



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

**ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

\_\_\_\_\_ Д.С. Докучаев  
(подпись)

«29» августа 2024 г.

**Рабочая программа дисциплины**  
**Безопасность жизнедеятельности**

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	42.03.02 Журналистика
Направленность (профиль) образовательной программы:	Журналистика



## 1. Цели освоения дисциплины

В учебной дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" соединена тематика безопасного взаимодействия человека со средой обитания (производственной, бытовой, городской, природной), вопросы защиты от негативных факторов чрезвычайных ситуаций, а также правила и способы оказания помощи при воздействии чрезвычайных факторов. Изучением дисциплины достигается формирование у бакалавров представления о неразрывном единстве эффективной профессиональной деятельности с требованиями к безопасности и защищенности человека. Реализация этих требований гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека, готовит его к действиям в экстремальных условиях. Целью изучения дисциплины является приобретение знаний и умений:

- необходимых для сохранения своей жизни и здоровья;
- необходимых для обеспечения безопасности человека в современных экономических и социальных условиях;
- в области защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени, необходимых для спасения людей и материальных ценностей.

### Задачи дисциплины:

Основная задача дисциплины - вооружить студентов теоретическими знаниями необходимыми для:

- создания комфортного (нормативного) состояния среды обитания в зонах трудовой деятельности и отдыха человека;
- идентификации негативных воздействий среды обитания естественного, техногенного и антропогенного происхождения;
- реализации мер защиты человека и среды обитания от негативных воздействий;
- обеспечения устойчивости функционирования объектов и технических систем в штатных и чрезвычайных ситуациях;
- принятия решений по защите производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и применения современных средств поражения, а также принятия мер по ликвидации их последствий;
- прогнозирования развития негативных воздействий, оценки последствий их действия на организм человека и оказания необходимой медицинской помощи в случае воздействия поражающих факторов.

В дисциплине рассматриваются: современное состояние и негативные факторы среды обитания; принципы обеспечения безопасности взаимодействия человека со средой обитания, основы физиологии и рациональные условия деятельности; анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, принципы их идентификации; средства и методы повышения безопасности, экологичности и устойчивости технических средств и технологических процессов; действия по ликвидации последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий; правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности.

## 2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина относится к обязательной части ОП. Знания, полученные в результате прохождения курса, могут быть использованы для освоения таких дисциплин, как «Физическая культура и спорт».

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

**знать:** теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе "человек-среда обитания"; правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности; основы физиологии человека и рациональные условия деятельности; анатомо-физические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; идентификацию травмирующих, вредных и поражающих факторов чрезвычайных ситуаций; первую медицинскую помощь при жизнеопасных состояниях и заболеваниях.

**понимать:** как применить средства защиты от негативных воздействий и при необходимости принять участие в проведении спасательных и других неотложных работ при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

#### **3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина**

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

а) универсальные (УК):

УК- 8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

#### **3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с формируемыми компетенциями**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**Знать:** - некоторые нормы состояния среды обитания в зонах трудовой деятельности и отдыха человека;

- принципы обеспечения безопасности взаимодействия человека со средой обитания;

- анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов;

- средства и методы повышения безопасности, экологичности и устойчивости технических средств и технологических процессов;

- правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности.

**2. Уметь:** - идентифицировать негативные факторы воздействия состояния среды обитания естественного, техногенного и антропогенного происхождения.

- прогнозировать развитие негативных воздействий;

- оценивать последствия действия негативных факторов на организм человека;

- оказывать первую медицинскую помощь в ЧС.

**3. Иметь:** - навыки оказания первой медицинской помощи при ЧС, эффективного использования знаний и умений в области обеспечения безопасности жизнедеятельности, защиты окружающей среды, защиты в чрезвычайных ситуациях.

### **4. Объем и содержание дисциплины**

Объем дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 академических часа).

#### **4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий лекционно-семинарского типа**

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения)  Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекцион -ного типа	Занятия семинар- ского типа	
1.	<b>Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера</b>	5	2	2	Входная диагностика: Опрос Выступление на семинаре.
2.	<b>Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</b>	5	2	2	Входная диагностика: Опрос Выступление на семинаре.
3	<b>Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</b>	6	2	4	Входная диагностика: тест с последующим обсуждением результатов. Выступление на семинаре. (см. Рейтинг)
4	<b>Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики</b>	6	2		Опрос Выступление на семинаре.
5	<b>Основы обороны государства</b>	6	2	4	Опрос Выступление на семинаре
6	<b>Военная служба - особый вид федеральной государственной службы</b>	6	2	4	Опрос Выступление на семинаре
7	<b>Криминальные опасности и защита от них</b>	6	2	4	Опрос Выступление на семинаре
8	<b>Безопасность при работе на персональных электронно-вычислительных машинах (ПЭВМ)</b>	6	2	2	Опрос. Выступление на семинаре
9	<b>Проблемы здоровья различных возрастных групп</b>	6	2	4	Опрос. Выступление на семинаре
10	<b>Понятие о неотложных состояниях</b>	6	2	2	Опрос. Выступление на семинаре
11	<b>Кровотечения. Виды. Способы остановки</b>	6	2	2	Опрос. Выступление на семинаре
12	<b>Раны. Виды ран. Фазы раневого процесса.</b>	6	2	2	Опрос. Выступление на семинаре
13	<b>Ишемическая болезнь сердца. Стенокардии и инфаркты</b>	6	1	2	Опрос. Выступление на семинаре



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

14	<b>Наркомания и токсикомания</b>	6	1	2	Опрос. Выступление на семинаре
15	<b>Сексуальная безопасность.</b>	6	2	2	
16	<b>Стресс. Физиология стресса. Виды стрессовых реакций</b>	6	2	2	
Итого по дисциплине:			30	42	Итоговый контроль (зачет) в конце семестра. (см. Рейтинг)

#### 4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

##### **Лекция 1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера**

Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, источники их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам их распространения и тяжести последствий.

Чрезвычайные ситуации военного характера, которые могут возникнуть на территории России в случае локальных вооруженных конфликтов или ведения широкомасштабных боевых действий.

Прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

##### **Практическое занятие**

1. Изучение классификации чрезвычайных ситуаций
2. Выполнение работы по прогнозированию техногенной катастрофы
3. Применение первичных средств пожаротушения

##### **Лекция 2. Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени**

МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Основные задачи МЧС России в области гражданской обороны, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основная цель создания этой системы, основные задачи РСЧС по защите населения от чрезвычайных ситуаций, силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Гражданская оборона, ее структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий

##### **Практическое занятие**

1. Планирование и проведение мероприятий гражданской обороны
2. Решение ситуативных задач по ФЗ №65 «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»

##### **Лекция 3. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени**

Основные принципы и нормативно-правовая база защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Деятельность государства в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Федеральные законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций. Порядок использования инженерных сооружений для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

---

Назначение и порядок применения средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и средств медицинской защиты в чрезвычайных ситуациях

**Практическое занятие**

1. Применение средств индивидуальной защиты в ЧС (противогазы, ВМП, ОЗК)
2. Планирование и организация выполнения эвакуационных мероприятий
3. Организация хранения и использования средств индивидуальной защиты
4. Правила оказания первой помощи при синдроме длительного сдавления.

**Лекция 4. Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики**

Общие понятия об устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.

Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. Обеспечение надежной защиты рабочих и служащих, повышение надежности инженерно-технического комплекса, обеспечение надежности и оперативности управления производством, подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства

**Практическое занятие**

Организация мероприятий по повышению устойчивости функционирования объекта экономики в условиях чрезвычайной ситуации. Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики.

**Лекция 5. Основы обороны государства**

Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации. Национальные интересы России. Основные угрозы национальной безопасности Российской Федерации. Терроризм как серьезная угроза национальной безопасности России.

Военная доктрина Российской Федерации. Обеспечение военной безопасности Российской Федерации, военная организация государства, руководство военной организацией государства.

Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил, рода войск и их предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль в системе обеспечения национальной безопасности страны.

Другие войска, их состав и предназначение.

**Практическое занятие**

1. Выявление правовой основы и главных направлений обеспечения национальной безопасности России. Выполнение основных мероприятий по противодействию терроризму. Определение роли Вооруженных Сил РФ как основы обороны государства. Указ Президента РФ от 12.05.2009 N 537 "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года"

**Лекция 6. Военная служба - особый вид федеральной государственной службы.**

Правовые основы военной службы. Военная обязанность, ее основные составляющие. Права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащему. Прохождение военной службы по призыву и по контракту.

Требования воинской деятельности, предъявляемые к физическим, психологическим и профессиональным качествам военнослужащего. Военная дисциплина, её сущность и значение. Уголовная ответственность военнослужащих за преступления против военной службы. Сущность международного гуманитарного права и основные его источники.

**Практическое занятие**

1. Определение правовой основы военной службы
2. Выявление порядка подготовки военных кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

---

3. Изучение основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении).

**Лекция 7.Криминальные опасности и защита от них**

Виды и категории преступлений. Динамика и статистика преступности в стране, в регионе. Причины преступности в России. Криминогенная ситуация в городе, районе, микрорайоне, выявление зоны повышенной криминогенной опасности. Уголовные элементы, их психология и субкультура.

Криминогенные ситуации в местах проживания, причины их возникновения, правила безопасного поведения и обеспечения личной безопасности. Поведение при попытке изнасилования и иных насильственных действий сексуального характера. Безопасность на улицах и в общественных местах. Правила безопасного поведения. Экономическая преступность. Опасности в сфере потребительского рынка. Права потребителей. Право на безопасность товара. Мошенничество, способы и меры защиты от него.

**Практическое занятие**

- 1.Федеральные и региональные программы борьбы с преступностью. Формы коллективной безопасности на улице, в доме, подъезде.
- 2.Системы обеспечения безопасности населенного пункта. Планирование и проведение профилактических мероприятий в образовательном учреждении.

**Лекция 8. Безопасность при работе на персональных электронно-вычислительных машинах (ПЭВМ).**

Системы восприятия человеком состояния внешней среды. Воздействие негативных факторов и их нормирование. Вредные вещества, предельно-допустимые концентрации. Электромагнитные поля и излучения. Обеспечение безопасности при работе с компьютером. Ионизирующие излучения. Электрический ток. Сочетанное действие вредных факторов.

**Практическое занятие**

1. Определение ионизирующего излучения
- 2.Что такое неотпускающий ток
3. Правила работы за компьютером.

**Лекция 9. Проблемы здоровья различных возрастных групп.** Основные признаки нарушения здоровья. Понятие о микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Меры профилактики инфекционных заболеваний.

**Практическое занятие**

- 1.Макро и микроорганизмы. Микрофлора человека. Аэробы, анаэробы. Патогенная микрофлора. Влияние антибиотиков на микрофлору человека. ОРВИ. Симптомы. Меры профилактики.

**Лекция 10 Понятие о неотложных состояниях.**

Причины и факторы, их вызывающие. Виды неотложных состояний. Оказание первой помощи при неотложных состояниях. Диагностика и приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях.

**Практическое занятие**

Проведение комплекса сердечно-легочной реанимации и показания к ее проведению, критерии эффективности. Признаки биологической смерти. Физиологические пробы определения здоровья.

**Лекция 11 Кровотечения. Виды кровотечения.**

Способы остановки кровотечения.



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

---

**Практическое занятие**

1. Механические способы остановки кровотечения (правила наложения жгута, прижимание артерий в точках, фиксированным положением конечностей).
2. Биологические способы остановки кровотечения (гемостатическая губка).
3. Гемофилия. Причины возникновения. Симптомы. Профилактика осложнений.

**Лекция 12 Раны. Виды ран.**

Фазы раневого процесса. Способы заживления ран. Первая медицинская помощь при обработке поверхностной и глубокой ранах.

**Практическое занятие**

1. Понятие о ранах, способах заживления. Обработка поверхностной и глубокой раны. Профилактика осложнений.

**Лекция 13**

**Гипертоническая болезнь. Гипертонический криз. Ишемическая болезнь сердца.** Стенокардии и инфаркты. Первая медицинская помощь. Профилактика атеросклероза.

**Практическое занятие**

1. Гипертоническая болезнь. Первая медицинская помощь при гипертоническом кризе. Измерение артериального давления, пульса. Систолическое артериальное давление, диастолическое, пульсовое артериальное давление.
2. Ишемическая болезнь сердца. Стенокардии и инфаркты. Понятие о "вынужденной позе". Характеристика и семиотика болей. Первая медицинская помощь при стенокардии и инфаркте миокарда.

**Лекция 14**

**Наркомания и токсикомания.** Признаки употребления наркотических средств. Группы наркотических веществ. Пагубные последствия для здоровья. **Практическое занятие**

1. Признаки употребления наркотиков разных групп (опиоидов, препаратов конопли, психостимуляторов).
2. Пагубное действие курительных смесей.

**Лекция 15. Сексуальная безопасность.** Контрацепция. Заболевания передающиеся половым путем (сифилис, гонорея, ВИЧ).

**Практическое занятие**

1. Сифилис. Симптомы. Пути заражения. Профилактика. Реакция Вассермана.
2. Гонорея. Симптомы. Пути заражения. Профилактика
3. ВИЧ. Симптомы. Пути заражения. Профилактика.

**Лекция 16. Стресс.** Физиология стресса. Виды стрессовых реакций. Положительный и отрицательный стресс. Способы избавления от чрезмерной стрессовой нагрузки.

**Практическое занятие**

1. Физиология стресса. Виды стрессовых реакций. Доминанта по Ухтомскому.
2. Способы избавления от чрезмерной стрессовой нагрузки.





## **5. Образовательные технологии**

Реализация программы предусматривает использование традиционных и информационно-коммуникационных образовательных технологий.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения

Теоретический материал изучается на лекциях, а затем отрабатывается на семинарских занятиях. Закрепление изученного на лекциях теоретического материала происходит в ходе самостоятельной подготовки студента к занятиям, проведения в рамках занятий семинарского типа.

## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа студентов направлена на углубленное самостоятельное изучение отдельных разделов и тем рабочей программы. Самостоятельная работа студентов проходит в форме изучения теоретического материала (лекций, рекомендованной литературы, в том числе и самостоятельного поиска материалов в глобальной сети). К самостоятельной работе относится также выполнение семинарских заданий (чтение рекомендованной литературы, работа с источниками).

Контроль самостоятельной работы студентов в процессе изучения дисциплины осуществляется на основе оценки знаний основных разделов курса в соответствии с графиком контрольных мероприятий (п.4.1.).

## **7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

7.1 Текущий контроль качества знаний студентов проводится в рамках действующей рейтинговой системы организации и контроля учебного процесса.

(Приложение № 2. Фонд оценочных средств.)

Для текущего контроля знаний студентов проводятся:

- устный опрос на занятиях;
- проверка выполнения письменных домашних заданий и рефератов;

Изучение каждого модуля дисциплины завершается контрольной точкой, проводимой в форме выполнения письменных домашних заданий и рефератов.

Оценки составляющих компонентов текущего контроля вносятся преподавателями в рейтинговые ведомости по завершению изучения каждого модуля. Из этих оценок формируется текущий рейтинг студента, в свою очередь являющийся основой для определения итогового рейтинга студента по дисциплине.

7.2. Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета. Зачет выставляется с учетом рейтинга студента.

При 65 и более набранных студентом баллах, зачет может быть выставлен «автоматом». Максимальное количество баллов, которое может набрать студент по текущей успеваемости – 100 баллов.

## **8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

Основная литература:



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

---

Семехин, Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю.Г. Семехин, В.И. Бондин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 412 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4073-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276764>

Дополнительная литература:

**Махов С.Ю.** Безопасность личности : основы, принципы, методы: монография  
<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428624#>

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Система электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет»  
<https://uni.ivanovo.ac.ru>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru>

Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и(или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и(или) Yandex Browser.

#### **9. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;

- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения;

Лаборатория, оснащенная лабораторным оборудованием, комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.

Демонстрационное оборудование и учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации



Основная профессиональная образовательная программа  
42.03.02 Журналистика  
(Журналистика)

---

**Автор(ы) рабочей программы дисциплины:**

заведующий кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности, доктор медицинских наук, профессор Карасёва Т.В., доцент кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности, кандидат педагогических наук, доцент Толстова С.Ю.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании отделения журналистики, рекламы и связей с общественностью

«29» августа 2024 г., протокол №1