

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:

ФИО: Нигматуллина Танзиля Алтафовна

Должность: Директор

Дата подписания: 22.01.2026 12:56:39

Уникальный программный ключ:

72a47dccb8e11117990c42366ed030bf219f69a



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**Образовательное учреждение профсоюзов
высшего образования**

**«АКАДЕМИЯ ТРУДА И СОЦИАЛЬНЫХ
ОТНОШЕНИЙ»**



**БАШКИРСКИЙ ИНСТИТУТ СОЦИАЛЬНЫХ
ТЕХНОЛОГИЙ (филиал)**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ Б1.О.01.04 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление подготовки

43.03.02 Туризм

(код и наименование направления подготовки)

Профиль (программа) подготовки

Организация туристской деятельности

(направленность (профиль) (уровень бакалавриата))

Квалификация выпускника

Бакалавр

1. Целью дисциплины является:

- *развитие универсальной(ых) компетенции(й):*

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);

Индикаторы достижения:

- Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма (УК-7.1.);

- Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности (УК-7.2.);

- Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности (УК-7.3.)

- Способен 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 (УК-8);

Индикаторы достижения:

- Знает причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; основы безопасности жизнедеятельности (УК-8.1.);

- Умеет выявлять признаки, причины и условия возникновения чрезвычайных ситуаций; оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях (УК-8.2.);

- Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками поддержания безопасных условий жизнедеятельности (УК-8.3.).

2. Трудоемкость учебной дисциплины зафиксирована учебным планом соответствующей основной профессиональной образовательной программы, выражается в зачетных единицах. Одна зачетная единица равна 36 академическим часам продолжительностью 45 минут (27 астрономическим часам по 60 минут) и включает часы контактной работы и часы самостоятельной работы студента, в том числе часы, отводимые на процедуры контроля и подготовку к ним.

3. Результаты освоения образовательной программы:

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- основные природные и техносферные опасности, их свойства и характеристики;
- характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду;
- методы защиты от вредных и опасных факторов применительно к сфере своей профессиональной деятельности.

Уметь:

- идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации;
- выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности.

Владеть:

- законодательными и правовыми основами в области безопасности и охраны окружающей среды;
- требованиями к безопасности производственной среды в сфере профессиональной деятельности;
- способами и технологиями защиты человека в чрезвычайных ситуациях;
- понятийно-терминологическим аппаратом по вопросам обеспечения безопасности;
- навыками рационализации профессиональной деятельности с целью охраны здоровья человека и защиты окружающей среды.

4. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы:

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к обязательной части учебного плана.

5. Содержание дисциплины

| № | Наименование раздела дисциплины | Содержание раздела |
|----|---------------------------------|---|
| 1. | Тема 1. Законодательная база | Введение в безопасность. Основные понятия и определения |

| | | |
|----|---|--|
| | безопасности жизнедеятельности | |
| 2. | Тема 2. Организационные вопросы БЖД. | Безопасность и устойчивое развитие. |
| 3. | Тема 3. Человек и техносфера. | Человек и техносфера. |
| 4. | Тема 4. Психофизиологическое и эргонометрические основы безопасности. | Идентификация и воздействие на человека вредных и опасных факторов среды обитания. |
| 5. | Тема 5. Идентификация и воздействие на человека и среду вредных и опасных факторов. | Защита окружающей человека среды обитания от вредных и опасных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения. |
| 6. | Тема 6. Защита человека и среды обитания от вредных и опасных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения. | Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека. |
| 7. | Тема 7. Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека. | Психофизиологические и эргономические основы безопасности. |
| 8. | Тема 8. Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации. | Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации. |
| 9. | Тема 9. Управление безопасностью жизнедеятельности. | Управление безопасностью жизнедеятельности. |

Рекомендуемая тематика учебных занятий в форме контактной работы:

Рекомендуемая тематика учебных занятий лекционного типа (предусматривающих преимущественную передачу учебной информации преподавателями):

Тема 1. Введение в безопасность. Основные понятия и определения

Тема 2. Безопасность и устойчивое развитие.

Тема 3. Человек и техносфера.

Тема 4. Идентификация и воздействие на человека вредных и опасных факторов среды обитания.

Тема 5. Защита окружающей человека среды обитания от вредных и опасных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения.

Тема 6. Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека.

Тема 7. Психофизиологические и эргономические основы безопасности.

Тема 8. Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации.

Тема 9. Управление безопасностью жизнедеятельности.

Рекомендуемая тематика учебных занятий семинарского типа (семинары, практические занятия, коллоквиумы и иные аналогичные занятия)

Тема 1: Законодательная база безопасности жизнедеятельности.

Вопросы для обсуждения:

1. Стихийные бедствия. Типы стихийных бедствий, Меры по предотвращению и ликвидации последствий ЧС стихийного характера.
2. ЧС техногенного характера. Типы ЧС по масштабам последствий.
3. Причины возникновения аварий и катастроф. Основные типы аварий.

Тема 2: Организационные вопросы БЖД.

Вопросы для обсуждения:

1. Основные и опасные факторы среды. Психология поведения человека в экстремальных ситуациях.
2. Оповещение в чрезвычайных ситуациях. Действие по сигналу «Внимание всем!».
3. Сель, действия населения и меры по предупреждению и уменьшению потерь.

Тема 3: Человек и техносфера.

Вопросы для обсуждения:

1. Объясните, в чем суть концепции экологического алармизма.
2. Назовите типы техногенных воздействий.

Тема 4: Психофизиологические и эргометрические основы безопасности.

Вопросы для обсуждения:

1. Последовательность действий в очаге землетрясений.
2. Поведение при попадании в завал.
3. Поведение в завале при разрушении зданий.
4. Поведение в зоне наводнения.
5. Последовательность действий при спасении утопающих.
6. Действия по спасению и самоспасению при попадании в полынью. Правила прохода по льду водоемов.
7. Средства и способы подачи сигналов бедствия.

Тема 5: Идентификация и воздействие на человека и среду вредных и опасных факторов.

Вопросы для обсуждения:

Тема 6: Защита человека и среды обитания от вредных и опасных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения.

Вопросы для обсуждения:

1. Структура и задачи РСЧС и ГО.
2. Сильно действующие ядовитые вещества. Действие в зоне химического заражения.
3. Действие в зоне заражения или аварии с выбросом хлора.
4. Действие в зоне заражения или аварии с выбросом аммиака.

Тема 7: Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека.

Вопросы для обсуждения:

1. Приемы ориентирования на местности.
2. Организация убежища, добывание пищи и воды при вынужденной автономии в природе.

Тема 8: Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации.

Вопросы для обсуждения:

1. ЧС локального характера в природе, факторы, определяющие продолжительность и успех автономного выживания. Правила безопасного поведения в природных условиях.
2. ЧС криминального характера. Правила поведения в криминогенной ситуации. Средства самообороны и ее пределы.

Рекомендуемый перечень тем лабораторных работ

| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Тема лабораторной работы |
|----------|------------------------------------|---|
| 1. | Лабораторная работа 1. | Исследование метеорологических условий в производственных помещениях. |

| | | |
|----|------------------------|--|
| 2. | Лабораторная работа 2. | Исследование естественного и искусственного освещения в производственных помещениях. |
| 3. | Лабораторная работа 3. | Оказание первой медицинской помощи пострадавшим в ЧС. |

Требования к самостоятельной работе студентов по освоению дисциплины

Тема 1. Введение в безопасность. Основные понятия и определения.

Задания для самостоятельной работы:

1. Виды опасностей: природные, антропогенные, техногенные, глобальные.
2. Компоненты национальной безопасности.
3. Производственная, городская, бытовая, среда обитания.
4. Чрезвычайные ситуации – понятие, основные виды.
5. Виды и характеристики рисков и ущерба.

Тема 2. Безопасность и устойчивое развитие.

Задания для самостоятельной работы:

1. Значение безопасности в современном мире.
2. Значение устойчивого развития для безопасности жизнедеятельности.
3. Концепция общества риска.
4. Гуманизация труда.
5. Место и роль безопасности в предметной области и профессиональной деятельности.

Тема 3. Человек и техносфера.

Задания для самостоятельной работы:

1. Структура техносферы и ее основных компонентов.
2. Современное состояние техносферы и техносферной безопасности.
3. Генезис техносферы
4. Критерии и параметры безопасности техносферы.
5. Виды, источники основных опасностей техносферы и ее отдельных компонентов.

Тема 4. Идентификация и воздействие на человека вредных и опасных факторов среды обитания.

Задания для самостоятельной работы:

1. Воздействие основных негативных факторов на человека и их предельно-допустимые уровни.

2. Классификация негативных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения.
3. Характеристики основных вредных и опасных факторов среды обитания человека.
4. Системы восприятия и компенсации организмом человека вредных факторов среды обитания.
5. Предельно-допустимые уровни опасных и вредных факторов

Тема 5. Защита человека и среды обитания от вредных и опасных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения.

Задания для самостоятельной работы:

1. Методы защиты от опасностей биологического и психологического происхождения.
2. Методы контроля и мониторинга опасных и вредных факторов антропогенного и техногенного происхождения.
3. Основные принципы и этапы контроля и прогнозирования.
4. Общая характеристика и классификация защитных средств.
5. Методы определения зон действия негативных факторов и их уровней.

Тема 6. Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека.

Задания для самостоятельной работы:

1. Комфортные (оптимальные) условия жизнедеятельности.
2. Взаимосвязь условий жизнедеятельности со здоровьем трудящихся и производительностью труда.
3. Влияние среды на самочувствие, состояние здоровья и работоспособность человека.
4. Принципы, методы и средства организации комфортных условий жизнедеятельности.
5. Психофизиологические и эргономические условия организации и безопасности труда.

Тема 7. Психофизиологические и эргономические основы безопасности.

Задания для самостоятельной работы:

1. Психические процессы, свойства и состояния, влияющие на безопасность.
2. Виды и условия трудовой деятельности.
3. Классификация условий труда по тяжести и напряженности трудового процесса.
4. Классификация условий труда по факторам производственной среды.

5. Эргономика как наука о правильной организации человеческой деятельности.

Тема 8. Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации.

Задания для самостоятельной работы:

1. Классификация чрезвычайных ситуаций.
2. Техногенные аварии – их особенности и поражающие факторы.
3. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и их поражающие факторы.
4. Устойчивость функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.
5. Терроризм и террористические действия.

Тема 9. Управление безопасностью жизнедеятельности.

Задания для самостоятельной работы:

1. Законодательные и нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности.
2. Органы государственного управления безопасностью, их основные функции, права и обязанности, структура.
3. Экономические основы управления безопасностью жизни и деятельности человека.
4. Материальная ответственность за нарушение требований экологической, промышленной и производственной безопасности.
5. Корпоративный менеджмент в области экологической безопасности, условий труда и здоровья работников.

Темы рефератов:

1. Принципы, методы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности.
2. Управление безопасностью жизнедеятельности на производстве.
3. Основы пожарной безопасности.
4. Взаимосвязь безопасности жизнедеятельности с целями устойчивого развития.
5. Значение средств индивидуальной и коллективной защиты для обеспечения безопасности жизнедеятельности.
6. Правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности.
7. Роль и значение безопасности жизнедеятельности в предметной области знаний.
8. Взаимосвязь культуры человека с безопасностью его жизнедеятельности.

9. Влияние инновационных технологий на безопасность жизнедеятельности (нанотехнологии и биотехнологии).
10. Мобильная связь и здоровье человека. Анализ современных тенденций.
11. Действие алкоголя и наркотиков на человека и его здоровье.
12. Новые методы и средства очистки выбросов от вредных веществ (по типам и видам вредных веществ).
13. Влияние психологических факторов риска на безопасность жизнедеятельности человека.
14. Анализ природных катастроф – характер протекания и последствия (по видам стихийных бедствий).
15. Параметры стихийных бедствий, их предвестники и регионы наиболее частого их проявления.
16. Роль и значение психологической устойчивости в экстремальных ситуациях.
17. Типы и характер террористических актов.
18. Системы контроля соблюдения требований к безопасности труда.
19. Экономические последствия и материальные затраты на обеспечение безопасности жизнедеятельности.
20. Современные подходы к созданию безопасных и комфортных условий жизнедеятельности человека в техносфере.
21. Государственная политика в области обеспечения безопасных условий жизни и деятельности человека в современном мире.
22. Экологический кризис и его последствия для жизнедеятельности человека.
23. Законодательство РФ в области охраны окружающей среды.
24. Правовое обеспечение экологического и производственного контроля.
25. Ответственность работодателя за нанесение ущерба здоровью работников.
26. Анализ понятийно-терминологического аппарата в области обеспечения безопасности жизнедеятельности человека и защиты окружающей его среды обитания.
27. Роль и значение устойчивого развития для безопасности жизнедеятельности.
28. Современные аспекты международного сотрудничества в области безопасности жизнедеятельности человека.
29. Современные проблемы обеспечения безопасности человека в процессе жизненного цикла производства продукции и оказания услуг.
30. Влияние электромагнитных полей на здоровье человека и способы защиты от их воздействия.

31. Влияние световой среды на работоспособность и безопасность труда.
32. Современные энергосберегающие источники света – типы, конструкции, экологические аспекты применения.
33. Исследование условий труда для основных видов деятельности в выбранной профессиональной предметной области.
34. Правовое обеспечение безопасности жизнедеятельности на производстве.
35. Основные законодательные и нормативные акты, регулирующие вопросы безопасности жизнедеятельности.
36. Международные соглашения в области защиты окружающей человека среды обитания.
37. Характеристика воздействия негативных факторов на здоровье в системе «человек-среда обитания».
38. Лекарственные препараты и их безопасность.
39. Системы кондиционирования - типы и системы кондиционирования, аспекты применения и безопасности
40. Анализ природных катастроф - характер протекания и последствия (по видам стихийных бедствий)
41. Параметры стихийных бедствий, их предвестники и регионы их наиболее частого проявления
42. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени.
43. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, социального, биологического, экологического происхождения.
44. Понятие чрезвычайной ситуации. Классификация и причины их возникновения. Профилактика чрезвычайных ситуаций.
45. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
46. Основные законодательные и нормативные акты, регулирующие вопросы безопасности в сфере профессиональной деятельности
47. Источники, воздействие и современные методы защиты от опасного и вредного техногенного и природного фактора (по типам факторов)
48. Влияние генетически модифицированных пищевых продуктов на безопасность жизнедеятельности человека.

Руководствуясь положениями статьи 47 и статьи 48 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" научно-педагогические работники и иные лица, привлекаемые университетом к реализации данной образовательной программы, пользуются предоставленными академическими правами и свободами в части свободы преподавания, свободы от вмешательства в профессиональную деятельность;

свободы выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания; права на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы и отдельной дисциплины.

Исходя из рамок, установленных учебным планом по трудоемкости и видам учебной работы по дисциплине, преподаватель самостоятельно выбирает тематику занятий по формам и количеству часов проведения контактной работы: лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации преподавателем и (или) занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия), и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, в том числе индивидуальные консультации (по курсовым работам/проектам – при наличии курсовой работы/проекта по данной дисциплине в учебном плане).

Рекомендуемая тематика занятий максимально полно реализуется в контактной работе со студентами очной формы обучения. В случае реализации образовательной программы в заочной / очно-заочной форме трудоемкость дисциплины сохраняется, однако объем учебного материала в значительной части осваивается студентами в форме самостоятельной работы. При этом требования к ожидаемым образовательным результатам студентов по данной дисциплине не зависят от формы реализации образовательной программы.

6. Виды учебной работы по дисциплине зафиксированы учебным планом основной профессиональной образовательной программы по указанному направлению и профилю, выражаются в академических часах.

Часы контактной работы и самостоятельной работы студента и часы, отводимые на процедуры контроля, могут различаться в учебных планах ОПОП по формам обучения.

Объем контактной работы включает часы контактной аудиторной работы (лекции/практические занятия/ лабораторные работы), контактной внеаудиторной работы (контроль самостоятельной работы), часы контактной работы в период аттестации. Контактная работа, в том числе может проводиться посредством электронной информационно- образовательной среды института с использованием ресурсов сети Интернет и дистанционных технологий.

7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины:

основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / И. М. Чижа, С. Н. Русанов, В. Г. Белых [и др.]; под редакцией И. М. Чижа, С. Н. Русанова. — 2-е изд. — Москва: Лаборатория знаний, 2022. — 303 с. — ISBN 978-5-93208-574-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/120877.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Михайлиди, А. М. Безопасность жизнедеятельности на производстве: учебное пособие / А. М. Михайлиди. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 135 с. — ISBN 978-5-4497-0805-2. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/100493.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Условия труда: учебное пособие для бакалавров / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов: Вузовское образование, 2021. — 95 с. — ISBN 978-5-4487-0776-6. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/105662.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

дополнительная литература:

1. Соколов, А. Т. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / А. Т. Соколов. — 3-е изд. — Москва, Саратов: Интернет-Университет Информационных Технологий (ИНТУИТ), Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 191 с. — ISBN 978-5-4497-0304-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/89421.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Рысин, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 134 с. — ISBN 978-5-4497-0440-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/96846.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

8. Перечень программного обеспечения, информационных справочных систем и интернет - ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

| № п/п | Интернет ресурс (адрес) Название программы/Системы | Описание ресурса Описание программы/Системы |
|-------|---|--|
| 1. | www.garant.ru | Информационно – правовой портал |

| | | |
|----|--|--|
| | | Гарант.РУ |
| 2. | www.consultant.ru | Информационно – справочная система КонсультантаПлюс |
| 3. | www.iprbooks.ru | Электронно-библиотечная система |

9. Требования к материально-техническому и учебно-методическому обеспечению дисциплины:

Для проведения занятий лекционного типа используются специальные помещения (учебные аудитории), оборудованные техническими средствами обучения – мультимедийной проекционной техникой.

Компьютеры, информационно-телекоммуникационные сети, аппаратно-программные и аудиовизуальные средства, находящиеся в учебных аудиториях:

- ноутбук Lenovo B50 (для преподавателя) с выходом в сеть интернет;
- проектор EPSON EB-W22 (проектор SANYO PRO xtrax);
- акустическая система Microlab;
- экран для проектора;
- доска маркерная (ученическая доска);

Для организации самостоятельной работы обучающимся предоставляются помещения, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду института.

10. Образовательные технологии

В процессе освоения дисциплины используются следующие образовательные технологии:

1. Стандартные методы обучения:

- лекции;
- практические занятия, на которых обсуждаются основные проблемы, освещенные в лекциях и сформулированные в домашних заданиях;
- лабораторные работы;
- письменные или устные домашние задания;
- расчетно-аналитические, расчетно-графические задания;
- самостоятельная работа студентов, в которую входит освоение теоретического материала, подготовка к практическим/лабораторным занятиям, выполнение указанных выше письменных/устных заданий, работа с литературой.

2. Методы обучения с применением интерактивных форм образовательных технологий:

- интерактивные лекции;
- круглые столы;
- групповые дискуссии и проекты;
- обсуждение результатов работы студенческих исследовательских групп.

11. Требования к промежуточной аттестации и оценочные материалы для ее проведения

Промежуточная аттестация выполняется в форме зачета

Оценочные материалы текущего контроля и промежуточной аттестации представлены в форме вопросов для зачета с оценкой. Примерные вопросы, задания, темы рефератов для проведения промежуточной аттестации по дисциплине и критерии оценивания представлены на сайте (<https://ufabist.ru/sveden/education/eduop/>).

В полном объеме оценочные материалы хранятся на кафедре, реализующей данную дисциплину.

Разработчик:

Преподаватель кафедры экономики и информационных технологий
Гарифуллина Е.В.