

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт фундаментальной медицины и биологии
Высшая школа биологии



Программа дисциплины

Основы личной безопасности и формирование культуры здорового образа жизни

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Биология и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2025

Содержание

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
 - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
 - 4.2. Содержание дисциплины (модуля)
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
13. Приложение №1. Фонд оценочных средств
14. Приложение №2. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
15. Приложение №3. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программу дисциплины разработал(а)(и): доцент, к.н. Билалова Г.А. (кафедра охраны здоровья человека, Центр медицины и фармации), GABilalova@kpfu.ru ; доцент, д.н. Зиятдинова А.И. (кафедра охраны здоровья человека, Центр медицины и фармации), Alfiya.Ziyatdinova@kpfu.ru

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать следующими компетенциями:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОПК-8	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний
УК-8	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

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

- особенности педагогической деятельности; базовые методы, формы и средства педагогической деятельности; основные требования к современному преподавателю;
- отечественные научные исследования в сфере педагогической деятельности; пути и способы поиска новой информации для решения профессиональных задач;
- некоторые источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; некоторые причины, признаки и последствия опасностей;
- отдельные принципы и методы обеспечения безопасности и сохранения здоровья при взаимодействии человека с различной средой обитания.

Должен уметь:

- определять и анализировать традиционные научные знания и результаты исследований для выбора методов в педагогической деятельности;
- производить первичную обработку и систематизацию новой информации, делать выбор адекватных задач исследования методов, обеспечивающих получение достоверных теоретических и эмпирических данных, определять и осваивать новые сферы деятельности для решения профессиональных задач;
- определять признаки, причины, факторы и условия возникновения чрезвычайных ситуаций под руководством преподавателя; - определять алгоритм поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

Должен владеть:

- правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими, организационно-управленческими и специальными знаниями в т.ч. в предметной области с помощью преподавателя;
- некоторыми методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций, способами поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения), в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.О.08.01 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (Биология и безопасность жизнедеятельности)" и относится к обязательной части ОПОП ВО.

Осваивается на 1 курсе в 1 семестре.

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных(ые) единиц(ы) на 144 часа(ов).

Контактная работа - 49 часа(ов), в том числе лекции - 18 часа(ов), практические занятия - 30 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 1 часа(ов).

Самостоятельная работа - 95 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 0 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет в 1 семестре.

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

N	Разделы дисциплины / модуля	Се- местр	Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах)							Само- стоя- тель- ная ра- бота
			Лекции всего	Лекции в эл. форме	Практи- ческие занятия, всего	Практи- ческие в эл. форме	Лабора- торные работы, всего	Лабора- торные в эл. форме		
1.	Тема 1. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе	1	4	0	6	0	0	0	14	
2.	Тема 2. Биологические и психофизиологические основы личной безопасности	1	4	0	6	0	0	0	22	
3.	Тема 3. Здоровый образ жизни-главный фактор здоровья и личной безопасности	1	6	0	6	0	0	0	23	
4.	Тема 4. Современные проблемы укрепления здоровья и профилактики заболеваний	1	4	0	6	0	0	0	16	
5.	Тема 5. Школьная среда и личная безопасность	1	0	0	6	0	0	0	20	
	Итого		18	0	30	0	0	0	95	

4.2 Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе

Концепция здоровьесберегающего образования. Понятие "здоровье" как основополагающее в характеристике данного типа образовательных технологий. Культура здорового образа жизни личности. Определение понятия "здоровье сберегающие образовательные технологии". Классификация здоровьесберегающих технологий. Принципы здоровьесберегающей педагогики, роль педагога. Развитие здоровьесберегающей среды в организациях образования"

Тема 2. Биологические и психофизиологические основы личной безопасности

Особенности структурно-функциональной организации человека. Структурно-функциональные системы восприятия и компенсации организмом человека изменений факторов среды обитания. Естественные системы защиты человека от негативных воздействий среды обитания противодействию утомлению, к экстренной мобилизации в чрезвычайной ситуации, а также способность успешно действовать при помехах. Психология безопасности рассматривает: психические процессы психических свойства и психическое состояние человека. Биологические и психофизиологические предпосылки формирования поведения в опасных ситуациях. Влияние стресса на психическое состояние человека. Особенности психического состояния студентов и школьников. Биологические негативные факторы, характеристика. Источники биологических ЧС. Меры по предотвращению распространения и локализации инфекций среди населения в очаге инфекционного заболевания.

Тема 3. Здоровый образ жизни-главный фактор здоровья и личной безопасности

Национальная безопасность. Понятие, объекты, субъекты и современные угрозы национальной безопасности.

Принципы охраны здоровья граждан РФ: соблюдение прав человека в области охраны здоровья: приоритет профилактических мер в области охраны здоровья; доступность медико-социальной помощи; социальная защищенность граждан и случае утраты здоровья: ответственность органов государственной власти и управления за соблюдение прав человека в области охраны здоровья.

Факторы, определяющие здоровье и болезнь. Здоровье как основа безопасного существования. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Медико-статистические показатели состояния здоровья населения России. Понятия образ жизни и здоровый образ жизни. Роль педагога в профилактике заболеваний школьников и учащейся молодежи, в формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.. Проблемы в формировании здорового образа жизни. Законодательные акты по оздоровлению нации. . Основы формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.

Тема 4. Современные проблемы укрепления здоровья и профилактики заболеваний

Виды профилактики, основные задачи и показатели оценки ее эффективности, определение факторов риска (антириска) развития заболеваний, группы и территории риска, их классификацию. Методы оценки факторов риска на индивидуальном, групповом и популяционном уровнях и их практическое значение. Основные принципы, формы, методы и средства гигиенического обучения и пропаганды здорового образа жизни. Понятия общественного здоровья населения и субъективные показатели индивидуального здоровья. Основы личной и общей гигиены, соблюдение норм САНПиН. Заболевания в детских коллективах, их симптомы, причины. Профилактика инфекционных заболеваний, травматизма в образовательной среде.

Тема 5. Школьная среда и личная безопасность

Личная безопасность школьника, факторы среды влияющие на безопасность. Личная безопасность при чрезвычайных ситуациях социально-политического происхождения (голод, безработица, демографические проблемы, снижении уровня жизни, алкоголизм, наркомания, табакокурение). Основные понятия и определения, причины возникновения, прогнозируемые последствия, рекомендации по снижению риска опасных последствий. Факторы становления аддиктивного поведения у подростков, формы проявления данного поведения. Пьянство, алкоголизм, наркомания и токсикомания, лекарственная зависимость. Группа нехимических зависимостей (азартные игры, компьютер, переедание, трудоголизм). Практические навыки по защите от опасных факторов школьной и бытовой среды. Пожаробезопасность и электробезопасность личности, правила поведения.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 6 апреля 2021 года №245)

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-996бин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений"

Устав федерального государственного автономного образовательного учреждения "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Правила внутреннего распорядка федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Локальные нормативные акты Казанского (Приволжского) федерального университета

6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) включает оценочные материалы, направленные на проверку освоения компетенций, в том числе знаний, умений и навыков. Фонд оценочных средств включает оценочные средства текущего контроля и оценочные средства промежуточной аттестации.

В фонде оценочных средств содержится следующая информация:

- соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю);
- критерии оценивания сформированности компетенций;
- механизм формирования оценки по дисциплине (модулю);
- описание порядка применения и процедуры оценивания для каждого оценочного средства;
- критерии оценивания для каждого оценочного средства;

- содержание оценочных средств, включая требования, предъявляемые к действиям обучающихся, демонстрируемым результатам, задания различных типов.

Фонд оценочных средств по дисциплине находится в Приложении 1 к программе дисциплины (модулю).

7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Освоение дисциплины (модуля) предполагает изучение основной и дополнительной учебной литературы. Литература может быть доступна обучающимся в одном из двух вариантов (либо в обоих из них):

- в электронном виде - через электронные библиотечные системы на основании заключенных КФУ договоров с правообладателями;

- в печатном виде - в Научной библиотеке им. Н.И. Лобачевского. Обучающиеся получают учебную литературу на абонементе по читательским билетам в соответствии с правилами пользования Научной библиотекой.

Электронные издания доступны дистанционно из любой точки при введении обучающимся своего логина и пароля от личного кабинета в системе "Электронный университет". При использовании печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован ими из расчета не менее 0,5 экземпляра (для обучающихся по ФГОС 3++ - не менее 0,25 экземпляра) каждого из изданий основной литературы и не менее 0,25 экземпляра дополнительной литературы на каждого обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих данную дисциплину.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), находится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. Он подлежит обновлению при изменении условий договоров КФУ с правообладателями электронных изданий и при изменении комплектования фондов Научной библиотеки КФУ.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

<https://rosinfostat.ru/#i-4> государственная Статистика России - <https://rosinfostat.ru/#i-4> государственная Статистика России

<https://rus-medical.slovaronline.com/> Медицинская энциклопедия - <https://rus-medical.slovaronline.com/> Медицинская энциклопедия

<https://www.mchs.gov.ru/> МЧС РФ - <https://www.mchs.gov.ru/> МЧС РФ

<https://znanium.com/catalog/document?id=309333> - <https://znanium.com/catalog/document?id=309333>

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Вид работ	Методические рекомендации
лекции	<p>Студент должен бегло просмотреть учебно-методический комплекс по предстоящей лекции. В подготовительной работе к лекции формирование субъективного настроения на характер информации, которую он получит в лекции по соответствующей теме. Учебная лекция раскрывает пункты, проблемы, темы, которые находятся в программе. Она обладает большой информационной емкостью, и за короткое время преподаватель успевает изложить большое количество проблем. Студент должен помнить что учебник, монография или статья не могут заменить учебную лекцию. В свою очередь, работа студента на лекции это сложный вид познавательной, интеллектуальной работы, требующей напряжения, внимания, воли, затрат нервной и физической энергии. Весь учебный материал, сообщаемый преподавателем, должен не просто прослушиваться. Он должен быть активно воспринят, т.е. услышан, осмыщен, понят, зафиксирован на бумаге и закреплен в памяти. Приступая к слушанию нового учебного материала, полезно мысленно установить его связь с ранее изученным, уяснить, на что опирается изложенная тема. Студент должен вслед за преподавателем уметь выделять основные категории, законы и их содержание, проблемы, их возможные решения, доказательства и выводы. Осуществляя такую работу, студент значительно облегчит себе понимание учебного материала, его конспектирование и дальнейшее изучение. Запись лекции является важнейшим элементом работы студента на лекции. Конспект лекции позволяет ему обработать, систематизировать и лучше сохранить полученную информацию с тем, чтобы в будущем он смог восстановить в памяти основные, содержательные моменты лекции. Типичная ошибка студентов дословное конспектирование. Как правило, при записи слово в слово не остается времени на обдумывание, анализ и синтез криминально-культурологической информации. Отбирая нужную информацию, главные мысли, проблемы, решения и выводы, студент сокращает текст, строит свой текст, в котором он сможет разобраться. При ведении конспекта лекций есть материал, который записывается дословно, как, например, формулировки нормативных актов, в том числе ведомственных, определения основных категорий и законов теории криминальной субкультуры. При этом студент должен для себя в конспекте выделить главную мысль, идею в определении того или иного понятия, его сущность, не стараясь сразу понять его в деталях. В конспекте лекции обязательно записываются название темы лекции, основные вопросы плана, рекомендованная литература. Текст лекции должен быть разделен в соответствии с планом. С окончанием лекции работа над конспектом не может считаться завершенной. Нужно еще восстановить отдельные места, проверить, все ли понятно, уточнить что-то на консультации и т.п., с тем, чтобы конспект мог быть использован в процессе подготовки к семинарам, практическим занятиям, зачету для дальнейшего изучения тем, на практике. Студент должен бегло просмотреть учебно-методический комплекс по предстоящей лекции. В подготовительной работе к лекции формирование субъективного настроения на характер информации, которую он получит в лекции по соответствующей теме. Учебная лекция раскрывает пункты, проблемы, темы, которые находятся в программе. Она обладает большой информационной емкостью, и за короткое время преподаватель успевает изложить большое количество проблем. Студент должен помнить что учебник, монография или статья не могут заменить учебную лекцию. В свою очередь, работа студента на лекции это сложный вид познавательной, интеллектуальной работы, требующей напряжения, внимания, воли, затрат нервной и физической энергии. Весь учебный материал, сообщаемый преподавателем, должен не просто прослушиваться. Он должен быть активно воспринят, т.е. услышан, осмыщен, понят, зафиксирован</p>
практические занятия	<p>Для подготовке к практическим занятиям рекомендуется ознакомиться с те-матикой в соответствии с утвержденной программой. Подготовить план-конспект по практической работе. Отбирая нужную информацию, главные мысли, проблемы, решения и выводы, студент сокращает текст, строит свой текст, в котором он сможет разобраться.</p>
самостоятельная работа	<ol style="list-style-type: none">1. Записать название конспектируемого произведения (или его части) и выходные данные.2. Прочитать текст и осмыслить основное его содержание.3. Составить план - основу конспекта.4. Конспектируя, оставить место (широкие поля) для дополнений, заметок, записи незнакомых терминов, требующих разъяснений.5. Запись вести своими словами, это способствует лучшему осмысливанию текста.6. Применять определенную систему подчеркивания, сокращений, условных обозначений.7. Можно пользоваться цветом для выделения тех или иных информативных узлов в тексте. У каждого цвета должно быть строго однозначное, заранее предусмотренное назначение.

Вид работ	Методические рекомендации
зачет	<p>Зачет - форма итогового контроля знаний студентов по учебной дисциплине. Цель зачета: оценить знания, умения, навыки студента по данной учебной дисциплине.</p> <p>- Подготовка студента к экзамену способствует закреплению, углублению, систематизации и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению этих знаний к решению практических задач по данной учебной дисциплине.</p> <p>- Готовясь к зачету, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания.</p> <p>- При сдаче зачета студент демонстрирует знания, умения, навыки, приобретенные в процессе освоения данной учебной дисциплины.</p> <p>Для успешной подготовки к зачету необходимо:</p> <ul style="list-style-type: none">- опираться на материал учебников, из списка основной и дополнительной литературы;- использовать материал собственных конспектов литературы;- использовать интернет - источники по данной учебной дисциплине;- ориентироваться на вопросы к зачету, которые он получил от преподавателя. <p>При подготовке к зачету необходимо систематизировать материал и расположить его согласно вопросам зачета. Вначале следует просмотреть весь материал по сдаваемой дисциплине, отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов. Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время экзаменационной сессии для систематизации и закрепления знаний.</p> <p>При сдаче зачета студенту предоставляется 15 минут для ответа на поставленные вопросы. Студент должен продемонстрировать, что он 'усвоил' по данной учебной дисциплине в соответствии с программой обучения. При этом студент может использовать 'лист устного ответа', на котором во время, отведенное для подготовки к ответу, он может записать план, тезисы, схему ответа, отдельные формулировки, термины, формулы и т.п. После окончания ответа преподаватель вправе задать вопросы по существу излагаемого вопроса, на которые студент обязан дать четкий конкретный ответ. Вместе с тем, студент вправе высказать иные, желательно аргументированные точки зрения, на обсуждаемый вопрос. Итоговая оценка выставляется по результатам устного ответа, ответов на вопросы преподавателя и результатов проверки практических навыков.</p> <p>В зачетную ведомость и зачетную книжку выставляется 'зачтено' или 'не зачтено'. Ведомость сдается в деканат института в день зачета. Студент, получивший 'не зачтено' имеет право пересдать зачет в дни, установленные деканом.</p>

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, представлен в Приложении 3 к рабочей программе дисциплины (модуля).

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю) включает в себя следующие компоненты:

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья) и оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду КФУ.

Учебные аудитории для контактной работы с преподавателем, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья).

Компьютер и принтер для распечатки раздаточных материалов.

Мультимедийная аудитория.

Компьютерный класс.

12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:
- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;
- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 44.03.05 "Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)" и профилю подготовки "Биология и безопасность жизнедеятельности".

Приложение 2
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.0.08.01 Основы личной безопасности и формирование культуры здорового образа жизни

Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Биология и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2025

Основная литература:

1. Халилов, Ш. А. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ш.А. Халилов, А.Н. Маликов, В.П. Гневанов ; под ред. Ш.А. Халилова. - Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2022. - 576 с. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-8199-0789-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1815484> (дата обращения: 01.02.2025). - Режим доступа: по подписке.
2. Оноприенко, М. Г. Безопасность жизнедеятельности. Защита территорий и объектов экономики в чрезвычайных ситуациях : учебное пособие / М. Г. Оноприенко. - Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2020. - 400 с. - (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-91134-831-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1037073> (дата обращения: 01.02.2025). - Режим доступа: по подписке.
3. Коханов, В. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В.Н. Коханов, В.М. Емельянов, П.А. Некрасов. - Москва : ИНФРА-М, 2021. - 400 с. - (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-006522-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1194141> (дата обращения: 01.02.2025). - Режим доступа: по подписке.
4. Безопасность жизнедеятельности : учебник для бакалавров / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова [и др.] ; под ред. проф. Э. А. Арустамова. - 22-е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательско-торговая корпорация 'Дашков и К', 2020. - 446 с. - ISBN 978-5-394-03703-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1091487> (дата обращения: 01.02.2025). - Режим доступа: по подписке.
5. Щелчкова, Н. Н. Практикум по безопасности жизнедеятельности. Часть I : учебно-практическое пособие / Н.Н. Щелчкова, Д.В. Натарова, Е.А. Романова. - Москва : ИНФРА-М, 2019. - 218 с. - ISBN 978-5-16-108277-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1065303> (дата обращения: 01.02.2025). - Режим доступа: по подписке.

Дополнительная литература:

1. Потапов, А. Д. Землетрясения. Причины, последствия и обеспечение безопасности : учебное пособие / А. Д. Потапов, И. Л. Ревелис, С. Н. Чернышев ; под ред. С. Н. Чернышева. - Москва : ИНФРА-М, 2019. - 343 с. - (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-011844-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1008121> (дата обращения: 01.02.2025). - Режим доступа: по подписке.
2. Бояринова, С. П. Опасные природные процессы : учебное пособие / С. П. Бояринова. - Железногорск : ФГБОУ ВО СПСА ГПС МЧС России, 2019. - 180 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1202007> (дата обращения: 01.02.2025). - Режим доступа: по подписке.
3. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / под ред. Л. А. Михайлова. - 2-е изд.. - Санкт-Петербург : Питер, 2013. - 461 с. - ISBN 978-5-496-00054-3. - Текст : Даниленко, О. В. Государственная итоговая аттестация студентов, обучающихся по направлению подготовки 44.03.01 'Педагогическое образование', профилю 'Безопасность жизнедеятельности' : учебно-методическое пособие / О. В. Даниленко, И. Н. Корнева. - 2-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2019. - 198 с. - ISBN 978-5-9765-4197-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1861691> (дата обращения: 01.02.2025). - Режим доступа: по подписке.
4. Самостоятельная подготовка обучающихся профиля 'Безопасность жизнедеятельности' к сдаче государственного экзамена : учебное пособие / авт.-сост. О. В. Даниленко, И. Н. Корнева, А. В. Шупаев. - 2-е изд., стер. - Москва : Флинта, 2021. - 136 с. - ISBN 978-5-9765-4654-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1855647> (дата обращения: 01.02.2025). - Режим доступа: по подписке.

Приложение 3
к рабочей программе дисциплины (модуля)
Б1.0.08.01 Основы личной безопасности и формирование культуры здорового образа жизни

Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Направление подготовки: 44.03.05 - Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Биология и безопасность жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2025

Освоение дисциплины (модуля) предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Операционная система Microsoft Windows 7 Профессиональная или Windows XP (Volume License)

Пакет офисного программного обеспечения Microsoft Office 365 или Microsoft Office Professional plus 2010

Браузер Mozilla Firefox

Браузер Google Chrome

Adobe Reader XI или Adobe Acrobat Reader DC

Kaspersky Endpoint Security для Windows

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, учебно-методические комплексы, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полноту соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.