

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 29.08.2026 15:37:42
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da576404e256c14c5898c94e



Институт психотерапии и клинической психологии

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Институт психотерапии и клинической психологии»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор АНО ВО «Институт психотерапии
и клинической психологии»
_____/Гордеева Е.Г./
«14» апреля 2026 г.

Приказ от «14» апреля 2026 г. № 14/04/26-002-р

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление подготовки	37.03.01 Психология
Направленность (профиль)	Психологическое консультирование и психотерапия
Уровень высшего образования	Бакалавриат
Форма обучения	Очная

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование у обучающихся знаний о безопасном поведении человека в различных условиях жизнедеятельности, принципах предупреждения и минимизации рисков, а также готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях.
Задачи дисциплины	– сформировать представление об основных угрозах и рисках современного общества; – сформировать знания о принципах обеспечения безопасности личности, общества и государства; – развить навыки безопасного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности; – сформировать готовность к действиям в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; – сформировать ответственное отношение к сохранению жизни, здоровья и окружающей среды.

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Блок/часть ОПОП	Курс/семестр
Блок 1. Дисциплины (модули) Обязательная часть	1 курс 1 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Универсальные компетенции (УК)	
Код и наименование УК	Индикатор достижения компетенции
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-8.1 Анализирует потенциальные риски и опасности в повседневной и профессиональной деятельности
	УК-8.2 Использует способы обеспечения безопасности и сохранения здоровья в различных условиях жизнедеятельности
	УК-8.3 Соблюдает правила безопасного поведения и применяет алгоритмы действий при возникновении чрезвычайных ситуаций

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	2/72
Форма промежуточной аттестации	зачет
Контактная работа	40

лекции	24
практические занятия	16
Самостоятельная работа	32

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	12	4	2	6
2	Человек и среда обитания. Основные опасности современного мира	14	4	4	6
3	Безопасность в чрезвычайных ситуациях	16	6	4	6
4	Основы оказания первой помощи	12	4	4	4
5	Информационная и психологическая безопасность личности	8	2	2	4
6	Безопасность в профессиональной деятельности и культура безопасности	10	4		6
	ИТОГО	72	24	16	32

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	Понятие безопасности жизнедеятельности. Безопасность личности, общества и государства. Основные принципы обеспечения безопасности. Риски и опасности в современной среде жизнедеятельности человека.
Человек и среда обитания. Основные опасности современного мира	Среда обитания человека и факторы риска. Природные, техногенные, социальные и биологические опасности. Влияние факторов окружающей среды на жизнь и здоровье человека. Профилактика рисков и безопасное поведение.
Безопасность в чрезвычайных ситуациях	Понятие чрезвычайной ситуации. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера. Алгоритмы действий населения при возникновении чрезвычайных ситуаций. Основы гражданской защиты.
Основы оказания первой помощи	Первая помощь как элемент обеспечения безопасности. Общие принципы оказания первой помощи. Алгоритмы действий при неотложных состояниях. Вызов экстренных служб и взаимодействие с ними.
Информационная и психологическая безопасность личности	Информационная среда современного общества. Основные угрозы информационной безопасности личности. Манипулятивные технологии и деструктивное информационное воздействие. Психологическая устойчивость в условиях информационных рисков.
Безопасность в профессиональной деятельности и культура безопасности	Безопасность труда и профессиональной деятельности. Культура безопасного поведения. Ответственность за соблюдение требований безопасности. Формирование безопасной образовательной и профессиональной среды.

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	Изучение рекомендованных материалов	Устный опрос
Человек и среда обитания. Основные опасности современного мира	Изучение рекомендованных материалов, подготовка к практическим занятиям	Участие в обсуждении
Безопасность в чрезвычайных ситуациях	Изучение нормативных и учебных материалов, подготовка к практическим занятиям	Выполнение практических заданий
Основы оказания первой помощи	Изучение рекомендованных материалов, выполнение практических заданий	Выполнение практических заданий
Информационная и психологическая безопасность личности	Анализ информационных материалов, изучение рекомендованных источников	Участие в обсуждении
Безопасность в профессиональной деятельности и культура безопасности	Изучение рекомендованных материалов, подготовка индивидуальных заданий	Представление результатов работы

Самостоятельная работа обучающихся направлена на закрепление и углубление знаний, полученных в процессе освоения дисциплины, формирование представлений о безопасном поведении в различных сферах жизнедеятельности, развитие навыков анализа рисков и принятия решений в условиях потенциальных угроз, а также освоение основ культуры безопасности.

Самостоятельная работа обучающихся обеспечивается учебно-методическими и информационными ресурсами Института.

2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- технологии практической подготовки обучающихся;
- интерактивные методы обучения;
- технологии самостоятельной работы обучающихся;
- иные образовательные технологии, соответствующие целям и содержанию дисциплины.

Организация образовательного процесса может осуществляться с использованием электронной информационно-образовательной среды Института и иных ресурсов, применяемых в образовательной деятельности.

3. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины

3.1. Основная литература

№ п/п	Наименование	Электронный ресурс	Доступ
1	Арустамов Э. А. Безопасность жизнедеятельности / Э.А. Арустамов. –	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/352381/reading	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети

	Москва: Дашков и К, 2016. - 448 с. - ISBN 978-5-394-02494-8	Текст: электронный	Интернет, по логину и паролю организации
--	---	--------------------	--

3.2. Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Электронный ресурс	Доступ
1	Одинцова М.А. Психология жизнестойкости. –3-е изд. стер. Учебное пособие / М.А. Одинцова. - Москва: Флинта, 2020. - 292 с. - ISBN 978-5-9765-2082-0	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/344746/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

3.3. Электронно-библиотечные системы

Наименование ЭБС	Адрес
Электронно-библиотечная система Айбукс.ру	Ibooks.ru

3.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Наименование	Адрес
Профессиональные базы данных	
КиберЛенинка <i>Научная электронная библиотека открытого доступа. Предоставляет бесплатные полнотекстовые статьи по различным направлениям психологии и клиническим исследованиям.</i>	КиберЛенинка
PsyJournals.ru <i>Портал психологических изданий открытого доступа. Содержит научные журналы и статьи по клинической, консультативной, возрастной, социальной и организационной психологии.</i>	Портал психологических изданий PsyJournals.ru
Электронная библиотека диссертаций РГБ <i>Ресурс Российской государственной библиотеки, предоставляющий открытый доступ к авторефератам диссертаций по психологии и смежным наукам.</i>	Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)
Российское психологическое общество <i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i>	Российское Психологическое Общество
Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига <i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i>	Профессиональная психотерапевтическая лига
Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии	Ассоциация

<i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i>	когнитивно-поведенческой психотерапии
Большая российская энциклопедия <i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i>	Большая российская энциклопедия
Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России <i>Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.</i>	ВАК
Журнал «Вопросы психологии» <i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.</i>	Вопросы психологии
Журнал «Психологические исследования» <i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i>	Психологические исследования
Информационные справочные системы	
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.</i>	Министерство науки и высшего образования
Портал ФГОС ВО <i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i>	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
Официальный интернет-портал правовой информации <i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i>	Портал правовой информации
Гарант <i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i>	garant.ru
КонсультантПлюс <i>Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.</i>	КонсультантПлюс

3.5. Программное обеспечение

Наименование ПО	Тип лицензии
Microsoft Windows 11 Professional (лицензия OEM)	OEM-лицензия
Kaspersky Endpoint Security	Коммерческая лицензия
LibreOffice	Свободно распространяемое ПО

7-Zip	Свободно распространяемое ПО
VLC Media Player	Свободно распространяемое ПО

3.6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение	Назначение
учебная аудитория для проведения учебных занятий Специализированная мебель, оборудование и технические средства обучения: комплекты учебной мебели (столы, стулья), комплект мебели для преподавателя, ноутбук для преподавателя с выходом в сеть "Интернет" и доступом к электронной информационно-образовательной среде Института, гарнитура, мультимедийный проектор, экран, магнитно-маркерная доска	Проведение лекционных, практических и иных учебных занятий
помещение для самостоятельной работы комплекты учебной мебели (столы, стулья), ноутбуки для обучающихся с выходом в сеть "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду Института, гарнитура, магнитно-маркерная доска	Организация самостоятельной работы обучающихся

4. Особенности освоения дисциплины обучающимися из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Реализация дисциплины для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья в соответствии с законодательством Российской Федерации и локальными нормативными актами Института.

При необходимости обучающимся могут быть созданы специальные условия для освоения дисциплины, прохождения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

5. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине разрабатывается в соответствии с локальными нормативными актами Института и включает оценочные материалы, критерии и процедуры оценивания результатов освоения дисциплины.