

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Родин Олег Федорович  
Должность: И.о. директора  
Дата подписания: 23.03.2025 13:41:29  
Уникальный программный ключ:  
2246bb4b5eca53e35a45d6a91259e790782354e7

Министерство просвещения Российской Федерации  
Нижегородский государственный социально-педагогический институт (филиал)  
Федерального государственного автономного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Факультет спорта и безопасности жизнедеятельности  
Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Б1.В.01.01 ПЕРВОНАЧАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА СПАСАТЕЛЕЙ**

Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профиль	Безопасность жизнедеятельности и Физическая культура
Форма обучения	Очная

Автор(ы): канд.пед.наук, доцент, Неймышев А.В.  
доцент кафедры БЖФК

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры. Протокол от 16.02.2025 № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФСБЖ. Протокол от 16.02.2025 № 6.

## 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель дисциплины** — формирование целостной системы научных знаний, необходимых для работы в качестве спасателя, а также комплекс практических навыков в области скалолазания, спасательского многоборья, необходимых для их работы в качестве спасателя, а также педагога-организатора по ОБЖ в общеобразовательных организациях

### **Задачи дисциплины:**

- Формирование практических навыков в области спасательского дела, умений и навыков, необходимых для безопасной работы с веревочным и другим инструментами;
- Создание у студентов целостной системы информации о нормативной правовой базе деятельности РСЧС
- Развитие физических качеств у студентов, необходимых для работы спасателем и организации практических занятий на уроках ОБЖ
- Формирование у студентов четкого представления о структуре единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, о составе Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий, а также единой дежурно-диспетчерской службе.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Первоначальная подготовка спасателей» является частью учебного плана по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, профили «Безопасность жизнедеятельности и Физическая культура». Дисциплина входит в модуль профессиональной подготовки, часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Изучение данной дисциплины является основой для формирования базовых знаний по безопасности жизнедеятельности, а также для подготовки к государственной итоговой аттестации.

## 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

<b>Код и наименование универсальной компетенции</b>	<b>Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции</b>	<b>Дескрипторы</b>
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Знает: - принципы формирования норм здорового образа жизни; - способы обеспечения должного уровня физической подготовленности; - средства и методы общей и специальной физической подготовки; - методы оценки и самооценки уровня физического развития и физической подготовленности. Умеет: - подбирать и использовать современные научно обоснованные средства и методы физической культуры для укрепления здоровья; - оценивать эффективность занятий физической культурой с позиции их воздействия на
	УК-7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные	

Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Дескрипторы
	возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на здоровье. Владеет: - навыками осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; - навыками практического выполнения физических упражнений, входящих в программу дисциплины «Физическая культура и спорт»; - навыками и опытом составления комплексов физических упражнений с учётом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма.
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. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности.	Знает основные теоретические аспекты учебной дисциплины «ОМЗ» Умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении опасных и чрезвычайных ситуаций, а также в условиях военных конфликтов Владеет - современными способами по предотвращению возникновения опасных ситуаций, создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.
	УК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.	Знает алгоритм действий для обеспечения личной, коллективной, общественной безопасности в зависимости от вида чрезвычайных и опасных ситуаций, аварий и катастроф; Умеет своевременно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты при действии опасных и вредных факторов, в опасных и чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов Владеет методами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций
ПК-2 – Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	ПК-2.1. Демонстрирует умение постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.	Знает основы постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета. Умеет ставить воспитательные цели, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета. Владеет умением постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации в соответствии с требованиями ФГОС ОО и спецификой учебного предмета.
	ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих	Знает способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка. Умеет применять способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору). Владеет умением применять способы организации и оценки различных видов внеурочной деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной,

Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Дескрипторы
	дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).	художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору).
	ПК-2.3. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.	Знает способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями. Умеет выбирать способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями. Владеет умением выбирать способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся по вопросам воспитания, в том числе родителям детей с особыми образовательными потребностями.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Вид работы	Форма обучения
	Очная
	6 семестр
<b>Общая трудоемкость</b> дисциплины по учебному плану	<b>108 (3)</b>
<b>Контактная работа</b> , в том числе:	<b>50</b>
Лекции	20
Практические занятия	30
<b>Самостоятельная работа</b> , в том числе:	<b>49</b>
Подготовка к экзамену, сдача экзамена	9

##### 4.2. Учебно-тематический план дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа			Самост. работа	Оценочные средства для текущего контроля	Оценочные средства для промежуточной аттестации
		Лекции	Практич. занятия	Лабораторные			
<b>3 курс, 6 семестр</b>							
Введение в дисциплину	11	2	4		5	Тест опрос	Итоговый тест Вопросы к экзамену
Законы в области спасательского дела	11	2	4		5	Тест опрос	
Виды спорта,	11	2	4		5	Тест опрос	

объединяющие МЧС							
Специальное снаряжение для работы в горах	1	2	4		5	Тест опрос	
Основы физической подготовки спасателей.	9	2	2		5	Тест опрос	
Поисковые работы в лесу	9	2	2		5	Тест опрос	
Специальное снаряжение для работы	11	2	4		5	Тест опрос	
Психологическая готовность спасателя к ЧС.	9	2	2		5	Тест опрос	
Зона ответственности поисково-спасательных формирований	6	2	2		2	Тест опрос	
Организация рабочего дня спасателя.	9	2	2		5	Тест опрос	
Подготовка к экзаменам	9				9		
<b>Всего по дисциплине</b>	<b>108</b>	<b>20</b>	<b>30</b>		<b>58</b>		

Типовые задания для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, критерии и шкалы оценивания, а также методические рекомендации для обучающихся представлены в приложении к рабочей программе дисциплины.

### 4.3. Содержание дисциплины

#### Тема 1. Введение в дисциплину.

Предмет и задачи курса. Структура курса. Информация о спасателях России. Поисково-спасательные формирования региона, субъекта РФ, города. Организационная структура, решаемые задачи, кадровый состав

#### Тема 2. Законы в области спасательского дела

Изучение Закон о «Пожарной безопасности», ФЗ «Об аварийно-спасательных формированиях», ФЗ «О защите человека в ЧС». Причины травматизма: личностные, технические, организационные. Типичные травмы спасателей. Профилактика травматизма. Травмоопасные и вредные факторы трудовой деятельности спасателей. Безопасные условия труда. Осознание степени риска. Профессиональные заболевания спасателей. Нормативные основы охраны труда спасателей. Инструкции. Стандарты

#### Тема 3. Виды спорта, объединяющие МЧС.

Прикладное многоборье, спасательское многоборье, туристическое многоборье, поисковые работы «Лиза-Алерт», Уралспас.

#### Тема 4. Специальное снаряжение для работы в горах

Обзор снаряжения для промышленного альпинизма и особенности применения. Веревки, стальные канаты, стропы, цепи. Люльки (седушки). Карабины. Индивидуальные страховочные системы (ИСС). Спусковые устройства. Зажимы для веревки и троса.

### **Тема 5. Основы физической подготовки спасателей.**

Основные требования к физической подготовке. Нормативы .

### **Тема 6. Поисковые работы в лесу.**

### **Тема 7. Специальное снаряжение**

Лебедки. Амортизаторы рывка. Спецдежда. Каски. Вспомогательные приспособления. Соединение веревок и тросов. Особенности применения снаряжения

### **Тема 8. Психологическая готовность спасателя к ЧС.**

Психологические особенности спасателя, требуемые для профессиональной деятельности: личностные характеристики: эмоциональная устойчивость в экстремальных условиях, стиль взаимоотношений в отряде, готовность к риску, дисциплинированность, настойчивость и целеустремленность при ведении спасательных работ; способности к управлению собственным состоянием и работоспособностью, к мобилизации психических и физических резервов организма, к воздействию на других спасателей в критической обстановке, творческой организации деятельности в условиях неопределенности.

### **Тема 9. Зона ответственности поисково-спасательных формирований.**

Общая характеристика зоны ответственности. Географическое положение. Климатические и метеорологические условия. Численность и занятость населения. Места массового отдыха. Туристические маршруты

### **Тема 10. Организация рабочего дня спасателя.**

Режимы труда и отдыха спасателей. Расписание рабочего дня спасателя. Посменная работа. Несение режима постоянной готовности. Режим дежурства на дому. Организация рабочего места и безопасность труда. Требования «Верхолазных норм и правил» (СНиП) и ГОСТ по безопасности труда. Опасные зоны при выполнении высотных работ. Организация верхней опасной зоны. Организация нижней опасной зоны. Условия допуска к выполнению работ. Дополнительные мероприятия по обеспечению безопасности

## **5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5.1. Перечень основной и дополнительной литературы**

#### ***Основная литература:***

1. Семенова, И. В. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учебно-методическое пособие / И. В. Семенова. — Оренбург : ОГУ, 2024. — 103 с. — ISBN 978-5-7410-3237-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/437744> (дата обращения: 14.02.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Методика физической подготовки студентов образовательных организаций высшего образования ГПС МЧС России : учебное пособие / А. В. Уколов, Д. В. Жернаков, С. Н. Шишкин, Е. С. Калашников. — Железногорск : СПСА, 2020. — 130 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/170702> (дата обращения: 14.02.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Пономарев, В. В. Дифференцированная методика физической подготовки курсантов пожарно-спасательной академии : учебное пособие / В. В. Пономарев, Д. В. Жернаков, А. В. Уколов. — Железногорск : СПСА, 2020. — 112 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/170687> (дата обращения: 14.02.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### ***Дополнительная литература:***

1. Шойгу С.К., Учебник спасателя \ . С.К. Шойгу, И. Фалеев, Г.Н. Кириллов  
Издательство: Советская Кубань Год: 2002 г. С 528 стр.
2. Алексеева В.С. Мурадова Е.О. Давыдова И.С. Безопасность жизнедеятельности в вопросах и ответах. Проспект., М.,2006г.
3. Фёдорова, Г.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка спасателя: учебное пособие [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Г.А. Фёдорова, В.В. Малиновский, К.А. Абдалов. — Электрон. дан. — Вологда : ВоГУ, 2014. — 108 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/93069>. — Загл. с экрана.
4. Неймышев А.В. Организационные и методические аспекты спортивной тренировки (скалолазание) \ А.В. Неймышев, В.А. Федюнин, Е.А. Костылева // - Н.Тагил: ООО Исполитова, 2016 г., 129 с.

## 5.2. Электронные образовательные ресурсы, в т.ч. профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<a href="https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/">https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/</a>	Электронно-библиотечные системы НТГСПИ
<a href="https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/">https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/</a>	Электронные базы данных НТГСПИ
<a href="https://www.ntspi.ru/library/periodika/">https://www.ntspi.ru/library/periodika/</a>	Периодика НТГСПИ
<a href="https://iprmedia.ru">https://iprmedia.ru</a>	ЭБС «Ай Пи Эр Медиа»
<a href="https://ibooks.ru">https://ibooks.ru</a>	ЭБС «Айбукс»
<a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>	ЭБС Юрайт
<a href="http://e.lanbook.com">http://e.lanbook.com</a>	ЭБС издательства «ЛАНЬ»
<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
<a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a>	«КонсультантПлюс»
<a href="http://cyberleninka.ru">http://cyberleninka.ru</a>	НЭБ «КиберЛенинка»
<a href="https://polpred.ru">https://polpred.ru</a>	ООО «Полпред-Справочники» (база данных)
<a href="https://eivis.ru">https://eivis.ru</a>	ООО «ИВИС»
<a href="http://www.delpress.ru">www.delpress.ru</a>	«Деловая пресса»

## 5.3. Комплект программного обеспечения

1. Среда электронного обучения «Русский Moodle» (<https://do.ntspi.ru>).
2. Интернет-платформа онлайн-курсов со свободным кодом «Open edX» (<https://www.edx.org/>).
3. Интернет-платформа онлайн-курсов «Открытое образование» (<https://openedu.ru/>).
4. Электронная информационно-образовательная среда РГППУ (<https://eios.rsvpu.ru/>).
5. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».
6. Microsoft Office.
7. Kaspersky Endpoint Security.
8. Adobe Reader.
9. Free PDF Creator.
10. 7-zip (<http://www.7-zip.org/>).
11. LibreOffice.

12. Браузеры Firefox, Яндекс.Браузер.

## **6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **6.1. Помещения**

Помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

### **6.2. Оборудование и технические средства обучения**

#### **6.2.1. Оборудование, в т.ч. специализированное**

Стационарный компьютер или ноутбук, проектор для показа слайдов и видео, акустические колонки. Спортивный инвентарь.

#### **6.2.2. Технические средства обучения**

Презентации лекций, видео-презентации, видео-лекции, учебные кинофильмы, аудиозаписи, онлайн-платформы.

#### **6.2.3. Учебные и наглядные пособия**

Печатные и электронные учебные пособия и наглядный материал: графические изображения, схемы, таблицы, раздаточный материал.