

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Лельчицкий Игорь Давыдович
Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности
Дата подписания: 10.07.2026 16:15:50
Уникальный программный ключ:
aa5b5ee17d97a2e4d94e98e985320af04f047ce2

УП: 49.03.01
Физическая культура
ЗФО 2026.plx

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
ФГБОУ ВО «ТВЕРСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ВТВЕРЖДАЮ

Рабочая программа дисциплины

Безопасность жизнедеятельности

Закреплена за кафедрой:	Зоологии и физиологии
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль):	Физкультурное образование
Квалификация:	Бакалавр
Форма обучения:	заочная
Семестр:	1

Программу составил(и):

канд. биол. наук, доц., Петушков М.Н.

Тверь, 2026

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели освоения дисциплины (модуля):

Целью освоения дисциплины является формирование у студентов основ профессиональной культуры безопасности

Задачи :

1. понимание необходимости обеспечения безопасности жизнедеятельности и снижения рисков, связанных с профессиональной деятельностью специалиста;
2. приобретение способностей идентификации опасности и оценки рисков в сфере своей профессиональной деятельности и повседневной жизни;
3. формирование мотивации для самостоятельного повышения уровня культуры безопасности.
4. изучение правил техники безопасности на рабочем месте, базовых основ оказания первой помощи человеку, а также способов и средств защиты человека от негативных факторов

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ОП: Б1.О

Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Физическая культура и спорт

Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Адаптивная физическая культура

Правовые основы физической культуры и спорта

Физвоспитание в школе

Спортивно-массовые мероприятия

Тренерская практика

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость	2 ЗЕТ
Часов по учебному плану	72
в том числе:	
самостоятельная работа	60
часов на контроль	4

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

ОПК-7.1: обеспечивает в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм

ОПК-7.2: Выявляет угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагирует на нештатные ситуации и применяет верные алгоритмы действий для устранения или снижения

ОПК-7.3: Оказывает первую помощь, использует средства огнезащиты, средства индивидуальной защиты

УК-8.1: Анализирует факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, природных и социальных явлений)

УК-8.2: Идентифицирует опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности

УК-8.3: Выявляет угрозу условиям жизнедеятельности, природной среде и устойчивому развитию общества, связанную с нарушением техники безопасности

УК-8.4: Разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного, техногенного происхождения и возникновении военных конфликтов

УК-8.5: Оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях

5. ВИДЫ КОНТРОЛЯ

Виды контроля на курсах:	
зачеты	1

6. ЯЗЫК ПРЕПОДАВАНИЯ

Язык преподавания: русский.

7. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

№	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Сем.	Часов	Примечание
	Раздел 1. Основы безопасности жизнедеятельности				
1.1	Основы безопасности жизнедеятельности	Лек	1	2	
1.2	Основы безопасности жизнедеятельности	Пр	1	2	
	Раздел 2. Основы правового регулирования и государственного управления безопасности жизнедеятельности				
2.1	Основы правового регулирования и государственного управления безопасности жизнедеятельности	Ср	1	8	
	Раздел 3. Чрезвычайные ситуации природного характера				
3.1	Чрезвычайные ситуации природного характера	Ср	1	10	
	Раздел 4. Чрезвычайные ситуации социального характера				
4.1	Чрезвычайные ситуации социального характера	Ср	1	8	
	Раздел 5. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера				
5.1	Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера	Ср	1	8	
	Раздел 6. Защита от опасностей техногенного характера				
6.1	Защита от опасностей техногенного характера	Лек	1	2	
6.2	Защита от опасностей техногенного характера	Ср	1	8	

	Раздел 7. Основы охраны труда				
7.1	Основы охраны труда	Ср	1	10	
	Раздел 8. Первая помощь в экстремальных ситуациях и в условиях вынужденной автономии				
8.1	Первая помощь в экстремальных ситуациях и в условиях вынужденной автономии	Лек	1	2	
8.2	Первая помощь в экстремальных ситуациях и в условиях вынужденной автономии	Ср	1	8	
	Раздел 9. Зачет				
9.1	Проведение зачета	Зачёт	1	4	

Список образовательных технологий

1	Активное слушание
2	Тренинг

8. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации

Примеры оценочных материалов для проведения текущей аттестации приведен в приложении 1

8.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

Примеры оценочных материалов для проведения промежуточной аттестации приведен в приложении 1

8.3. Требования к рейтинг-контролю

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендуемая литература

Основная

Шифр	Литература
Л.1.1	Резчиков, Рязанцева, Безопасность жизнедеятельности, Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-17431-1, URL: https://urait.ru/bcode/536471
Л.1.2	Каракеян, Никулина, Безопасность жизнедеятельности, Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-17933-0, URL: https://urait.ru/bcode/535496

Л.1.3	Белов, Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность), Москва: Юрайт, 2024, ISBN: 978-5-534-16270-7, URL: https://urait.ru/bcode/544895
-------	---

Дополнительная

Шифр	Литература
Л.2.1	Каракеян, Никулина, Безопасность жизнедеятельности, Москва: Юрайт, 2021, ISBN: 978-5-534-05849-9, URL: https://urait.ru/bcode/468409

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Сайт Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека: https://www.rospotrebnadzor.ru/
Э2	Сайт Федеральной службы по экологическому, технологическому и атомному надзору: https://www.gosnadzor.ru/
Э3	Сайт Федерального центра гигиены и эпидемиологии: https://fcgie.ru/
Э4	Журнал Культура здоровой жизни: http://ros-idea.ru/
Э5	Всероссийский научно-исследовательский институт по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций: https://www.vniigochs.ru/

Перечень программного обеспечения

1	Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows
2	Adobe Acrobat Reader
3	Google Chrome
4	WinDjView

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1	ЭБС ТвГУ
2	ЭБС BOOK.ru
3	ЭБС «Лань»
4	ЭБС IPRbooks
5	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
6	ЭБС «ЮРАИТ»
7	ЭБС «ZNANIUM.COM»

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудит-я	Оборудование
9-313	переносной ноутбук, проктор, экран, анализатор поля зрения, биохимический анализатор

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины в приложении 2