

Минобрнауки России  
Кумертауский филиал  
федерального государственного  
бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Оренбургский государственный университет имени В.А. Бондаренко»

Кафедра электроснабжения промышленных предприятий



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ДИСЦИПЛИНЫ**

*«Б1.Д.Б.4 Безопасность жизнедеятельности»*

Уровень высшего образования

**БАКАЛАВРИАТ**

Направление подготовки

13.03.02 Электроэнергетика и электротехника  
(код и наименование направления подготовки)

Электроснабжение

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Заочная

**Рабочая программа дисциплины «Б1.Д.Б.4 Безопасность жизнедеятельности» /сост. С.Г. Шарипова. - Кумертау: Кумертауский филиал ОГУ, 2026**

Рабочая программа предназначена обучающимся заочной формы обучения по направлению подготовки 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника



## 1 Цели и задачи освоения дисциплины

**Цель** освоения дисциплины: формирование профессиональных знаний в области обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в техносфере в современных экономических и социальных условиях, при которых вопросы безопасности рассматриваются в качестве приоритета.

### Задачи:

- познакомить с необходимыми индивидуальными мерами безопасности в повседневной жизни и трудовой деятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- изучить правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности, средства, методы повышения безопасности;
- изучить правила и навыки защиты, позволяющие минимизировать возможный ущерб личности, обществу и окружающей среде в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- изучить безопасные условия труда, создающие основу его высокой производительности;
- научить распознавать и оценивать опасности, определять способы надежной защиты от них, оказывать само- и взаимопомощь в мирное и военное время.

## 2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовой части блока Д «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.15 Физика, Б1.Д.Б.16 Химия, Б1.Д.Б.17 Математика*

Постреквизиты дисциплины: *Б2.П.В.П.3 Преддипломная практика*

## 3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

| Код и наименование формируемых компетенций                                                                                                                                                                                                                                                      | Код и наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 | УК-8-В-1 Формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности, обеспечивая безопасные и/или комфортные условия жизнедеятельности, труда на рабочем месте, в т.ч. с помощью средств защиты<br>УК-8-В-2 Использует приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов<br>УК-8-В-3 Идентифицирует угрозы (опасности) природного и техногенного происхождения для жизнедеятельности человека и природной среды<br>УК-8-В-4 В случае возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов применяет методы защиты | <b>Знать:</b><br>- правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности, средства, методы повышения безопасности;<br>- методы защиты от опасностей физического, химического, биологического и психологического происхождения.<br><b>Уметь</b> распознавать и оценивать опасности природного и техногенного |

| Код и наименование формируемых компетенций                                                                                                                              | Код и наименование индикатора достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                | Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                         | жизнедеятельности человека, принимает участие в спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях                                                                                                                                                                                   | происхождения, определять способы надежной защиты от них, оказывать само- и взаимопомощь;<br><b><u>Владеть:</u></b><br>- навыками оказания первой медицинской помощи;<br>- методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий мирного и военного времени.                                                                                                                                                                  |
| УК-10 Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности | УК-10-В-1 Понимает сущность экстремизма, терроризма, коррупции и осознает их негативные последствия в социальных, экономических и других процессах общества<br>УК-10-В-3 Идентифицирует угрозы и проявления экстремизма, терроризма, способен противодействовать им в профессиональной деятельности | <b><u>Знать</u></b> способы формирования нетерпимого отношения к проявлению экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействия им в профессиональной деятельности<br><b><u>Уметь</u></b> распознавать угрозы и оценивать негативные последствия проявления экстремизма и терроризма.<br><b><u>Владеть</u></b> навыками формирования нетерпимого отношения к проявлению экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействия им в профессиональной деятельности |

#### 4 Структура и содержание дисциплины

##### 4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 академических часов).

| Вид работы                                                                                                                                                                                                                  | Трудоемкость, академических часов |              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------|
|                                                                                                                                                                                                                             | 4 семестр                         | всего        |
| <b>Общая трудоёмкость</b>                                                                                                                                                                                                   | <b>108</b>                        | <b>108</b>   |
| <b>Контактная работа:</b>                                                                                                                                                                                                   | <b>10,25</b>                      | <b>10,25</b> |
| Лекции (Л)                                                                                                                                                                                                                  | 6                                 | 6            |
| Лабораторные работы (ЛР)                                                                                                                                                                                                    | 4                                 | 4            |
| Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)                                                                                                                                                                                   | 0,25                              | 0,25         |
| <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                              | <b>97,75</b>                      | <b>97,75</b> |
| - самостоятельное изучение разделов (раздел 3):<br>Человек и техносфера. Эргономика и безопасность труда. Страхование рисков: экологическое страхование, страхование опасных объектов, страхование профессиональных рисков. | 4                                 | 4            |
| - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий);                                                                                                                   | 77,75                             | 77,75        |
| - подготовка к практическим занятиям;                                                                                                                                                                                       | 4                                 | 4            |
| - подготовка к зачету.                                                                                                                                                                                                      | 8                                 | 8            |
| <b>Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)</b>                                                                                                                                                    | <b>зачет</b>                      | <b>зачет</b> |

Разделы дисциплины, изучаемые в 4 семестре

| № раздела | Наименование разделов                                                                                        | Количество часов |                   |    |    |                |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------|----|----|----------------|
|           |                                                                                                              | всего            | аудиторная работа |    |    | внеауд. работа |
|           |                                                                                                              |                  | Л                 | ПЗ | ЛР |                |
| 1         | Ведение. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.                                                | 17               | 1                 | -  |    | 16             |
| 2         | Государственное регулирование безопасности жизнедеятельности.                                                | 19               | 1                 | -  |    | 18             |
| 3         | Человек и техносфера. Эргономика и безопасность труда.                                                       | 20               | -                 | -  |    | 20             |
| 4         | Воздействие на человека вредных и опасных факторов природного и антропогенного происхождения. Методы защиты. | 24               | 2                 | 2  |    | 20             |
| 5         | Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации. Оказание первой медицинской помощи.          | 28               | 2                 | 2  |    | 24             |
|           | Итого:                                                                                                       | 108              | 6                 |    | 4  | 98             |
|           | Всего:                                                                                                       | 108              | 6                 |    | 4  | 98             |

## 4.2 Содержание разделов дисциплины

**Раздел 1. Введение. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.**  
Составляющие безопасности жизнедеятельности. Принципы, методы и средства обеспечения безопасности.

**Раздел 2. Государственное регулирование безопасности жизнедеятельности.**

Управление безопасностью жизнедеятельности. Организационно-правовые и технико-экономические основы безопасности жизнедеятельности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

**Раздел 3. Человек и техносфера. Эргономика и безопасность труда.**

Понятие техносферы. Структура техносферы и ее основных компонентов. Этапы формирования техносферы. Современное состояние техносферы и техносферной безопасности. Критерии и параметры безопасности техносферы. Виды, источники основных опасностей техносферы и ее отдельных компонентов. Эргономика как наука о правильной организации человеческой деятельности, соответствии труда физиологическим и психическим возможностям человека, обеспечение эффективной работы, не создающей угрозы для здоровья человека. Система «человек – машина – среда». Антропометрическая, сенсомоторная, энергетическая, биомеханическая и психофизиологическая совместимость человека и машины. Организация рабочего места.

#### **Раздел 4. Воздействие на человека вредных и опасных факторов природного и антропогенного происхождения. Методы защиты.**

Классификация негативных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения. Вредные и опасные негативные факторы. Системы восприятия и компенсации организмом человека вредных факторов среды обитания. Предельно-допустимые уровни опасных и вредных факторов – основные виды и принципы установления. Параметры, характеристики и источники основных вредных и опасных факторов среды обитания человека и основных компонентов техносферы. Воздействие основных негативных факторов на человека и их предельно-допустимые уровни.

Основные принципы защиты от опасностей. Системы и методы защиты человека и окружающей среды от основных видов опасного и вредного воздействия природного, антропогенного и техногенного происхождения. Методы защиты от вредных веществ, физических полей, информационных потоков, опасностей биологического и психологического происхождения. Общая характеристика и классификация защитных средств. Методы контроля и мониторинга опасных и негативных факторов. Основные принципы и этапы контроля и прогнозирования. Методы определения зон действия негативных факторов и их уровней.

#### **Раздел 5. Чрезвычайные ситуации и методы защиты в условиях их реализации. Оказание первой медицинской помощи.**

Основные понятия и определения, классификация чрезвычайных ситуаций и объектов экономики по потенциальной опасности. Чрезвычайные ситуации социального характера. Коррупция как социально-негативное явление. Проявление экстремизма. Терроризм. Сущность, понятия, характерные черты. Противодействие экстремизму и терроризму. Профилактика социально-опасных явлений.

Поражающие факторы источников чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Классификация стихийных бедствий и природных катастроф.

Чрезвычайные ситуации и поражающие факторы чрезвычайных ситуаций военного времени. Виды оружия массового поражения, их особенности и последствия его применения. Методы прогнозирования и оценки обстановки при чрезвычайных ситуациях. Устойчивость функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. Принципы и способы повышения устойчивости функционирования объектов в чрезвычайных ситуациях. Основы организации защиты населения и персонала в мирное и военное время, способов защиты, защитные сооружения, их классификация. Организация эвакуации населения и персонала из зон чрезвычайных ситуаций.

Мероприятия медицинской защиты. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования. Основы организации аварийно-спасательных и других неотложных работ при чрезвычайных ситуациях.

### **4.3 Лабораторные работы**

| № ЛР | № раздела | Наименование лабораторных работ                                       | Кол-во часов |
|------|-----------|-----------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1    | 4         | Определение расчетного времени эвакуации людей из зданий и помещений. | 2            |
| 2    | 5         | 4 Оказание первой медицинской помощи при различных травмах.           | 2            |
|      |           | Итого:                                                                | 4            |

## 5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

### 5.1 Основная литература

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко ; под ред. Э. А. Арустамова. – 26-е изд. – Москва : Дашков и К°, 2025. – 446 с. : ил., табл., схем. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=720260>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-06096-0. – Текст : электронный.
2. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 638 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20019-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/560183>.
3. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. О. Евсеев, В. В. Кастерин, Т. А. Коржинек [и др.] ; под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – 4-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2022. – 452 с. : ил. — ISBN 978-5-394-04584-4. – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684378>.

### 5.2 Дополнительная литература

1. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 335 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17933-0. — URL : <https://urait.ru/bcode/559662>
2. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. О. Евсеев, В. В. Кастерин, Т. А. Коржинек [и др.] ; под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – 4-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2022. – 452 с. : ил., табл. – (Учебные издания для бакалавров). – ISBN 978-5-394-04584-4. – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684378>.
3. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / сост. Л. Н. Горбунова, О. В. Чурбакова ; Сибирский федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет (СФУ), 2022. – 320 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=706640>.
4. Шарипова С.Г. Методические рекомендации для проведения практических занятий по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» / С.Г. Шарипова; Кумертауский филиал ОГУ – Кумертау: Кумертауский филиал ОГУ, 2025. – 67 с.

### 5.3 Интернет-ресурсы

- [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru) Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»
- [urait.ru](http://urait.ru) Образовательная платформа «ЮРАЙТ»
- [www.e.lanbook.com](http://www.e.lanbook.com) Электронно-библиотечная система «Лань»
- <http://anty-crim.boxmail.biz> Институт психологических проблем безопасности
- <http://www.0-1.ru> Все о пожарной безопасности
- <http://www.rospotrebnadzor.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека
- <http://www.gosnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору
- <http://www.edu.ru/> Федеральный портал «Российское образование»
- <http://www.window.edu.ru> Официальная электронная учебно-методическая библиотека для общего и профессионального образования
- <http://www.school.edu/> Российский общеобразовательный портал

- <http://www.mchs.gov.ru> Официальный сайт Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий
- <http://www.culture.mchs.gov.ru> Официальный информационный портал Министерства чрезвычайных ситуаций Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий «Культура безопасности жизнедеятельности»

#### **5.4 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий**

- Пакет офисных приложений LibreOffice;
- Свободный файловый архиватор R 7-Zip;
- Бесплатное средство просмотра файлов PDF Adobe Reader;
- Бесплатный российский интернет-обозреватель Яндекс. Браузер- <https://yandex.ru/>
- Автоматизированная интерактивная система сетевого тестирования - АИССТ (зарегистрирована в РОСПАТЕНТ, Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ №2011610456, правообладатель – Оренбургский государственный университет), режим доступа - <http://aist.osu.ru>

#### **6 Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Лекционные и практические занятия проводятся в учебных аудиториях. Аудитория оснащена комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, плакатами «Огнетушители», «Оказание первой мед. помощи», «Правила поведения в ЧС» и т.д., а также тренажер сердечно-легочной и мозговой реанимации; образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

##### ***К рабочей программе прилагаются:***

- Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине;
- Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

**ЛИСТ**  
**согласования рабочей программы**

Направление подготовки 13.03.02 Электроэнергетика и электротехника  
код и наименование

Профиль: Электроснабжение

Дисциплина: Б1.Д.Б.4 Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Заочная

Год набора 2026

РЕКОМЕНДОВАНА на заседании кафедры электроснабжения промышленных предприятий  
наименование кафедры

протокол № 10 от " 3 " июня 2026 г.

Ответственный исполнитель, и.о. зав. кафедрой  
электроснабжения промышленных предприятий  
наименование кафедры

  
подпись

С.Г. Шарипова  
расшифровка подписи

Исполнители:

доцент каф. ЭПП  
должность

  
подпись

С.Г. Шарипова  
расшифровка подписи

ОДОБРЕНА на заседании НМС, протокол № 7 от «17» июня 2026 г.

Председатель НМС

  
подпись

Л.Ю. Полякова  
расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

И.о. зав. кафедрой ЭПП

  
подпись

С.Г. Шарипова  
расшифровка подписи

Заведующий библиотекой

  
подпись

С.Н. Козак  
расшифровка подписи