

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Саратовский государственный технический университет имени Гагарина Ю.А.»

Кафедра «Природная и техносферная безопасность»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине

«Б. 1.3.11.2 Валеология»

направления подготовки

«20.03.01 Техносферная безопасность»

профиль – «Безопасность жизнедеятельности в техносфере»

форма обучения – очная

курс – 1

семестр – 1

зачетных единиц – 3

часов в неделю – 3

всего часов – 108,

в том числе:

лекции – 18

коллоквиумы – 0

практические занятия – 36

лабораторные занятия – 0

самостоятельная работа – 54

экзамен – нет

зачет – 1 семестр

РГР – нет

курсовая работа – нет

курсовой проект – нет

1. Цели и задачи дисциплины

Цель данной дисциплины - дать необходимый объем знаний, навыков, умений в области формирования культуры здорового образа жизни и сохранения общественного и индивидуального здоровья.

Задачи дисциплины:

- формирование у студентов необходимой теоретической базы в области здорового образа жизни;
- ознакомление с закономерностями и механизмами сохранения, укрепления и воспроизводства здоровья человека;
- ознакомление с факторами и условиями, влияющими на формирование здоровья человека;
- расширение представлений у студентов о путях и способах формирования здорового образа жизни.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина относится к дисциплине по выбору, опирается на начальную базу таких дисциплин, как «История», «Экология», «Химия», «Физика», «Математика».

Студенты должны обладать базовыми знаниями основ безопасности жизнедеятельности в объеме, необходимом для обработки информации и анализа данных по безопасности. Обучающиеся должны обладать базовыми знаниями фундаментальных разделов физики, химии и биологии в объеме, необходимом для освоения физических, химических и биологических основ в безопасности жизнедеятельности, владеть методами замера физических параметров среды.

Освоение данной дисциплины необходимо для последующего изучения дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности», «Безопасность труда», «Безопасность в чрезвычайных ситуациях».

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

ОК-7 – владение культурой безопасности и риск ориентированным мышлением, при котором вопросы безопасности и сохранения окружающей среды рассматриваются в качестве важнейших приоритетов в жизни и деятельности

ОПК-4 – способность пропагандировать цели и задачи обеспечения безопасности человека и окружающей среды.

Студент должен знать:

- мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;
- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;

Студент должен 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;

Студент должен владеть:

- системой знаний о взаимосвязях физического, психического и социального здоровья человека и общества;
- обладание организационно-деятельностными умениями, необходимыми для самоанализа, развития своих творческих способностей и повышения квалификации;
- осознание здоровья как ценности, владение знаниями и умениями по охране здоровья и безопасности жизнедеятельности;

4. Распределение трудоемкости (час.) дисциплины по темам и видам занятий

№ модуля	№ недели	№ темы	Наименование темы	Часы				
				Всего	Лекции	Практические	Лабораторные	СРС
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<i>1 семестр</i>								
1	1-2	1	Валеология – учение о здоровье и здоровом образе жизни	12	2	4	-	6
	3-4	2	Валеологический анализ факторов здоровья	12	2	4	-	6
	5-6	3	Валеологический анализ здоровья и здорового образа жизни	12	2	4	-	6
	7-8	4	Двигательная активность и здоровье	12	2	4	-	6
	9-10	5	Психологические основы здоровья	12	2	4	-	6
2	11-12	6	Основы рационального питания	12	2	4	-	6
	13-14	7	Иммунитет и здоровье	12	2	4	-	6
	15-16	8	Терморегуляция и здоровье	12	2	4	-	6
	17-18	9	Рациональная организация жизнедеятельности	12	2	4	-	6
Всего				108	18	36	-	54

5. Содержание лекционного курса

№ темы	Всего часов	№ лекции	Тема лекции. Вопросы, отрабатываемые на лекции	Учеб.-метод. обеспечение
1	2	3	4	5
1	2	1	Валеология – учение о здоровье и здоровом образе жизни Основные понятия валеологии. Предпосылки возникновения валеологии. Место валеологии в системе наук. Классификация валеологии. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни.	1, 2, 6, 13, 19, 20

2	2	2	Валеологический анализ факторов здоровья Генетические факторы. Состояние окружающей среды. Медицинское обеспечение. Условия и образ жизни.	1, 2, 6, 13, 19, 20
3	2	3	Валеологический анализ здоровья и здорового образа жизни Биологическое и социальное в человеке. Человек как результат биологической эволюции. Биологическое и социальное в природе человека – единство и противоречие. Валеологический анализ здоровья и болезни. Индивидуальные особенности человека. Генотипические аспекты. Половые аспекты. Возрастные аспекты.	1, 2, 5, 8-13, 19, 20
4	2	4	Двигательная активность и здоровье Эволюционные предпосылки двигательной активности. Методологические предпосылки физической культуры. Физиологические основы физической культуры. Двигательные навыки и двигательные качества. Характеристика состояний, возникающих при занятиях физической культурой. Организация, содержание и методика физической тренировки в оздоровительной работе. Общие эффекты физической тренировки. Принципы физической тренировки. Понятие о нагрузке. Учет текущего состояния организма в организации оздоровительной физкультуры. Место двигательной активности в жизнедеятельности человека. Возрастные особенности двигательной активности. Место физической культуры в поддержании и укреплении уровня здоровья взрослых	1, 2, 5, 8-13, 19, 20
5	2	5	Психологические основы здоровья Психика и ее компоненты. Физиологические основы психики. Психика и центральная нервная система. Эмоции и эмоциональный стресс. Эволюция становления психики человека. Эволюционные предпосылки формирования психики человека. Основы психогенетики. Психика и современные условия жизни. Индивидуальные психофизиологические особенности человека. Типология индивидуальных психических особенностей. Половые различия психофизиологических качеств. Возрастные психофизиологические особенности. Психическое здоровье. основные понятия. Понятие о психическом здоровье. Методы и приемы оценки психического здоровья. Регулирование психического состояния. Принципы тренировки психических возможностей. Средства психотренинга.	1, 2, 6, 8, 10, 13, 19, 20
6	2	6	Основы рационального питания Значение питания в обеспечении жизнедеятельности. Эволюционные предпосылки	4, 8, 10, 13, 19, 20

			рационального питания. Роль натурального питания. Влияние на организм термически обработанной пищи. Влияние на организм очищенных пищевых веществ. Влияние на организм пищи со специями и искусственными добавками. Влияние на организм неправильного сочетания пищевых веществ. Валеологические предпосылки рационального питания. Учет анатомо-физиологических особенностей пищеварительной системы человека. Учет состояния организма. Питание как потребность. Валеологическая оценка некоторых блюд и пищевых веществ. Рациональное питание современного человека	
7	2	7	Иммунитет и здоровье Понятие об иммунитете. Классификация защитных механизмов. Специфические защитные механизмы. Физиология иммунитета. Кооперация иммунокомпетентных клеток. Неспецифические защитные механизмы. Факторы риска иммунитета	4, 5, 8, 9, 13, 16, 19, 20
8	2	8	Терморегуляция и здоровье Терморегуляция и условия жизни современного человека. Валеологические основы закаливания. Валеологический анализ простудных заболеваний. Факторы, провоцирующие простудные заболевания. Понятие о простудно-инфекционных заболеваниях. Валеологические основы предупреждения простудных и простудно-инфекционных заболеваний. Валеологические основы поведения при простудных и простудно-инфекционных заболеваниях	2, 4-8, 13, 19, 20
9	2	9	Рациональная организация жизнедеятельности Методологические основы рациональной организации жизнедеятельности. Факторы рациональной организации жизнедеятельности работника умственного труда. Планирование и организация рациональной жизнедеятельности. Рациональная организация жизнедеятельности школьника и студента	1, 4, 8, 13, 19, 20

6. Содержание коллоквиумов
не предусмотрены учебным планом

7. Перечень практических занятий

№ темы	Всего часов	№ занятия	Тема практического занятия. Вопросы, отрабатываемые на практическом занятии	Учеб.-метод. обеспечение
1	2	3	4	5
1	4	1	Валеология – учение о здоровье и здоровом образе жизни Основные понятия валеологии. Предпосылки возникновения валеологии. Место валеологии в	1, 2, 6, 13, 19, 20

			системе наук. Классификация валеологии. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни.	
2	4	2	Валеологический анализ факторов здоровья Генетические факторы. Состояние окружающей среды. Медицинское обеспечение. Условия и образ жизни.	1, 2, 6, 13, 19, 20
3	4	3	Валеологический анализ здоровья и здорового образа жизни Биологическое и социальное в человеке. Человек как результат биологической эволюции. Биологическое и социальное в природе человека – единство и противоречие. Валеологический анализ здоровья и болезни. Индивидуальные особенности человека. Генотипические аспекты. Половые аспекты. Возрастные аспекты.	1, 2, 5, 8-13, 19, 20
4	4	4	Двигательная активность и здоровье Эволюционные предпосылки двигательной активности. Методологические предпосылки физической культуры. Физиологические основы физической культуры. Двигательные навыки и двигательные качества. Характеристика состояний, возникающих при занятиях физической культурой. Организация, содержание и методика физической тренировки в оздоровительной работе. Общие эффекты физической тренировки. Принципы физической тренировки. Понятие о нагрузке. Учет текущего состояния организма в организации оздоровительной физкультуры. Место двигательной активности в жизнедеятельности человека. Возрастные особенности двигательной активности. Место физической культуры в поддержании и укреплении уровня здоровья взрослых	1, 2, 5, 8-13, 19, 20
5	4	5	Психологические основы здоровья Психика и ее компоненты. Физиологические основы психики. Психика и центральная нервная система. Эмоции и эмоциональный стресс. Эволюция становления психики человека. Эволюционные предпосылки формирования психики человека. Основы психогенетики. Психика и современные условия жизни. Индивидуальные психофизиологические особенности человека. Типология индивидуальных психических особенностей. Половые различия психофизиологических качеств. Возрастные психофизиологические особенности. Психическое здоровье. основные понятия. Понятие о психическом здоровье. Методы и приемы оценки психического здоровья. Регулирование психического состояния. Принципы тренировки психических возможностей. Средства	1, 2, 6, 8, 10, 13, 19, 20

			психотренинга.	
6	4	6	Основы рационального питания Значение питания в обеспечении жизнедеятельности. Эволюционные предпосылки рационального питания. Роль натурального питания. Влияние на организм термически обработанной пищи. Влияние на организм очищенных пищевых веществ. Влияние на организм пищи со специями и искусственными добавками. Влияние на организм неправильного сочетания пищевых веществ. Валеологические предпосылки рационального питания. Учет анатомо-физиологических особенностей пищеварительной системы человека. Учет состояния организма. Питание как потребность. Валеологическая оценка некоторых блюд и пищевых веществ. Рациональное питание современного человека	4, 8, 10, 13, 19, 20
7	4	7	Иммунитет и здоровье Понятие об иммунитете. Классификация защитных механизмов. Специфические защитные механизмы. Физиология иммунитета. Кооперация иммунокомпетентных клеток. Неспецифические защитные механизмы. Факторы риска иммунитета	4, 5, 8, 9, 13, 16, 19, 20
8	4	8	Терморегуляция и здоровье Терморегуляция и условия жизни современного человека. Валеологические основы закаливания. Валеологический анализ простудных заболеваний. Факторы, провоцирующие простудные заболевания. Понятие о простудно-инфекционных заболеваниях. Валеологические основы предупреждения простудных и простудно-инфекционных заболеваний. Валеологические основы поведения при простудных и простудно-инфекционных заболеваниях	2, 4-8, 13, 19, 20
9	4	9	Рациональная организация жизнедеятельности Методологические основы рациональной организации жизнедеятельности. Факторы рациональной организации жизнедеятельности работника умственного труда. Планирование и организация рациональной жизнедеятельности. Рациональная организация жизнедеятельности школьника и студента	1, 4, 8, 13, 19, 20

8. Перечень лабораторных работ
не предусмотрены учебным планом

9. Задания для самостоятельной работы студентов

№ темы	Всего часов	Вопросы для самостоятельного изучения (задания)	Учеб.-метод. обеспечение
1	2	3	4

1	6	Валеология – учение о здоровье и здоровом образе жизни Основные понятия валеологии. Предпосылки возникновения валеологии. Место валеологии в системе наук. Классификация валеологии. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни.	1, 2, 6, 12-20
2	6	Валеологический анализ факторов здоровья Генетические факторы. Состояние окружающей среды. Медицинское обеспечение. Условия и образ жизни.	1, 2, 6, 12-20
3	6	Валеологический анализ здоровья и здорового образа жизни Биологическое и социальное в человеке. Человек как результат биологической эволюции. Биологическое и социальное в природе человека – единство и противоречие. Валеологический анализ здоровья и болезни. Индивидуальные особенности человека. Генотипические аспекты. Половые аспекты. Возрастные аспекты.	1, 2, 5, 8-20
4	6	Двигательная активность и здоровье Эволюционные предпосылки двигательной активности. Методологические предпосылки физической культуры. Физиологические основы физической культуры. Двигательные навыки и двигательные качества. Характеристика состояний, возникающих при занятиях физической культурой. Организация, содержание и методика физической тренировки в оздоровительной работе. Общие эффекты физической тренировки. Принципы физической тренировки. Понятие о нагрузке. Учет текущего состояния организма в организации оздоровительной физкультуры. Место двигательной активности в жизнедеятельности человека. Возрастные особенности двигательной активности. Место физической культуры в поддержании и укреплении уровня здоровья взрослых	1, 2, 5, 8-20
5	6	Психологические основы здоровья Психика и ее компоненты. Физиологические основы психики. Психика и центральная нервная система. Эмоции и эмоциональный стресс. Эволюция становления психики человека. Эволюционные предпосылки формирования психики человека. Основы психогенетики. Психика и современные условия жизни. Индивидуальные психофизиологические особенности человека. Типология индивидуальных психических особенностей. Половые различия психофизиологических качеств. Возрастные психофизиологические особенности. Психическое здоровье. Основные понятия. Понятие о психическом здоровье. Методы и приемы оценки	1, 2, 6, 8, 10, 12-20

		психического здоровья. Регулирование психического состояния. Принципы тренировки психических возможностей. Средства психотренинга.	
6	6	Основы рационального питания Значение питания в обеспечении жизнедеятельности. Эволюционные предпосылки рационального питания. Роль натурального питания. Влияние на организм термически обработанной пищи. Влияние на организм очищенных пищевых веществ. Влияние на организм пищи со специями и искусственными добавками. Влияние на организм неправильного сочетания пищевых веществ. Валеологические предпосылки рационального питания. Учет анатомо-физиологических особенностей пищеварительной системы человека. Учет состояния организма. Питание как потребность. Валеологическая оценка некоторых блюд и пищевых веществ. Рациональное питание современного человека	4, 8, 10, 12-20
7	6	Иммунитет и здоровье Понятие об иммунитете. Классификация защитных механизмов. Специфические защитные механизмы. Физиология иммунитета. Кооперация иммунокомпетентных клеток. Неспецифические защитные механизмы. Факторы риска иммунитета	4, 5, 8, 9, 12-20
8	6	Терморегуляция и здоровье Терморегуляция и условия жизни современного человека. Валеологические основы закаливания. Валеологический анализ простудных заболеваний. Факторы, провоцирующие простудные заболевания. Понятие о простудно-инфекционных заболеваниях. Валеологические основы предупреждения простудных и простудно-инфекционных заболеваний. Валеологические основы поведения при простудных и простудно-инфекционных заболеваниях	2, 4-8, 12-20
9	6	Рациональная организация жизнедеятельности Методологические основы рациональной организации жизнедеятельности. Факторы рациональной организации жизнедеятельности работника умственного труда. Планирование и организация рациональной жизнедеятельности. Рациональная организация жизнедеятельности школьника и студента	1, 4, 8, 12-20

10. Расчетно-графическая работа
не предусмотрена учебным планом

11. Курсовая работа
не предусмотрена учебным планом

12. Курсовой проект

не предусмотрена учебным планом

13. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

В процессе освоения образовательной программы у обучающегося в ходе изучения дисциплины Б.1.3.11.2 «Валеология» должны сформироваться следующие компетенции:

ОК-7 – владение культурой безопасности и риск ориентированным мышлением, при котором вопросы безопасности и сохранения окружающей среды рассматриваются в качестве важнейших приоритетов в жизни и деятельности

ОПК-4 – способность пропагандировать цели и задачи обеспечения безопасности человека и окружающей среды.

Для формирования компетенции студенты должны обладать базовыми знаниями основ безопасности жизнедеятельности в объеме, необходимом для обработки информации и анализа данных по безопасности. Обучающиеся должны обладать базовыми знаниями фундаментальных разделов физики, химии и биологии в объеме, необходимом для освоения физических, химических и биологических основ в безопасности жизнедеятельности, владеть методами замера физических параметров среды.

Карта компетенций					
Компетенции		Перечень компонентов	Технология формирования	Метод оценивания	Ступени уровней освоения компетенции
Индекс	Формулировка				
ОК-7	владение культурой безопасности и риск ориентированным мышлением, при котором вопросы безопасности и сохранения окружающей среды рассматриваются в качестве важнейших приоритетов в жизни и деятельности	Знать: мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций социального, природного и техногенного характера; способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия; Уметь: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; Владеть:	Лекции, практические работы, самостоятельная работа в библиотеке, с эл. ресурсами	Устный ответ, Доклад, презентация, Зачет	Пороговый Знает основы оказания первой помощи, умеет находить информацию по заданной теме в библиотеке и интернет-ресурсах, структурирует материал, делает выводы. Продвинутый Демонстрирует хорошие знания материала, излагает стройно и логично, отвечает на вопросы преподавателя, умеет пользоваться различными информационными источниками, обобщает и анализирует литературные

		способами и технологиями защиты в чрезвычайных ситуациях			данные. Высокий (отлично) Свободно владеет материалом, демонстрирует глубокие знания, приводит примеры из различных информационных источников, грамотно излагает материал, систематизирует, делает выводы.
ОПК-4	способность пропагандировать цели и задачи обеспечения безопасности человека и окружающей среды	Знает: мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций социального, природного и техногенного характера. Умеет: выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности Владеет: законодательными и правовыми актами в области безопасности и охраны окружающей среды; способами и технологиями защиты в чрезвычайных ситуациях;	Лекции, практические работы, самостоятельная работа в библиотеке, с эл. ресурсами	Устный ответ, Доклад, презентация, Зачет	Пороговый Знает основы здорового образа жизни, умеет находить информацию по заданной теме в библиотеке и интернет-ресурсах, структурирует материал, делает выводы. Продвинутый Демонстрирует хорошие знания материала, излагает стройно и логично, отвечает на вопросы преподавателя, умеет пользоваться различными информационными источниками, обобщает и анализирует литературные данные. Высокий (отлично) Свободно владеет материалом, демонстрирует глубокие знания,

					приводит примеры из различных информационных источников, грамотно излагает материал, систематизирует, делает выводы.
--	--	--	--	--	--

Вопросы для зачета

1. Определение валеологии.
2. Предмет валеологии.
3. Метод валеологии.
4. Цель валеологии.
5. Задачи валеологии.
6. Определяющие признаки наук о здоровье.
7. Здоровье человека как приоритет в деятельности государства.
8. Здоровье человека и безопасность государства.
9. Здоровье и семья.
10. Роль государства в обеспечении здоровья граждан.
11. Здоровье и культура.
12. Факторы, препятствующие воспитанию культуры здоровья.
13. Роль учителя в воспитании культуры здоровья.
14. Исторический анализ отношения к проблеме здоровья в науке.
15. Место валеологии в профилактике заболеваний.
16. Классификация факторов риска «болезней цивилизации».
17. Проблема здоровья населения России.
18. Проблема личной ответственности человека за свое здоровье.
19. Проблема здоровья в науках о человеке.
20. Валеология как междисциплинарное научное направление.
21. Взаимосвязь валеологии с другими науками.
22. Общая характеристика ветвей валеологии.
23. Характеристика медицинской валеологии.
24. Понятие о педагогической валеологии.
25. Цель и задачи валеологического обучения, воспитания и образования.
26. Генетические предпосылки здоровья.
27. Учет наследственных факторов в построении здорового образа жизни.
28. Образ жизни родителей и наследственность.
29. Понятие о наследственной и врожденной патологии.
30. Экологические факторы здоровья и наследственность.
31. Экология и образ жизни современного человека.
32. Понятие об экологической патологии.
33. Роль медицины в обеспечении здоровья.
34. Понятие о медицинской профилактике заболеваемости.
35. Медицинские подходы в лечении заболеваний.
36. Образ жизни и здоровье.
37. Понятие о здоровом образе жизни.
38. Критерии здоровья человека.
39. Компоненты здорового образа жизни и их характеристика.
40. Человек как результат биологической эволюции.
41. Борьба за существование как решающий фактор биологической эволюции.

42. Особенности взаимоотношений человека с природой.
43. Социальная сущность человека.
44. Цивилизация, образ жизни и здоровье человека.
45. Социальные факторы, обуславливающие образ жизни современного человека.
46. Культурологические факторы образа жизни современного человека.
47. Понятие о социальной среде.
48. Противоречие биологического и социального в обеспечении здоровья человека и пути его преодоления
49. Понятие о гомеостазе.
50. Понятие об адаптации.
51. Понятие о генотипе и фенотипе.
52. Понятие о здоровье и его классификация.
53. Критерии здоровья и его уровни.
54. Валеологические подходы к определению «нормы здоровья».
55. Учет генотипических факторов в обеспечении здоровья.
56. Роль половой принадлежности в обеспечении здоровья.
57. Значение возрастного фактора в обеспечении здоровья.
58. Понятие о рациональной организации жизнедеятельности.
59. Исходные предпосылки рациональной жизнедеятельности.
60. Особенности умственного труда и классификация его видов.
61. Факторы, определяющие умственную работоспособность.
62. Фазы изменения работоспособности при умственной работе.
63. Физиологические и психологические механизмы утомления и усталости при умственной работе.
64. Механизмы активизации восстановления при умственном утомлении.
65. Понятие об активном отдыхе и его механизмах.
66. Средства предупреждения раннего умственного утомления.
67. Особенности изменения умственной работоспособности в течение рабочего дня и рабочей недели.
68. Особенности воздушно-теплового режима условий для работника умственного труда.
69. Понятие об оптимальном световом режиме для работника умственного труда.
70. Значение планирования жизнедеятельности для здоровья человека.
71. Рациональная организация жизнедеятельности школьника.
72. Рациональная организация жизнедеятельности студента.
73. Рациональная организация жизнедеятельности учителя.
74. Организация свободного времени работника умственного труда (школьника, студента, учителя).
75. Роль и место сна в режиме здоровой жизнедеятельности.

Тестовые задания по дисциплине не предусмотрены

Процедура оценивания знаний, умений, навыков по дисциплине Б.1.3.11.2 «Валеология» включает учет успешности выполнения практических работ, самостоятельной работы, сдачу зачета.

Практические работы считаются успешно выполненными в случае предоставления в конце занятия отчета (протокола), включающего тему, ход работы, соответствующие рисунки и подписи (при наличии), и защите практического занятия – ответе на вопросы по теме работы. Шкала оценивания – «зачтено / не зачтено». «Зачтено» за практическую работу ставится в случае, если она полностью правильно выполнена, при этом обучающимся показано свободное владение материалом по дисциплине. «Не

зачтено» ставится в случае, если работа решена неправильно, тогда она возвращается студенту на доработку и затем вновь сдаётся на проверку преподавателю.

Самостоятельная работа считается успешно выполненной в случае предоставления реферата/доклада по каждой теме. Задание для реферата соответствует пункту 9 рабочей программы. Оценивание рефератов проводится по принципу «зачтено» / «не зачтено». «Зачтено» выставляется в случае, если реферат/доклада оформлен в соответствии с критериями:

- правильность оформления реферата (титульная страница, оглавление и оформление источников);

- уровень раскрытия темы реферата / проработанность темы;
- структурированность материала;
- количество использованных литературных источников.

В случае, если какой-либо из критериев не выполнен, реферат возвращается на доработку.

К **зачету** по дисциплине обучающиеся допускаются при:

- предоставлении всех отчетов по всем практическим занятиям;
- сдачи рефератов с учетом того, что они «зачтены» преподавателем.

Зачет сдается устно, по билетам, в которых представлено 2 вопроса из перечня «Вопросы для зачета». Оценивание проводится по принципу «зачтено» / «не зачтено».

«Зачтено» ставится при:

- полном знании материала по программе;
- знании концептуально-понятийного аппарата изучаемого курса;
- умении оперировать специальными терминами,
- иллюстрировании теоретического положения практическим материалом.

«Зачтено» не ставится в случаях систематических пропусков студентом семинарских и лекционных занятий по неважительным причинам.

Оценка «не зачтено» ставится студенту, имеющему существенные пробелы в знании основного материала по программе, а также допустившему принципиальные ошибки при изложении материала.

14. Образовательные технологии

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентностного подхода предусматривает использование в учебном процессе активных проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

1. Мультимедиа-презентации - наглядный иллюстративный материал по всем темам читаемого курса в формате Microsoft Office Power Point.

2. Элементы дистанционного обучения:

- разработанные кафедрой электронные учебные пособия, монографии, справочные материалы, методические указания к практическим занятиям по читаемому курсу.

- теоретические и практические разработки в области безопасности жизнедеятельности;

- <https://portal3.sstu.ru> - Информационно-образовательная сред СГТУ имени Гагарина Ю.А. Учебные и учебно-методические материалы, контрольные задания, информационные материалы по безопасности жизнедеятельности.

15. Перечень учебно-методического обеспечения для обучающихся по дисциплине

1. Обязательные издания

1. Мархоцкий Я.Л. Валеология [Электронный ресурс] : учебное пособие / Я.Л. Мархоцкий. – Электрон. текстовые данные.– Минск: Вышэйшая школа, 2010. – 286 с. – 978-985-06-1880-1. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20063.html>

2. Секач М.Ф. Психология здоровья [Электронный ресурс] : учебное пособие для высшей школы / М.Ф. Секач. – Электрон. текстовые данные. – М. : Академический Проект, 2015. – 192 с. – 978-5-8291-0339-7. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36750.html>

3. Сергеев, В.С. Чрезвычайные ситуации и защита населения [Электронный ресурс]: терминологический словарь / В.С. Сергеев. – Электрон. текстовые данные. – Саратов: Вузовское образование, 2014. – 348 с. –Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/26241.html>

4. Эксплуатация СИЗОД [Электронный ресурс]: учебное пособие / Д.А. Гармашов [и др.]. – Электрон. текстовые данные. – Железногорск: Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2017. – 44 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/66932.html>

5. Защитные сооружения в системе защиты населения от чрезвычайных ситуаций [Электронный ресурс]: учебное пособие /. – Электрон. текстовые данные. – Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. – 105 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/59112.html>

2. Дополнительная издания

6. Маркитанова, Л.И. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях и гражданская оборона [Электронный ресурс]: методические указания для студентов всех специальностей заочной формы обучения / Л.И. Маркитанова, В.В. Кисс, А.А. Маркитанова. – Электрон. текстовые данные. – СПб. : Университет ИТМО, Институт холода и биотехнологий, 2010. – 31 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/68645.html>

7. Сергеев, В.С. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов / В.С. Сергеев. – Электрон. текстовые данные. – М.: Академический Проект, 2010. – 464 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36324.html>

8. Гуревич, П.С. Психология чрезвычайных ситуаций [Электронный ресурс]: учебное пособие / П.С. Гуревич. – Электрон. текстовые данные. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. – 495 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15455.html>

9. Шульгин, В.Н. Инженерная защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени [Электронный ресурс]: учебник для вузов / В.Н. Шульгин. – Электрон. текстовые данные. – Москва, Екатеринбург: Академический Проект, Деловая книга, 2010. – 685 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27393.html>

10. Матрюков, Б. С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях: учеб. / Б.С. Матрюков. – 4-е изд., стер. – М.: ИЦ «Академия», 2007. – 336 с.: ил.; 22 см. – (Высшее профессиональное образование). – Библиогр.: с. 330-331. – **Экземпляры всего: 15**

11. Безопасность жизнедеятельности. Безопасность в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера: учеб. пособие / В. А. Акимов, Ю. Л. Воробьев, М. И. Фалеев. – 2-е изд., перераб. – М. : Высшая школа, 2007. – 592 с.: ил.; 22 см. – Библиогр.: с. 581-582 (32 назв.). **Экземпляры всего: 24**

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

12. <https://portal3.sstu.ru/Facult/FTF/PTB/20.03.01/B.1.3.11.2/default.aspx>

4. Периодические издания

13. Безопасность в техносфере: науч.-метод. и информ. журнал. – М.: ЗАО Изд-во «Русский журнал». – Выходит раз в два месяца. – ISSN 1998-071X. Зарегистрированы поступления: 2011-2012

14. Безопасность труда в промышленности/ мас. науч.-произв. журн. широкого профиля. - М.: НТЦ "Промышленная безопасность", 1932 - Выходит ежемесячно. - ISSN 0409-2961, 1990-2016. Зарегистрированы поступления: 1990-2015.

15. Воздушно-космическая оборона: печатный орган ВЭС ВКО. – М.: ООО ИД «ВПК-Медиа». – Выходит раз в два месяца. – ISSN XXXX-XXXX. Зарегистрированы поступления: 2010-2015

5. Интернет-ресурсы

16. МЧС России - Библиотека (Материалы по курсу «Надежность технических систем и техногенный риск») <http://www.mchs.gov.ru/library>.

17. Научная электронная библиотека www.elibrary.ru.

6. Источники ИОС

18. <https://portal3.sstu.ru/Facult/FTF/PTB/20.03.01/B.1.3.11.2/default.aspx>

7. Профессиональные базы данных

19. Консультант плюс – www.consultant.ru

20. Гарант (информационно-правовой портал) – www.garant.ru

16. Материально-техническое обеспечение

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима лекционная аудитория, оснащенная интерактивной доской, ноутбуком и проектором и имеющая доступ к проводному Интернету либо через канал беспроводной связи посредством *Wi-Fi*.

Для практических занятий необходима учебная аудитория оснащенная интерактивной доской, ноутбуком, проектором и имеющая доступ к проводному Интернету либо через канал беспроводной связи посредством *Wi-Fi*.

Для выполнения самостоятельной работы обучающиеся могут воспользоваться компьютерными классами университета и Электронно-библиотечной системой ВУЗа.

Для оформления письменных работ, презентаций к докладу обучающимся необходимы пакеты программ Microsoft Office (Excel, Word, Power Point, Acrobat Reader), Internet Explorer, или других аналогичных.