положении на животе (с валиком под верхнюю часть туловища) или на спине (с валиком в поясничном отделе)

б) пострадавший должен быть уложен на жесткий щит, в положении на животе с приподнятым головным концом

в) пострадавший должен быть уложен на жесткий щит, в положении на животе с опущенным головным концом

20. В каких случаях применяется энтеродез или уголь активированный, находящийся в аптечке?

а) при болях в животе

б) при высокой температуре

в) при отравлении

21. Для чего применяется раствор сульфацила натрия, находящийся в аптечке?

а) для промывания ран

б) смочить салфетку и приложить для стерилизации обожженной поверхности.

в) при травме глаза или попадании инородных тел промыть глаза и закапать 3-5 капель раствора сульфацила натрия

22. Признаки отравления угарным газом?

а) слабость, тошнота, рвота, головокружение, покраснение кожных покровов

б) слабость, головокружение, побледнение кожных покровов

в) головная боль, повышение температуры тела, боли в животе

23. Как оказать помощь при ожоге кипятком?

- а) смазать обожженный участок мазью или лосьоном, наложить стерильную повязку
- б) промыть обожженный участок холодной водой минут 10, наложить стерильную повязку, дать болеутоляющие средства
- в) обожженную поверхность присыпать пищевой содой, наложить стерильную повязку

24. По формуле  $K_t = D/T_{tr}$  рассчитывают:

- а) показатель частоты травматизма;
- б) показатель тяжести травматизма;
- в) показатель тяжести травматизма со смертельным исходом.

25. Повреждение глубоких слоев кожи при ожогах определяется:

- а) 1 степенью;
- б) 2 степенью;
- в) 3 степенью;
- г) 4 степенью.

26. Следствием поглощения энергии электромагнитного излучения является:

- а) тепловой эффект;
- б) радиоактивный эффект;
- в) механические повреждения.

27. Отравление, развивающееся в результате ограниченного периода времени и выражающееся бурными клиническими симптомами называется:

- а) острым;
- б) подострым;
- в) хроническим.

28. Состояние организма, при котором повторное воздействие вещества вызывает больший эффект, чем предыдущее называется:

- а) митридатизмом;
- б) сенсibilизацией;
- в) интоксикацией.

29. Этиологический принцип оказания первой помощи при отравлении химическими веществами заключается в:

- а) использовании кислорода при интоксикации;
- б) немедленном прекращении дальнейшего контакта с отравляющим веществом;
- в) проведении симптоматической терапии.

30. Дезактивацией называется

- а) процесс по удалению опасных химических веществ с поверхности
- б) обезвреживание и/или удалению опасных химических веществ с поверхности или из объема загрязненных объектов
- в) процесс уничтожения или удаления возбудителей инфекционных болезней
- г) удаление или снижение уровня радиоактивного загрязнения с какой-либо поверхности или из какой-либо среды

31. Максимальной проникающей способностью обладает:

- а) альфа-излучение;
- б) бета-излучение;
- в) гамма-излучение;
- г) нейтронный поток.

32. Радиоактивными являются все химические элементы с порядковым номером большим:

- а) 82;
- б) 85;
- в) 92.

33. Укажите правильное соотношение:

- а)  $1 \text{ рад} = 10 \text{ Гр}$ ;
- б)  $1 \text{ рад} = 1 \text{ Гр}$ ;
- в)  $1 \text{ рад} = 0,1 \text{ Гр}$ ;
- г)  $1 \text{ рад} = 0,01 \text{ Гр}$

34. При радиационной аварии период собственно выброса радиоактивных веществ в окружающую среду, период формирования радиационной обстановки непосредственно под влиянием выброса характеризуется как:

- а) начальная фаза аварии
- б) ранняя фаза аварии;

в) промежуточная фаза аварии;

г) поздняя фаза аварии.

35. Радиопротекторы (лекарственные препараты, повышающие устойчивость организма к воздействию вредных веществ или физических факторов) действуют наиболее эффективно, в случае введения их в организм:

а) перед облучением;

б) во время облучения;

в) после облучения.

36. К эндогенным геофизическим ЧС относятся:

а) извержения вулканов;

б) оползни;

в) эрозия;

г) пожары;

г) землетрясения.

37. Тефра это:

а) расплавленные горные породы;

б) фрагменты застывшей лавы;

в) смесь горячих и холодных обломков с водой;

г) вулканические газы.

38. Температура самовозгорания это:

а) минимальная температура горючего вещества, при которой над поверхностью образуются газы и пары;

б) минимальная температура вещества, при которой происходит загорание вещества от источника воспламенения;

в) самая низкая температура, при которой происходит резкое увеличение скорости экзотермической реакции, заканчивающееся пламенным процессом.

39. Огнестойкость строительных конструкций увеличивается:

а) с увеличением класса огнестойкости;

б) с уменьшением класса огнестойкости;

в) не зависит от класса огнестойкости.

40. При поражении ударной волной легкие поражения организма человека наступают при избыточном давлении:

а) 10 кПа;

б) 20-40 кПа;

в) 40-60 кПа;

г) 60-100 кПа.

41. Пожарная профилактика это:

а) комплекс мероприятий, направленных на предупреждение пожаров и создание условий для предотвращения ущерба от них;

б) совокупность организационных мероприятий и технических средств, направленных на предотвращение воздействия на людей опасных факторов пожара и ограничение материального ущерба от него;

в) комплекс мероприятий, направленных на оценку и прогнозирование пожарной обстановки.

42. Максимальной огнетушащей способностью обладают:

а) пенные огнетушащие средства;

б) порошковые огнетушащие средства;

в) аэрозольные огнетушащие средства;

г) комбинированные составы.

43. Фосген относится к группе веществ, обладающих:

а) преимущественно удушающим действием;

б) преимущественно общеядовитым действием;

в) преимущественно нейротропным действием.

44. При ЧС, связанной с выбросом АХОВ, население должно эвакуироваться:

а) в подвальном помещении

б) на возвышенном, хорошо проветриваемом участке местности;

в) в герметично закрытом доме.

45. Как АХОВ хлор относится к:

а) 1 классу опасности;



- б) 2 классу опасности;
- в) 3 классу опасности;
- г) 4 классу опасности.

46. Выберите действие, которые необходимо совершать при оказании первой медицинской помощи, пораженным аммиаком:

- а) вдыхать аэрозоль 0,5% раствора пищевой соды;
- б) вдыхать теплые водяные пары 10% раствора ментола в хлороформе;
- в) вдыхать антидот – амилнитрит.

47. Зона Г радиоактивного заражения характеризуется как:

- а) зона чрезвычайно опасного заражения;
- б) зона опасного заражения;
- в) зона сильного заражения;
- г) зона умеренного заражения.

48. Укажите правильные характеристики, которыми обладает боевое отравляющее вещество иприт:

- а) нестойкое, раздражающее, медленно действующее, нервно-паралитическое;
- б) нестойкое, раздражающее, смертельное, кожно-нарывное;
- в) стойкое, медленно действующее, смертельное, кожно-нарывное.

49. По степени защищенности от ударной воздушной волны убежища 1 класса выдерживают избыточное давление:

- а) 500 кПа;
- б) 300 кПа;
- в) 200 кПа;
- г) 100 кПа.

50. Наиболее совершенной моделью противогаза является:

- а) ИП-4;
- б) ГП-5;
- в) ГП-7.

51. Средством защиты органов дыхания от радиоактивных веществ являются:

- а) ватно-марлевые повязки
- б) противогазы
- в) респираторы
- г) самоспасатели

52. Простейшими средствами защиты органов дыхания являются

- а) противогаз
- б) респиратор
- в) ватно-марлевые повязки
- г) медицинские средства, защищающие органы дыхания

53. Способность материала ослаблять радиоактивное излучение называется

- а) коэффициентом защиты
- б) коэффициентом ослабления
- в) слоем половинного ослабления
- г) пределом радиоактивной устойчивости

54. Индивидуальные ..... пакеты предназначены для обеззараживания капельно-жидких ОВ, попавших на открытые участки кожи и одежду. Запишите ответ:

---

Противохимические

55..... защита населения — это комплекс организационных, лечебно-профилактических, санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий.

Запишите ответ:

---

Медицинская

56. Поражающий фактор источника чрезвычайной ситуации это:

- а) минимальная концентрация опасного химического вещества, вызывающая начальные симптомы поражения
- а) физическое, химическое или биологическое негативное действие на человека или объект, которое определяется или выражается соответствующими параметрами

б) доза радиоактивного облучения, приводящая к возникновению лучевой болезни людей.

в) разность между максимальным давлением во фронте ударной волны и нормальным атмосферным давлением перед этим фронтом.

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)**

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания</b>
зачтено	Компетенция, на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне не ниже «удовлетворительно»
не зачтено	Компетенция на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне «неудовлетворительно»

#### **5.1.8 Типовые задания (оценочное средство - Эссе) для оценки сформированности компетенции УК-8**

1. Виды национальной безопасности и их краткая характеристика.
2. Системные связи информационной безопасности с другими видами национальной безопасности.
3. Определение места и роли информационной безопасности в системе национальной безопасности России.
4. Антропогенные информационные уязвимости.
5. Организационно-правовые и комбинированные информационные уязвимости.
6. Проблема использования естественнонаучных законов и применения математического аппарата в профессиональной деятельности при выявлении сущности проблем, возникающих в задачах обеспечения информационной безопасности.
7. Классификация правонарушений в сфере компьютерной информации.
8. Противодействия нарушениям конфиденциальности, целостности и доступности информации и киберпреступности.
9. Информационная война как высшая форма угрозы информационной безопасности.
10. Проблема применения методов и средств выявления угроз безопасности автоматизированным системам.

#### **5.1.9 Типовые задания (оценочное средство - Эссе) для оценки сформированности компетенции ОПК-7**

1. Профилактика травматизма.

2. Использование знаков безопасности на производстве.
3. Правила безопасности при игре в футбол.
4. Правила безопасности при игре в баскетбол.
5. Правила безопасности при игре в волейбол.
6. Правила безопасности при игре в хоккей.
7. Правила безопасности при плавании.
8. Правила безопасности при прыжках с шестом.
9. Правила безопасности при занятиях каратэ.
10. Правила безопасности при беге.
11. Правила безопасности при велогонке.
12. Правила безопасности в боксе.
13. Правила безопасности в аэробике.
14. Правила безопасности при фехтовании.
15. Правила безопасности при игре большой теннис.

#### Критерии оценивания (оценочное средство - Эссе)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Компетенция, на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне не ниже «удовлетворительно»
не зачтено	Компетенция на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне «неудовлетворительно»

#### 5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

##### Шкала оценивания сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенций (индикатор достижения компет	плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		зачтено				

ений)							
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными и несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие базовых навыков. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов	Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач

### Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	<b>превосходно</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне выше предусмотренного программой
	<b>отлично</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично».
	<b>очень хорошо</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо»
	<b>хорошо</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо».
	<b>удовлетворительно</b>	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы

		одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».
	плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

### 5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации

#### 5.3.1 Типовые задания, выносимые на промежуточную аттестацию:

##### Оценочное средство - Контрольные вопросы

##### *Зачёт*

##### Критерии оценивания (Контрольные вопросы - Зачёт)

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	Компетенция, на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне не ниже «удовлетворительно»
не зачтено	Компетенция на формирование которой направлена дисциплина, сформирована на уровне «неудовлетворительно»

#### Типовые задания (Контрольные вопросы - Зачёт) для оценки сформированности компетенции УК-8 (Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций)

1. История формирования взглядов на систему обеспечения безопасности жизнедеятельности.
2. Характеристика БЖД как научной дисциплины: причины возникновения, цели задачи, объект, предмет исследования, методы обнаружения опасностей
3. Основные принципы БЖД
4. Виды взаимодействия в системе "человек-среда"
5. Понятие опасности. Наука об опасностях. Аксиома о потенциальной опасности.
6. Классификация опасностей
7. Потенциальная, реальная, реализованная опасность. Классификация реализованной опасности
8. Основные этапы анализа опасностей
9. Характеристика классов опасности загрязняющих веществ

10. Основное условие безопасности в зоне пребывания человека
11. Абсолютные и относительные показатели негативного влияния опасностей на человека
12. Риск как критерий вероятности возникновения опасных воздействий на человека. Понятие приемлемого и неприемлемого риска. Шкала рисков. Концепция приемлемого риска
13. Индивидуальный, социальный и экологический риски
14. Понятие безопасности. Основные принципы обеспечения безопасности
15. Понятие «условия труда». Классификация условий трудовой деятельности человека
16. Эргономика как научная дисциплина. История возникновения. Предмет, задачи эргономики, связь с другими науками. Виды совместимости человека с окружающей средой.
17. Психические процессы, лежащие в основе трудовой деятельности
18. Понятие работоспособности. Фазы деятельности человека во время рабочего дня.
19. Формы трудовой деятельности
20. Травматизм при занятиях спортом
21. Правила безопасности при физических нагрузках во время беременности
22. Правила безопасности при занятиях спортом
23. Правила выбора нагрузки при занятиях спортом
24. Охрана труда. Мероприятия по профилактике профзаболеваний
25. Травматизм: понятие, классификация, причины
26. Особенности адаптации к природным условиям
27. Безопасность при походах
28. Приемы выживания в природной среде
29. Чрезвычайные ситуации: классификация, критерии отнесения
30. Основные причины развития кризисного положения в биосфере
31. Антропогенное воздействие на почву: эрозия; вторичное засоление и заболачивание; опустынивание; отчуждение земель; загрязнение почв
32. Причины возникновения и последствия парникового эффекта
33. Кислотные осадки: возникновение, воздействие
34. Возникновение, последствия воздействия смога. Виды смога

35. Антропогенное воздействие на почву: эрозия; вторичное засоление и заболачивание; опустынивание; отчуждение земель; загрязнение почв
36. Элементы системы экологической безопасности
37. Особенности адаптации человека к метеорологическим факторам
38. Загрязнение атмосферного воздуха. Виды загрязнений. Явления, приводящие к загрязнению атмосферного воздуха. Характеристика приоритетных поллютантов. Вклад мобильных и стационарных источников в загрязнение атмосферного воздуха в России. Понятие санитарно-защитной зоны
39. Антропогенное загрязнение гидросферы. Виды загрязнений. Экологические последствия загрязнения пресных и морских водоемов. Очистка и использование сточных вод
40. Чрезвычайные ситуации природного характера: классификация, общие закономерности
41. Извержение вулканов: особенности, классификация, поражающие факторы, последствия, правила поведения
42. Оползни: особенности, классификация, поражающие факторы, последствия, правила поведения
43. Лесные пожары: особенности, классификация, поражающие факторы, последствия, правила поведения
44. Землетрясения: особенности, поражающие факторы, последствия, правила поведения
45. Снежные лавины: особенности, поражающие факторы, последствия, правила поведения
46. Сели: особенности, поражающие факторы, последствия, правила поведения
47. Гидросферные чрезвычайные ситуации: цунами. Особенности, последствия, правила поведения
48. Наводнения: особенности, классификация, последствия, правила поведения
49. Ураганы, бури, смерчи: особенности, поражающие факторы, последствия, правила поведения
50. Основные понятия пожарной безопасности. Параметры пожароопасности веществ
51. Классификация строительных материалов по степени их горючести. Категории помещений по пожароопасности. Классификация строительных конструкций по степени их огнестойкости. Классы пожарной опасности конструкций
52. Обеспечение пожаровзрывобезопасности: виды пожарной охраны
53. Современные средства пожаротушения
54. Особенности системы пожарной сигнализации
55. Классификация пожаров по их масштабу и интенсивности. Поражающие факторы и



последствия пожара. Пожарная профилактика и пожарная защита на объектах

56. Правила поведения при пожаре

57. Электрический ток. Воздействие электрического тока на человека. Причины электротравматизма. Защита от поражения электрическим током

58. Основные понятия взрывобезопасности. Классификация взрывоопасных веществ. Особенность сосудов, работающих под давлением. Поражающие факторы взрыва, их воздействие на человека

59. Источники радиоактивных загрязнений

60. Стадии развития радиационной аварии.

61. Действия при возникновении радиационной опасности.

62. Дезактивация: классификация, способы, оценка эффективности.

63. Поражающие факторы ядерного взрыва: ударная волна, световое излучение, световое излучение ядерного взрыва, проникающая радиация, электромагнитный импульс, очаг ядерного поражения

64. Радиоактивные осадки

65. Понятие о лучевой болезни. Отдаленные последствия воздействия ионизирующего излучения. Принципы защиты от ионизирующих излучений

66. Аварийно химически опасные вещества (АХОВ): особенности, классификация. Масштабы химического заражения. Зоны заражения АХОВ

67. Защита от АХОВ. Действия при авариях с выбросом АХОВ. Первая помощь при поражении АХОВ

68. Аммиак, фосген, цианистый водород: особенности как АХОВ, воздействие на человека

69. Сероводород, сероуглерод, акрилонитрил: особенности как АХОВ, воздействие на человека

70. Хлор, сернистый ангидрид, фтористый водород: особенности как АХОВ, воздействие на человека

71. Биологическое оружие: особенности действия, классификация, методы и средства защиты

72. Ядерное оружие: виды ядерных зарядов, поражающие факторы ядерного взрыва, зоны радиоактивного заражения

73. Боевые отравляющие вещества: особенности действия, классификация и токсикологические характеристики химического оружия. Методы и средства защиты

74. Основные принципы защиты населения: Организация оповещения населения при чрезвычайных ситуациях. Сигналы оповещения и действия населения по ним

75. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (СИЗ ОД), классификация. Назначение, подбор СИЗ ОД
76. Правила проведения эвакуационных мероприятий
77. Виды защитных сооружений. Технологическое оборудование и системы жизнеобеспечения. Режимы работы убежищ. Защита квартиры (дома) от проникновения радиоактивной пыли и опасных аэрозолей
78. Терроризм как глобальная угроза человечеству: классификация, характеристика
79. Средства защиты кожи. Правила пользования
80. Современные огнетушащие составы

**Типовые задания (Контрольные вопросы - Зачёт) для оценки сформированности компетенции ОПК-7 (Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь)**

1. Понятие безопасности. Основные принципы обеспечения безопасности
2. Травматизм при занятиях спортом
3. Правила безопасности при физических нагрузках во время беременности
4. Правила безопасности при занятиях спортом
5. Правила выбора нагрузки при занятиях спортом
6. Охрана труда. Мероприятия по профилактике профзаболеваний
7. Травматизм: понятие, классификация, причины
8. Особенности адаптации к природным условиям
9. Безопасность при походах
10. Приемы выживания в природной среде
11. Механические колебания. Воздействие вибраций на человека, вибрационная болезнь. Нормирование вибраций. Защита от вибрации
12. Электромагнитные поля и излучения (ЭМИ). Последствия воздействия на человека ЭМИ. Принципы защиты от электромагнитных полей и излучений. Контроль, нормирование электромагнитных полей и излучений
13. Действие шума на человека. Инфразвук. Ультразвук, контактное и акустическое действие ультразвука. Нормирование акустического воздействия. Средства и методы защиты от шума
14. Загрязнение атмосферного воздуха. Виды загрязнений. Явления, приводящие к загрязнению атмосферного воздуха. Характеристика приоритетных поллютантов. Вклад мобильных и стационарных источников в загрязнение атмосферного воздуха в России. Понятие санитарно-защитной зоны

15. Антропогенное загрязнение гидросферы. Виды загрязнений. Экологические последствия загрязнения пресных и морских водоемов. Очистка и использование сточных вод
16. Чрезвычайные ситуации природного характера: классификация, общие закономерности
17. Извержение вулканов: особенности, классификация, поражающие факторы, последствия, правила поведения
18. Оползни: особенности, классификация, поражающие факторы, последствия, правила поведения
19. Лесные пожары: особенности, классификация, поражающие факторы, последствия, правила поведения
20. Землетрясения: особенности, поражающие факторы, последствия, правила поведения
21. Снежные лавины: особенности, поражающие факторы, последствия, правила поведения
22. Сели: особенности, поражающие факторы, последствия, правила поведения
23. Гидросферные чрезвычайные ситуации: цунами. Особенности, последствия, правила поведения
24. Наводнения: особенности, классификация, последствия, правила поведения
25. Ураганы, бури, смерчи: особенности, поражающие факторы, последствия, правила поведения
26. Основные понятия пожарной безопасности. Параметры пожароопасности веществ
27. Классификация строительных материалов по степени их горючести. Категории помещений по пожароопасности. Классификация строительных конструкций по степени их огнестойкости. Классы пожарной опасности конструкций
28. Обеспечение пожаровзрывобезопасности: виды пожарной охраны
29. Современные средства пожаротушения
30. Особенности системы пожарной сигнализации
31. Классификация пожаров по их масштабу и интенсивности. Поражающие факторы и последствия пожара. Пожарная профилактика и пожарная защита на объектах
32. Правила поведения при пожаре
33. Электрический ток. Воздействие электрического тока на человека. Причины электротравматизма. Защита от поражения электрическим током
34. Основные понятия взрывобезопасности. Классификация взрывоопасных веществ. Особенность сосудов, работающих под давлением. Поражающие факторы взрыва, их воздействие на человека
35. Источники радиоактивных загрязнений

36. Стадии развития радиационной аварии.
37. Действия при возникновении радиационной опасности.
38. Дезактивация: классификация, способы, оценка эффективности.
39. Поражающие факторы ядерного взрыва: ударная волна, световое излучение, световое излучение ядерного взрыва, проникающая радиация, электромагнитный импульс, очаг ядерного поражения
40. Радиоактивные осадки
41. Понятие о лучевой болезни. Отдаленные последствия воздействия ионизирующего излучения. Принципы защиты от ионизирующих излучений
42. Аварийно химически опасные вещества (АХОВ): особенности, классификация. Масштабы химического заражения. Зоны заражения АХОВ
43. Защита от АХОВ. Действия при авариях с выбросом АХОВ. Первая помощь при поражении АХОВ
44. Аммиак, фосген, цианистый водород: особенности как АХОВ, воздействие на человека
45. Сероводород, сероуглерод, акрилонитрил: особенности как АХОВ, воздействие на человека
46. Хлор, сернистый ангидрид, фтористый водород: особенности как АХОВ, воздействие на человека
47. Биологическое оружие: особенности действия, классификация, методы и средства защиты
48. Ядерное оружие: виды ядерных зарядов, поражающие факторы ядерного взрыва, зоны радиоактивного заражения
49. Боевые отравляющие вещества: особенности действия, классификация и токсикологические характеристики химического оружия. Методы и средства защиты
50. Основные принципы защиты населения: Организация оповещения населения при чрезвычайных ситуациях. Сигналы оповещения и действия населения по ним
51. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (СИЗ ОД), классификация. Назначение, подбор СИЗ ОД
52. Правила проведения эвакуационных мероприятий
53. Виды защитных сооружений. Технологическое оборудование и системы жизнеобеспечения. Режимы работы убежищ. Защита квартиры (дома) от проникновения радиоактивной пыли и опасных аэрозолей
54. Терроризм как глобальная угроза человечеству: классификация, характеристика
55. Медицинские средства индивидуальной защиты

56. Основы здорового образа жизни
57. Безопасность при физических нагрузках
58. Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни
59. Основы гигиены питания

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

Основная

литература:

1. Безопасность жизнедеятельности : учеб.-метод. пособие для студентов ННГУ всех направлений подготовки и специальностей, изучающих дисциплину "Безопасность жизнедеятельности" / ННГУ ; [сост.: В. А. Басуров и др. ; под ред. В. А. Басурова]. - Н. Новгород : [б. и.], 2013 (Тип. ННГУ). - 186 с. - 78.89., 234 экз.

Дополнительная

литература:

1. Басаков М. И. Охрана труда (безопасность жизнедеятельности в условиях производства) : учеб.-практ. пособие для студентов вузов, обучающихся по экон. специальностям и направлениям. - М. ; Ростов н/Д : МарТ, 2003. - 400 с. - ISBN 5-241-00285-5 : 86.00., 1 экз.
2. Безопасность жизнедеятельности : учеб. для вузов / под ред. Л. А. Михайлова. - 2-е изд. - СПб. : Питер, 2008. - 461 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 978-5-91180-521-0 : 104.00., 2 экз.
3. Безопасность жизнедеятельности : учеб. для студентов вузов, обучающихся по экон., соц. и гуманитар. направлениям подготовки / под ред. Э. А. Арустамова. - 18-е изд., перераб. и доп. - М. : Изд.-торговая корпорация "Дашков и К", 2013. - 448 с. - (Учебные издания для бакалавров). - Авт. указ. на обороте тит. л. - ISBN 978-5-394-02117-6 : 240.35., 40 экз.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

1. <http://ohrana-bgd.narod.ru> – сайт «Охрана труда и БЖД»
2. <http://www.cbsafety.ru> – электронная версия журнала «Химическая и биологическая безопасность».
3. <http://www.intox.org> – Международная программа химической безопасности (IPCS «INTOX»).
4. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) – Официальный сайт МЧС РФ.
5. [www.who.int](http://www.who.int) - Официальный сайт Всемирной организации здравоохранения.

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению 49.03.01 - Физическая культура.

Автор(ы): Зазнобина Наталья Ивановна, кандидат биологических наук, доцент.

Заведующий кафедрой: Якимов Василий Николаевич, доктор биологических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 07.11.2022, протокол № 4.