

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физико-математического образования, информационных и
обслуживающих технологий
Кафедра безопасности жизнедеятельности и защиты Родины



УТВЕРЖДАЮ

Врио директора ИФМОИОТ

Е.А. Журавлева

_____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
Безопасность жизнедеятельности

По направлению подготовки – 37.03.01 Психология

Профиль подготовки – Психология личности

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная

Курс – ОФО: 1 курс, 2 семестр

Луганск, 2026

Рабочая программа учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 37.03.01 Психология (профиль подготовки «Психология личности») очной формы обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 839, приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 ноября 2020 г. № 1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования».

СОСТАВИТЕЛИ:

заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности и защиты Родины ФГБОУ ВО «ЛГПУ», кандидат педагогических наук, доцент Корнеева Анжелика Николаевна

старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности и защиты Родины ФГБОУ ВО «ЛГПУ» Гузенко Андрей Леонидович

Утверждена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и защиты Родины

Протокол от «26» декабря 2025 г. № 6


Заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности и защиты Родины


_____ А.Н. Корнеева

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института физико-математического образования, информационных и обслуживающих технологий


Протокол от «14» января 2026 г. № 6

Председатель учебно-методической комиссии Института физико-математического образования, информационных и обслуживающих технологий


_____ О.В. Давыскиба

СОГЛАСОВАНО:

директор Департамента образования


_____ В.В. Савенков

Структура и содержание учебной дисциплины

1. Цели и задачи учебной дисциплины

Цель освоения учебной дисциплины – способствовать развитию профессиональной компетенции студентов посредством формирования мышления безопасного типа поведения; подготовки студентов к комплексным действиям по защите жизни и здоровья от опасностей природного, техногенного и социального характера.

Задачи курса:

1. Овладение понятийным аппаратом и терминологией в области безопасного и здорового образа жизни.

2. Формирование представлений об основах безопасности жизнедеятельности, сущности опасных и чрезвычайных ситуаций, поражающих факторах.

3. Формирование знаний о принципах, методах, средствах и системах обеспечения безопасности и формирования здоровья.

4. Воспитание мировоззрения и культуры безопасного мышления, поведения и деятельности в различных условиях.

Изучение указанных вопросов обеспечит формирование у будущего специалиста навыков правильных поведенческих действий в различных чрезвычайных ситуациях на всех этапах жизненного цикла в современных условиях.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к обязательной части учебного плана, индекс дисциплины Б1.О.12.01.

Необходимыми условиями для успешного освоения дисциплины являются:

знания способов защиты персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; мер профилактики травматизма, инфекционных и неинфекционных заболеваний; основ безопасности, взаимодействия человека со средой обитания, основ физиологии и рациональных условий труда, последствий воздействия на человека опасных, вредных и поражающих факторов среды обитания в зонах трудовой деятельности и отдыха; основ медицинских знаний и здорового образа жизни;

умения создавать здоровьесберегающую образовательную среду; обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся и персонала; идентифицировать опасности; прогнозировать ход развития чрезвычайных ситуаций и давать оценку их последствиям; правильно оценивать ситуацию при различных видах отравлений, термических состояниях, травмах и оказывать доврачебную помощь;

навыки владения правовыми, нормативно-техническими и организационными основами безопасности жизнедеятельности; основными

способами защиты человека от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; приемами по оказанию доврачебной помощи, навыками здорового образа жизни.

Основывается на знаниях, полученных студентами в ходе изучения общеобразовательных дисциплин.

Является основой для изучения дисциплины «Охрана труда в отрасли».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Универсальные		
<p>УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p>УК.8.1. Идентифицирует угрозы (опасности) техногенного, природного происхождения и выбирает методы и способы защиты природной среды, обеспечивает устойчивое развитие общества и человека в повседневной жизни, в профессиональной деятельности, в том числе при угрозе ЧС.</p>	<p>Знает: методы и способы защиты населения и природной среды от возможных последствий стихийных бедствий, аварий и катастроф; меры профилактики травматизма, инфекционных и неинфекционных заболеваний; основы безопасности, взаимодействия человека со средой обитания, основы физиологии и рациональных условий труда, последствия воздействия на человека опасных, вредных и поражающих факторов.</p> <p>Умеет: идентифицировать опасности; прогнозировать ход развития чрезвычайных ситуаций и давать оценку их последствиям; предпринимать действия при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; планировать мероприятия по обеспечению безопасных условий жизнедеятельности, в том числе предотвращению чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Владеет: навыками организации мероприятий по предупреждению негативных факторов при различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного происхождения; основными способами защиты человека от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий, приемами по оказанию доврачебной помощи.</p>

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка (всего)	72 (2 зач. ед)	—
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:	24	—
Лекции	8	—
Семинарские занятия	—	—
Практические занятия	16	—
Лабораторные работы	—	—
Контрольные работы	—	—
Курсовая работа (курсовой проект)	—	—
Другие формы и методы организации образовательного процесса	—	—
Самостоятельная работа студента (всего)	39	—
Контроль	9	—
Форма аттестации	зачет	—

4.2. Содержание разделов учебной дисциплины

Тема 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.

Цели и задачи безопасности жизнедеятельности. Принципы и понятия безопасности жизнедеятельности. Системы и виды безопасности жизнедеятельности. Методы и средства обеспечения безопасности жизнедеятельности. Номенклатура, таксономия, идентификация, виды опасностей. Классификация опасностей. Риск. Виды риска.

Тема 2. Безопасность трудовой деятельности. Физиолого-гигиенические основы труда и рациональные условия жизнедеятельности. Профессиональные вредности и их проявления. Основные физиологические характеристики трудовой деятельности. Факторы производственной среды и их влияние на организм человека. Средства индивидуальной и коллективной защиты на рабочем месте. Общие санитарно-технические требования к производственным помещениям и рабочим местам.

Тема 3. Чрезвычайные ситуации и методы защиты населения в условиях их реализации. Общие сведения о чрезвычайных ситуациях, их классификация. Причины и основные условия возникновения чрезвычайных ситуаций. Формы проявления чрезвычайных ситуаций. Поражающие факторы чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Защита населения при стихийных бедствиях, авариях и катастрофах. Чрезвычайные ситуации социального характера. Экстремизм и терроризм. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Организация антитеррористических мероприятий по обеспечению

безопасности в образовательном учреждении. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях военного характера.

Тема 4. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях. Неотложные мероприятия на месте происшествия. Принципы и алгоритм оказания первой доврачебной помощи. Оказание первой доврачебной помощи при переломах и повреждениях суставов. Первая помощь при кровотечениях. Первая доврачебная помощь при ожогах и обморожениях, солнечном и тепловом ударе, поражении электрическим током. Первая помощь при отравлении, обмороках, утоплении. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Заболевания при контакте с животными и насекомыми. Первая доврачебная помощь при укусах животных и насекомых. Понятие реанимации. Порядок действий при реанимации пострадавшего.

Тема 5. Методы и средства электробезопасности. Физические основы электробезопасности. Общие определения электробезопасности. Факторы поражения электрическим током. Действие электрического тока на организм человека. Условия поражения электрическим током. Методы и средства защиты от поражения электрическим током.

Тема 6. Основы пожарной безопасности. Общие сведения о процессе горения. Классификация материалов и веществ по взрывопожароопасности. Средства выявления возгораний. Первичные средства пожаротушения. Типы огнетушителей. Основные правила эвакуации при пожаре.

Тема 7. Влияние техногенных факторов на среду обитания. Понятие о негативных факторах техносферы и их классификация. Химические факторы техносферы. Биологические факторы техносферы. Физические факторы техносферы. Влияние техногенных факторов на безопасность жизнедеятельности человека в среде его обитания. Предупреждение и снижение негативных последствий воздействия техногенных факторов на среду обитания и человека.

Тема 8. Гражданская оборона. Основные задачи и структура гражданской обороны. Организация гражданской обороны в современных условиях. Организация и функционирование единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Защитные сооружения гражданской обороны. Средства индивидуальной защиты. Рассредоточение и эвакуация.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
2 семестр			
1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	2	—
2	Безопасность трудовой деятельности	2	—
3	Чрезвычайные ситуации и методы защиты населения в условиях их реализации	2	—
4	Основы электрической и пожарной безопасности	2	—
Итого:		8	—

4.4. Практические занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
2 семестр			
1.	Чрезвычайные ситуации природного и биологического характера	2	—
2.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	2	—
3.	Чрезвычайные ситуации социального характера	2	—
4.	Измерение параметров микроклимата рабочей зоны	4	—
5.	Электрическая и пожарная безопасность	2	—
6.	Продовольственная безопасность	2	—
7.	Неотложные состояния	2	—
Итого:		16	—

4.5. Лабораторные работы. Лабораторные работы учебным планом не предусмотрены.

4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
2 семестр				
1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	Составление тезисов; работа с лекционным материалом; подготовка к практическим занятиям; подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний по дисциплине.	4	—
2	Безопасность трудовой деятельности	Конспектирование учебного материала; подготовка к практическим занятиям; подготовка к текущему и	4	—

		промежуточному контролю знаний по дисциплине.		
3	Чрезвычайные ситуации и методы защиты населения в условиях их реализации	Составление тезисов; работа с лекционным материалом; подготовка к практическим занятиям; подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний по дисциплине.	4	—
4	Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях	Составление тезисов; работа с лекционным материалом; подготовка к практическим занятиям; подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний по дисциплине.	7	—
5	Методы и средства электробезопасности	Составление тезисов; работа с лекционным материалом; подготовка к практическим занятиям; подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний по дисциплине.	4	—
6	Основы пожарной безопасности	Составление тезисов; работа с лекционным материалом; подготовка к практическим занятиям; подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний по дисциплине.	6	—
7	Влияние техногенных факторов на среду обитания	Составление тезисов; подготовка доклада и презентации; подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний по дисциплине.	4	—
8	Гражданская оборона	Конспектирование учебного материала; подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний по дисциплине.	6	—
Итого			39	—
Подготовка к зачету			9	—

4.7 Курсовые работы. Не предусмотрены учебным планом.

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

Преподавание дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» ведется с применением инновационных и традиционных образовательных технологий.

Наряду с методикой традиционной лекционно-практической работы предусмотрено использование активных форм и методов учебной деятельности, в том числе: учебные дискуссии, беседы, работа с литературными источниками. Методика проблемно-диалогического обучения применяется в процессе лекционной работы над учебным материалом в каждой из тем учебной дисциплины.

Методика исследовательской деятельности используется в процессе организации практического обучения и самостоятельной работы студентов в объеме учебных тем. Применяются средства мультимедиа: презентации, базы электронных образовательных ресурсов.

6. Формы контроля освоения учебной дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущим практические занятия по дисциплине в следующих формах: опрос, защита практических работ, подготовка и защита рефератов (презентаций), самостоятельная работа.

Критерии оценки учитывают результаты посещаемости лекций, выполнения практических заданий, итоги выполнения заданий самостоятельной работы. Это позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки, обладает большими возможностями воспитательного воздействия преподавателя.

Ликвидация студентами задолженностей проводится в виде устных ответов по пропущенному материалу, выполнения практического задания, написания рефератов и подготовки презентаций с защитой у преподавателя.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме письменного зачета (тестовые задания).

Система оценивания учебных достижений студентов, оценочные средства представлены в фонде оценочных средств к рабочей программе учебной дисциплины (приложении).

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

Четырехбалльная система оценивания экзамена	100-балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90-100	А – отлично – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	83-89	В – очень хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические	

		навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	Зачтено
Хорошо	75-82	С – хорошо – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63-74	Д – удовлетворительно – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки	
Удовлетворительно	50-62	Е – посредственно – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	Не зачтено
Неудовлетворительно	21-49	FX – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение	
Неудовлетворительно	0-20	F – неудовлетворительно – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий.	

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Бочаров, А.В. Безопасность жизнедеятельности в различных условиях среды обитания человека : учебное пособие / А.В. Бочаров. – Волгоград : ВГАФК, 2018. – 177 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/158213> (дата обращения: 23.01.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Кривошеин, Д.А. Безопасность жизнедеятельности / Д.А. Кривошеин, В.П. Дмитренко, Н.В. Горькова. – 3-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2023. – 340 с. – ISBN 978-5-507-46280-3. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/305234> (дата обращения: 23.01.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Соколов, А.Т. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / А.Т. Соколов – Москва : Интернет-Университет Информационных Технологий (ИНТУИТ), Ай Пи Ар Медиа, 2024. – 191 с. – ISBN 978-5-4497-2444-1. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/133924.html> (дата обращения: 22.01.2025). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

б) дополнительная литература

1. Безопасность жизнедеятельности: курс лекций : учебное пособие / Н.Ф. Магомедова, А.М. Меджидова, М.А. Муртузалиева, Д.М. Рамазанов. – Махачкала : ДагГАУ имени М.М.Джамбулатова, 2024. – 99 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/442964> (дата обращения: 23.01.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / составители А.Ю. Игнатова, Ю.В. Аносова. – Кемерово : КузГТУ имени Т.Ф. Горбачева, 2023. – 102 с. – ISBN 978-5-00137-404-6. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/399659> (дата обращения: 23.01.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Курбатов, В.А. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В.А. Курбатов, И.А. Федоркина, С.Л. Яблочников. – Москва : МТУСИ, 2023. – 190 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/333947> (дата обращения: 23.01.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. Курбатов, В.А. Безопасность жизнедеятельности. Условия труда : учебное пособие / В.А. Курбатов, Ю.С. Рысин, С.Л. Яблочников. – 2-е изд. – Саратов : Вузовское образование, 2024. – 95 с. – ISBN 978-5-4487-0996-8. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/142069.html> (дата обращения: 02.08.2024). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

5. Контрольные работы по БЖД : учебно-методическое пособие / Г.В. Пачурин, О.В. Маслеева, И.В. Гейко, И.Г. Трунова. – Москва, Вологда : Инфра-Инженерия, 2023. – 156 с. – ISBN 978-5-9729-1502-6. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/133230.html> (дата обращения: 27.09.2023). – Режим доступа: для авторизир. пользователей.

6. Толстых, А.С. Безопасность жизнедеятельности в техносфере : учебник / А.С. Толстых, М.А. Пундик, А.А. Живов. – Донецк : ДонНУЭТ имени Туган-Барановского, 2024. – 319 с. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/427604> (дата обращения: 23.01.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» используются при проведении:

– *лекционных занятий*: наглядные пособия, плакаты, комплект видеоматериалов, курс мультимедийных лекций (презентаций), ноутбук; аудитория, оснащенная презентационной техникой, интерактивная доска;

– *практических занятий*: измерительные приборы – люксметр, анемометры (чашечного и крыльчатого типа), барометр-анероид, волосяной гигрометр, гигрометр психрометрический, дозиметр СТОРА, шумомер KMON-GM 152, пирометр, огнетушитель порошковый (ОП-5) и углекислотный (ОУ-2), макеты огнетушителей, средства индивидуальной защиты труда (маска, респиратор, каска, противогаз, защитный халат, носилки и т.п.), шины, аптечка медицинская укомплектованная, видеоносители с учебными фильмами.

В процессе лекционных и практических занятий используется следующее программное обеспечение: программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет («Google», «Chrome»); программы демонстрации видеоматериалов («Windows Media Player»); программы для демонстрации и создания презентаций («Microsoft PowerPoint»).

Рабочее место преподавателя оснащено компьютером с доступом в Интернет. Преподавание дисциплины предусматривает доступ обучающихся к электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам) и к электронной информационно-образовательной среде университета, которая обеспечивает возможность доступа обучающихся к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

