

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра теории и методики физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Безопасный отдых и туризм

Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Шигаев А. В., канд. пед. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 26.04.2016 года

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 29.08.2017 года

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - ознакомление студентов с опасными и экстремальными ситуациями в природной среде, о безопасном поведении в природе, средствах, способах и методах выживания в природных условиях разных климатических зон, о порядке организации и проведении походов.

Задачи дисциплины:

- формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности в природной среде;
- научить студентов умению и практическим навыкам выживания в природной окружающей среде разных климатогеографических условиях.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ОД.7 «Безопасный отдых и туризм» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1, 2 курсе, в 2, 3 семестрах.

Для изучения дисциплины требуется: знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении следующих дисциплин: «Социология безопасности», «Безопасность на дороге и в общественном транспорте»

Изучению дисциплины Б1.В.ОД.7 «Безопасный отдых и туризм» предшествует освоение дисциплин (практик):

Б1.В.ОД.5 Безопасность на дороге и в общественном транспорте;

Б1.В.ОД.4 Социология безопасности.

Освоение дисциплины Б1.В.ОД.7 «Безопасный отдых и туризм» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.В.ДВ.26.2 Воспитание культуры безопасности у молодежи;

Б1.Б.4 Безопасность жизнедеятельности;

Б1.В.ОД.3 Чрезвычайные ситуации природного, социального, техногенного характера и защита от них;

Б1.В.ДВ.14.1 Автономное выживание человека в природной среде.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Безопасный отдых и туризм», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие;
- просвещение;
- образовательные системы.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-7. Способность использовать базовые правовые знания в различных сферах деятельности	
ОК-7 способность использовать базовые правовые знания в различных сферах деятельности	знать: законы и нормативные акты в области туристкой деятельности, туристских путешествий, кодекс путешественника; способы и методы обеспечения безопасности с точки

	зрения норм законодательства; уметь: осуществлять мониторинг относительно вопросов изменения трудового законодательства, процессов касающихся воспитания подростков и молодежи; владеть: способами поиска необходимой нормативной информации для подготовки и реализации туристского путешествия.
ОК-9. Способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	
ОК-9 способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	знать: - теоретические основы безопасности жизнедеятельности человека в условиях автономного существования в природной среде; уметь: - планировать и организовывать подготовку и проведение туристского похода, оказывать первую помощь пострадавшим; владеть: - качествами, необходимыми для участия в реализации программы подготовки руководителей туристского путешествия; - приемами оказания первой помощи пострадавшим.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

ПК -3. способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития, обучающихся в учебной и внеучебной деятельности	
педагогическая деятельность	
ПК-3 способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития, обучающихся в учебной и внеучебной деятельности	знать: - виды и характер воздействия на молодежь и подростков неблагоприятных факторов в условиях автономного существования в природной среде; - способы и приемы взаимодействия с обучающимися по вопросам духовно-нравственного воспитания личности в процессе внеучебной деятельности. уметь: - оценивать и анализировать опасности, возникающие в условиях автономного существования в природной среде; - планировать учебно-тренировочные походы и разрабатывать правила организации и проведения турпоходов с учетом возрастных особенностей участников, меж возрастного и меж полового взаимодействия; владеть: - способностью взаимодействовать в коллективе с учетом особенностей туристских путешествий и правил обеспечения безопасности личности и общества.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Второй семестр	Третий семестр
Контактная работа (всего)	90	54	36
Лекции	36	18	18
Практические	54	36	18
Самостоятельная работа (всего)	90	81	9
Виды промежуточной аттестации	36		36
Экзамен	36		36
Общая трудоемкость часы	216	135	81
Общая трудоемкость зачетные единицы	6	4	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Организация, подготовка и проведение туристских походов:

Нормативно-правовое обеспечение спортивно-туристской деятельности. Кодекс путешественника. Вопросы правовой защиты путешественников. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий. Обеспечение безопасности при проведении туристских походов. Виды и типы костров. Суточный рацион туриста в походах. Организация бивуака. Виды и использование специальных узлов. Вязка узлов. Опасности зимних маршрутов.

Модуль 2. Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях:

Краткая физико-географическая характеристика зоны пустыни. Краткая физико-географическая характеристика горной зоны. Краткая физико-географическая характеристика лесисто-болотистой местности. Проблемы вынужденного автономного существования. Правила оказания первой помощи пострадавшим. Условия оказания первой помощи.

Модуль 3. Методика обучения учащихся туристским навыкам:

Значение туристской подготовки в обеспечении безопасности жизнедеятельности при автономном существовании в природной среде. Методика обучения учащихся основам туризма. Методика планирования туристских походов: сроки проведения, разработки маршрута, планирования мест ночлегов, привалов. Методика обучения учащихся способам ориентирования на местности, добычи воды и пищи, разведения огня.

Модуль 4. Особенности проведения дальнего и международного туризма:

Определение туризма. Классификация видов туризма и факторы, влияющие на него. Туризм нашего региона. Концепция развития туризма и гостеприимства в РМ. Место туризма в экономике страны. История мирового туризма. Зарождение и развитие Российского туризма. Стратегия развития туризма в России. Статистика международного туризма. Туроператорская и турагентская деятельность в сфере туризма. Способы и приемы взаимодействия с обучающимися по вопросам духовно-нравственного воспитания личности в процессе внеучебной деятельности

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (36 ч.)

Модуль 1. Организация, подготовка и проведение туристских походов (10 ч.)

Тема 1. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги (2 ч.)

Современное личное и групповое туристское снаряжение, назначение, применение, требования. Специальное снаряжение. Применение туристских узлов и техника их вязания. Комплектование личного и группового снаряжения. Ремонт снаряжения.

Тема 2. Питание в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий (2 ч.)

«Карманное» питание. Витамины. Использование сушеных и сублимированных продуктов, питательных смесей. Зависимость меню от сложности похода и метеоусловий. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды. Возможности пополнения продуктов питания в пути, рыбалка, сбор грибов, ягод. Отработка техники движения и преодоления

Подготовлено в системе 1С:Университет (000002031)

препятствий. Организация наведения переправ.

Тема 3. Обеспечение безопасности при проведении туристских походов (2 ч.)

Нормативно-правовое обеспечение спортивно-туристской деятельности. Кодекс путешественника. Вопросы правовой защиты путешественников.

Обеспечение безопасности. Субъективные и объективные опасности.

Опасности, возникающие при организации переправ. Роль МКК и спасательной службы в подготовке группы.

Тема 4. Виды и типы костров. Суточный рацион туриста в походах. Организация бивуака (2 ч.)

Организация привалов и ночлегов. Фасовка и упаковка продуктов. Расчет калорийности и разработка походного рациона на группу. Типы костров, особенности их применения в разных климатогеографических зонах.

Тема 5. Опасности зимних походов и маршрутов. (2 ч.)

Виды узлов, их назначение. Особенности использования в зависимости от ситуации и назначения. Узлы: прямой, шкотовый, брамшкотовый, академический, булинь, проводник, проводник восьмерка, двойной проводник, австрийский проводник, удавка, стремя, схват, штык, грейпвайн, ткацкий.

Климатогеографические и атмосферные опасности зимнего турпохода. Подбор группы и распределение обязанностей. Оформление документации и утверждение маршрута в МКК. Подготовка снаряжения, сметы расходов, составление меню и списка продуктов.

Модуль 2. Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях (8 ч.)

Тема 6. Краткая физико-географическая характеристика зоны пустыни (2 ч.)

Понятие акклиматизации. Краткая физико-географическая характеристика зоны пустыни. Человек в условиях автономного существования в пустыни. Питание и водоснабжение. Движение в пустыни.

Тема 7. Характеристика горной зоны и опасности рельефа (2 ч.)

Краткая физико-географическая характеристика горной зоны. Человек в условиях автономного существования в горах. Питание и водоснабжение. Движение в горных условиях.

Тема 8. Краткая физико-географическая характеристика лесисто-болотистой местности (2 ч.)

Краткая физико-географическая характеристика лесисто-болотистой местности. Человек в условиях автономного существования в лесисто-болотистой местности.

Тема 9. Проблемы вынужденного автономного существования (2 ч.)

Проблемы вынужденного автономного существования. Особенности автономного существования в различных климатических зонах. Методика обучения основам автономного существования в различных климатогеографических условиях. Сооружение временного укрытия. Укрытия в различных климатических зонах. Устройство укрытий из подручных средств. Основные требования к оборудованию укрытий. Способы добычи огня, разведение костра. Обеспечение водой. Поиск и приготовление пищи. Сигналы бедствия. Правила оказания первой помощи пострадавшим. Условия оказания первой помощи.

Модуль 3. Методика обучения учащихся туристским навыкам (10 ч.)

Тема 10. Значение туристской подготовки в обеспечении безопасности жизнедеятельности при автономном существовании в природной среде (2 ч.)

Приемы транспортировки пострадавшего разными способами. Обездвиживание пострадавшего подручными и специальными средствами. Обеспечения покоя.

Тема 11. Методика обучения учащихся основам туризма (2 ч.)

Особенности методики подготовки туристов 11-14 лет. Особенности методики подготовки туристов 15-17 лет.

Тема 12. Методика планирования туристских походов: сроки проведения, разработки маршрута, планирования мест ночлегов, привалов (2 ч.)

Отработка техники движения и преодоления препятствий в походе и дистанции. Опасности, возникающие при организации переправ. Туристские должности в группе. Изучение маршрута, составление плана-графика и отчета о походе, оформление маршрутной

документации, техническое описание маршрута.

Тема 13. Методика обучения учащихся способам ориентирования на местности, добычи воды и пищи, разведения огня (2 ч.)

Топография. Виды топографических карт и основные сведения о них. Определение масштаба карты при отсутствии данных. Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Чтение карты, составление схем и кроки. Копирование карт и схем. Прокладка и описание маршрута. Старение карт, изменения, происходящие на местности. Ориентирование при отсутствии крупномасштабных карт. Разведка, маркировка пути движения. Движение при потере видимости. Глазомер в горах. Способы добычи воды и пищи в различных климатогеографических районах страны.

Тема 14. Методика планирования туристских походов: сроки проведения, разработки маршрута, планирования мест ночлегов, привалов (2 ч.)

Выбор района путешествия. Построение маршрута, запасные и аварийные варианты маршрутов. Организация ночлега в населенном пункте, быта в туристском лагере, на слете, соревнованиях. Особенности бивака на дневке, полудневке. Строительство простейших сооружений: столов и навесов, мостков для подхода к воде, мытья посуды. Сушка одежды.

Модуль 4. Особенности проведения дальнего и международного туризма (8 ч.)

Тема 15. Определение туризма. Классификация видов туризма и факторы, влияющие на него (2 ч.)

Виды туризма, их содержание и особенности. Роль спортивно-оздоровительного туризма в формировании личности. Структура туристско-спортивных организаций. Кодекс путешественника. Разрядные требования по спортивному туризму. МКК. Классификация маршрутов и дистанций. Факторы влияющие на развитие туризма

Тема 16. Туризм нашего региона. Концепция развития туризма и гостеприимства в РМ. (2 ч.)

Туристические фирмы Мордовии. Основные маршруты предлагаемые для путешественников. Способы обеспечения безопасности в путешествии.

Тема 17. Место туризма в экономике страны. История мирового туризма. Зарождение и развитие Российского туризма. (2 ч.)

Исторические события повлиявшие на развития туризма в мире. Особенности развития туризма в России.

Тема 18. Стратегия развития туризма в России. Статистика международного туризма. Туроператорская и тур агентская деятельность в сфере туризма (2 ч.)

Современное состояние и тенденции развития туризма в мире. Существующее состояние сферы туризма в Российской Федерации. Цель, задачи и стратегические ориентиры развития туризма в Российской Федерации. Роль турагента и туроператора на туристском рынке. Турагент. Туроператор. Специфика туристского продукта. Методы статистического учета в туризме

Способы и приемы взаимодействия с обучающимися по вопросам духовно-нравственного воспитания личности в процессе внеучебной деятельности

5.3. Содержание дисциплины: Практические (54 ч.)

Модуль 1. Организация, подготовка и проведение туристских походов (18 ч.)

Тема 1. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги (2 ч.)

Современное личное и групповое туристское снаряжение, назначение, применение, требования. Специальное снаряжение.

Тема 2. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги (2 ч.)

Ремонт личного и группового снаряжения. Изготовление носилок из подручного материала, транспортировка пострадавшего, оказание доврачебной помощи. Организация туристского быта, привалов и ночлегов в избранном виде туризма по временам года, метеоусловий, района путешествия

Тема 3. Питание в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий (2 ч.)

Возможности пополнения продуктов питания в пути, рыбалка, сбор грибов, ягод. Отработка техники движения и преодоления препятствий. Организация наведения переправ.

Тема 4. Питание в туристском походе. Правила движения в походе, преодоление препятствий (2 ч.)

«Карманное» питание. Витамины. Использование сушеных и сублимированных продуктов, питательных смесей. Зависимость меню от сложности похода и метеоусловий. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды.

Тема 5. Обеспечение безопасности при проведении туристских походов (2 ч.)

Факторы, влияющие на безопасность группы в походе. Роль руководителя в группе, подчинение его решениям – основа отношений, залог безопасного прохождения маршрута.

Тема 6. Обеспечение безопасности при проведении туристских походов (2 ч.)

Персональная, моральная, административная и юридическая ответственность руководителя за безопасность участников. Конфликты в группе, способы их устранения. Разбор несчастных случаев и аварий в туризме.

Тема 7. Виды и типы костров. Суточный рацион туриста в походах. Организация бивуака (2 ч.)

Организация привалов и ночлегов. Фасовка и упаковка продуктов. Расчет калорийности и разработка походного рациона на группу. Типы костров, особенности их применения в разных климатогеографических зонах.

Тема 8. Опасности зимних походов и маршрутов (2 ч.)

Виды и использование специальных узлов. Вязка узлов. Опасности зимних маршрутов.

Тема 9. Опасности зимних походов и маршрутов (2 ч.)

Виды узлов, их назначение. Особенности использования в зависимости от ситуации и назначения. Узлы: прямой, шкотовый, брамшкотовый, академический, булинь, проводник, проводник восьмерка, двойной проводник, австрийский проводник, удавка, стремя, схват, штык, грейпвайн, ткацкий.

Модуль 2. Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях (18 ч.)

Тема 10. Проблемы вынужденного автономного существования (2 ч.)

Особенности автономного существования в различных климатических зонах. Методика обучения основам автономного существования в различных климатогеографических условиях. Сооружение временного укрытия.

Тема 11. Краткая физико-географическая характеристика зоны пустыни (2 ч.)

Человек в условиях автономного существования в пустыни. Питание и водоснабжение. Движение в пустыни.

Тема 12. Краткая физико-географическая характеристика зоны пустыни (2 ч.)

Понятие акклиматизации. Краткая физико-географическая характеристика зоны пустыни.

Тема 13. Характеристика горной зоны и опасности рельефа (2 ч.)

Краткая физико-географическая характеристика горной зоны. Человек в условиях автономного существования в горах.

Тема 14. Характеристика горной зоны и опасности рельефа (2 ч.)

Опасности в горах. Основные термины и определения используемые в походах в горах. Влияние рельефа на выбор пути движения.

Тема 15. Краткая физико-географическая характеристика лесисто-болотистой местности (2 ч.)

Человек в условиях автономного существования в лесисто-болотистой местности.

Тема 16. Краткая физико-географическая характеристика лесисто-болотистой местности (2 ч.)

Приемы выживания и обеспечения безопасности в болотистой местности. Факторы риска и факторы выживания.

Тема 17. Краткая физико-географическая характеристика лесисто-болотистой местности (2 ч.)

Способы преодоления болот. Устройство убежищ и укрытий.

Тема 18. Проблемы вынужденного автономного существования (2 ч.)

Укрытия в различных климатических зонах. Устройство укрытий из подручных средств. Основные требования к оборудованию укрытий. Способы добычи огня, разведение костра. Обеспечение водой. Поиск и приготовление пищи. Сигналы бедствия.

Модуль 3. Методика обучения учащихся туристским навыкам (8 ч.)

Тема 19. Значение туристской подготовки в обеспечении безопасности жизнедеятельности при автономном существовании в природной среде (2 ч.)

Причины несчастных случаев в походе: нарушение техники и тактики преодоления естественных препятствий, переоценка своих сил и возможностей, несоблюдение правил, ухудшение погоды.

Тема 20. Сигналы бедствия (2 ч.)

Радиотехнические средства аварийной сигнализации. Пиротехнические сигнальные средства. Звуковая сигнализация. Электрические средства сигнализации. Сигнальные костры, сигнальное зеркало. Система приема и подачи сигналов. Основные требования передачи сигналов. Флаги - сигналы. Радарные отражатели. Бутылочная почта.

Тема 21. Методика планирования туристских походов: сроки проведения, разработки маршрута, планирования мест ночлегов, привалов (2 ч.)

Подготовка к походу, путешествию. Подбор группы и распределение обязанностей. Оформление документации и утверждение маршрута в МКК. Подготовка снаряжения, сметы расходов, составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов.

Тема 22. Методика обучения учащихся способам ориентирования на местности, добычи воды и пищи, разведения огня (2 ч.)

Условные знаки. Ориентирование по горизонту. Определение сторон света без компаса и карты. Азимут. Хождение по азимуту. Выход к населенным пунктам по различным признакам. Особенности ориентирования в различных природных условиях. Ориентирование во времени. Простейшие измерения на местности. Работа с компасом.

Модуль 4. Особенности проведения дальнего и международного туризма (10 ч.)

Тема 23. Методика планирования туристских походов: сроки проведения, разработки маршрута, планирования мест ночлегов, привалов (2 ч.)

Факторы влияющие на развитие внутреннего и международного туризма. Планирование внутренних поездок и походов.

Тема 24. Определение туризма. Классификация видов туризма и факторы, влияющие на него (2 ч.)

Основные определения сферы туризма. Подходы к классификации туристских маршрутов.

Тема 25. Туризм нашего региона. Концепция развития туризма и гостеприимства в РМ (2 ч.)

Туристические фирмы Мордовии. Основные маршруты предлагаемые для путешественников. Способы обеспечения безопасности в путешествии.

Тема 26. Место туризма в экономике страны. История мирового туризма. Зарождение и развитие Российского туризма (2 ч.)

Исторические события повлиявшие на развития туризма в мире. Особенности развития туризма в России.

Тема 27. Стратегия развития туризма в России. Статистика международного туризма. Туроператорская и турагентская деятельность в сфере туризма (2 ч.)

Роль турагента и туроператора на туристском рынке. Турагенты. Туроператоры. Специфика туристского продукта. Туроператоры и турагенты на международном рынке.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Второй семестр (40,5 ч.)

Модуль 2. Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях (40,5 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

- информационное сообщение с видео- и фоторядом по теме раздела;
- работа в группах, разработка 10 правил организации походов;
- разработка сценария проведения ПСР с условными пострадавшими.

Третий семестр (9 ч.)

Модуль 3. Методика обучения учащихся туристским навыкам (4,5 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Подготовить памятку по теме: «Как обучать детей правилам поведения на отдыхе и в туристском походе»

Модуль 4. Особенности проведения дальнего и международного туризма (4,5 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

– подготовить экскурсионный тематический маршрут для туристов в Республике Мордовия.

– разработать маршрут путешествия за границу без использования услуг туроператоров и турагентов.

– разработать опорную схему по способам и приемам взаимодействия с обучающимися по вопросам духовно-нравственного воспитания личности в процессе внеучебной деятельности.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОК-7	1 курс, Второй семестр		Модуль 1: Организация, подготовка и проведение туристских походов
ОК-9	1 курс, Второй семестр		Модуль 2: Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях
ОК-7	2 курс, Третий семестр	Экзамен	Модуль 3: Методика обучения учащихся туристским навыкам
ПК-3	2 курс, Третий семестр	Экзамен	Модуль 4: Особенности проведения дальнего и международного туризма

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОК-7 формируется в процессе изучения дисциплин:

Безопасный отдых и туризм, Основы национальной безопасности, Основы обороны государства и военной службы, Основы управления безопасностью жизнедеятельности, Правоведение, Правовое регулирование и органы обеспечения безопасности жизнедеятельности, Федеральные и региональные программы обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Компетенция ОК-9 формируется в процессе изучения дисциплин:

Автономное выживание человека в природной среде, Безопасность жизнедеятельности, Безопасность на дороге и в общественном транспорте, Безопасный отдых и туризм, Гражданская оборона, Медико-биологические основы выживания в экстремальных ситуациях, Медико-биологические особенности воздействия на организм человека негативных факторов среды, Обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях, Основы медицинских знаний, Охрана труда на производстве и в учебном процессе,

Чрезвычайные ситуации природного, социального, техногенного характера и защита от них.

Компетенция ПК-3 формируется в процессе изучения дисциплин:

Безопасность на дороге и в общественном транспорте, Безопасный отдых и туризм, Воспитание культуры безопасности у молодежи, Информационная безопасность, Олимпийское образование детей и молодежи, Организация внеклассной работы по основам безопасности жизнедеятельности, Организация и проведение соревнований по легкой атлетике, Основы психодиагностики личности и группы, Основы психологической безопасности субъектов образования, Особенности формирования личности безопасного типа поведения у школьников, Педагогические технологии в волонтерской деятельности, Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности, Профессиональная компетентность инструктора по физической культуре и плаванию для работы в оздоровительных центрах, Физическая культура в системе "Семья-школа".

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой курса, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой курса. Как правило, такого уровня достигают студенты, усвоившие взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала;

Базовый уровень:

полные знания учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе курса задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе курса. Как правило, такого уровня достигают студенты, показавшие систематический характер знаний по дисциплине и способные к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебы и профессиональной деятельности;

Пороговый уровень:

знание учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой курса, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой курса.

Уровень ниже порогового:

Отсутствие признаков порогового уровня

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Отлично	- перечислил и охарактеризовал вариативные действия в случае отсутствия средств спасения в ситуации когда требуется первая помощь с использованием подручных средств; - продемонстрировал способности к ориентированию на местности, определению сторон горизонта и азимутов;

	- показал умение планировать маршрут и подготовительную часть учебно-тренировочного похода, разрабатывать правила организации и проведения турпоходов; - умеет обеспечивать целенаправленную работу по подготовке руководителей туристских походов.
Хорошо	- перечислил и охарактеризовал основные действия в случае отсутствия средств спасения в ситуации когда требуется первая помощь с использованием подручных средств; - продемонстрировал некоторые способности к ориентированию на местности, определению сторон света. - показал приемы планирования маршрута учебно-тренировочного похода и проведения турпохода; - умеет проводить работу по некоторым аспектам подготовки руководителей туристских походов.
Удовлетворительно	- перечислил ситуации, а также основные препараты, материальные средства и некоторые действия в ситуациях когда требуется первая помощь; - смог воспроизвести некоторые элементы ориентирования по компасу; - проанализировал и смог сформулировать роль и задачи руководителя туристского похода.
Неудовлетворительно	Отсутствие признаков порогового уровня

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Организация, подготовка и проведение туристских походов

ОК-7 способность использовать базовые правовые знания в различных сферах деятельности

1. Перечислите правовые нормы которыми турист руководствуется, находясь на отдыхе за рубежом.
2. Определите организацию водопотребления в аварийной ситуации.
3. Перечислите основные правила поведения в экстремальной ситуации.
4. Определите основные факторы риска в природе, методы их профилактики и оказание первой помощи.
5. Охарактеризуйте особенности акклиматизации человека к различным природным условиям.

Модуль 2: Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях

ОК-9 способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

1. Перечислить наиболее типичные ситуации травмирования находясь на отдыхе и алгоритмы действий по оказанию первой помощи пострадавшим
2. Перечислить наиболее типичные ситуации травмирования находясь на отдыхе и алгоритмы действий по оказанию первой помощи пострадавшим.
3. Охарактеризуйте особенности обеспечения водой и способы обеззараживания воды.
4. Определите способы подачи сигналов бедствия.
5. Обоснуйте выбор средств спасения и тактик выживания.

Модуль 3: Методика обучения учащихся туристским навыкам

ОК-7 способность использовать базовые правовые знания в различных сферах деятельности

1. Охарактеризовать основные регламентирующие документы, необходимые для осуществления похода с детьми
2. Определите способы обучения учащихся вязке туристских узлов.
3. Определите методы подготовки обучающихся к походной деятельности.
4. Определите способы обучения учащихся преодолению естественных препятствий.

5. Назовите способы активизации деятельности обучающихся.

Модуль 4: Особенности проведения дальнего и международного туризма

ПК-3 способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития, обучающихся в учебной и внеучебной деятельности

1. Определите варианты подготовки к поездке с точки зрения обеспечения безопасности.

2. Определите способы получения информации о предстоящем путешествии.

3. Выявите способы определения надежных и не надежных турагентов.

4. Определите возможности туризма в духовно-нравственном воспитании молодежи.

5. Охарактеризуйте воспитательные возможности путешествий по стране.

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Третий семестр (Экзамен, ОК-7, ПК-3)

1. Определите основные факторы риска в природе, методы их профилактики и оказание первой помощи.

2. Назовите ядовитые растения. Опишите алгоритм оказания первой помощи при отравлении ядовитыми растениями.

3. Назовите ядовитые грибы. Опишите алгоритм оказания первой помощи при отравлении ядовитыми грибами.

4. Определите состав и назначение походной аптечки.

5. Перечислите стрессоры выживания. Определите их влияние на состояние человека.

6. Охарактеризуйте основные факторы выживания.

7. Перечислите и поясните требования, предъявляемые к туристскому снаряжению.

8. Перечислите личное и групповое туристское снаряжение. Определите основные требования к нему.

9. Перечислите известные вам предметы специального снаряжения и объясните его назначение при использовании в походе, на соревнованиях по туризму.

10. Перечислите и поясните основные требования к месту организации привала и бивака.

11. Расскажите о порядке организации работы по развешиванию и свертыванию лагеря.

12. Перечислите виды и типы костров, их назначение.

13. Определите особенности питания в туристском походе.

14. Определите и охарактеризуйте порядок движения группы на маршруте.

15. Расскажите о признаках наступления и устойчивости хорошей погоды и постарайтесь их объяснить.

16. Расскажите о признаках наступления и устойчивости ненастной погоды и постарайтесь их объяснить.

17. Назовите виды и охарактеризуйте использование специальных узлов. Свяжите не менее 6 туристских узлов.

18. Классифицируйте виды туризма и факторы, влияющие на него.

19. Охарактеризуйте особенности ориентирования по местным предметам.

20. Назовите типы компасов. Опишите алгоритм работы с компасом.

21. Охарактеризуйте особенности ориентирования по Солнцу и звездам.

22. Опишите особенности использования съедобных растений.

23. Расскажите об использовании звуков, источников света, маркировки туристских маршрутов, следов человеческой деятельности для определения направления выхода.

24. Опишите алгоритм ориентирования в незнакомом городе.

25. Назовите виды карт. Дайте определение понятию «масштаб карты».

26. Определите последовательность действий при происшествии за границей.

27. Охарактеризуйте особенности акклиматизации человека к различным природным условиям.

28. Определите основные причины возникновения ситуаций автономного существования в природной среде.

29. Дайте краткую физико-географическую характеристику зоны тайги. Расскажите об условиях выживания человека в условиях автономного существования в тайге.

30. Дайте краткую физико-географическую характеристику зоны степи. Расскажите об условиях выживания человека в условиях автономного существования в степи.
31. Дайте краткую физико-географическую характеристику горной зоны. Расскажите об условиях выживания человека в условиях автономного существования в горах.
32. Перечислите основные правила поведения в экстремальной ситуации.
33. Опишите порядок сооружения временного укрытия.
34. Перечислите способы добывания, сохранения огня и разведения костра.
35. Охарактеризуйте особенности обеспечения водой и способы обеззараживания воды.
36. Назовите основные способы подачи сигналов бедствия днем, ночью.
37. Расскажите о способах подачи сигналов бедствия с помощью костров.
38. Расскажите о способе подачи сигналов с помощью зеркала.
39. Охарактеризуйте общие принципы выживания в горах.
40. Охарактеризуйте принципы выживания в северных широтах.
41. Охарактеризуйте принципы выживания в тайге.
42. Охарактеризуйте принципы выживания в условиях жаркого климата.
43. Охарактеризуйте действия отдыхающих во время природных и бытовых пожаров.
44. Охарактеризуйте методику организации и проведения туристских походов с детьми.
45. Определите объективные и субъективные опасности во время прохождения туристских маршрутов.
46. Определите организацию водопотребления в аварийной ситуации.
47. Охарактеризуйте организацию движения на туристском маршруте.
48. Дайте характеристику основных топографических знаков: рельеф, растительность, водоемы, искусственные сооружения, дороги, тропы.
49. Охарактеризуйте профилактику возможных заболеваний на отдыхе и в походных условиях.
50. Охарактеризуйте систему оказания помощи туристам при аварийных ситуациях в условиях природной и городской среды.
51. Обоснуйте способы защиты от неблагоприятных климатических условий в безлесье.
52. Обоснуйте способы защиты от неблагоприятных климатических условий в тайге.
53. Обоснуйте способы защиты от неблагоприятных климатических условий на сильно увлажненной почве.
54. Обоснуйте способы индивидуальной защиты туристов и отдыхающих от внешних неблагоприятных факторов природной среды.
55. Определите и охарактеризуйте способы обеззараживания воды и приготовления пищи в условиях природной среды.
56. Определите и охарактеризуйте узлы для связывания веревок одинакового диаметра.
57. Определите и охарактеризуйте права и обязанности туриста в России и за рубежом.
58. Охарактеризуйте туристские ресурсы и их роль в формировании туристского продукта.
59. Объясните основные проблемы определения своего местоположения по местным признакам.
60. Охарактеризуйте процесс определения своего местоположения по Солнцу и звездам.
61. Охарактеризуйте процесс определения своего местоположения с помощью карты и компаса.
62. Определите последовательность и правила организации бивака в горной местности.
63. Определите последовательность и правила организации бивака в пустынной местности.
64. Определите последовательность и правила организации бивака в таежной

местности.

65. Определите последовательность и правила ориентирования по местным приметам.
66. Определите последовательность и правила ориентирования по Солнцу и звездам.
67. Определите последовательность и правила ориентирования с помощью карты и компаса.
68. Назовите и кратко охарактеризуйте основные причины гибели отдыхающих на водоемах.
69. Определите меры безопасности при передвижении по пересеченной местности.
70. Охарактеризуйте виды костров и их назначение.
71. Опишите основные виды отдыха и туризма, позволяющие реализовать потребности человека в полноценном отдыхе.
72. Определите особенности формирования, продвижения и реализации туристского продукта.
73. Охарактеризуйте особенности развития туризма в РФ на современном этапе.
74. Определите и обоснуйте приоритетные направления российского выездного экологического туризма.
75. Дайте характеристику туристского потенциала одной из стран Европы (на выбор).

8.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура промежуточной аттестации в институте регулируется «Положением о зачетно-экзаменационной сессии в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14); «Положением о независимом мониторинге качества образования студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14), «Положением о фонде оценочных средств дисциплины в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14), Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен по дисциплине или ее части имеет цель оценить сформированность общекультурных, профессиональных и специальных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, приобретенные им навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

Устный ответ на экзамене

При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Письменная контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные.

Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

Контекстная учебная задача, проблемная ситуация, ситуационная задача, кейсовое задание. При определении уровня достижений студентов при решении учебных практических задач необходимо обращать особое внимание на следующее:

- способность определять и принимать цели учебной задачи, самостоятельно и творчески планировать ее решение как в типичной, так и в нестандартной ситуации;
- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы и задания;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении учебных задач;
- грамотное использование основной и дополнительной литературы;
- умение использовать современные информационные технологии для решения учебных задач, использовать научные достижения других дисциплин;
- творческая самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Евсеев, Ю. И. Физическая культура: учеб. пособие для студентов вузов / Ю. И. Евсеев. – 9-е изд., стер. – Ростов н/Д : Феникс, 2014. – 445 с.
2. Махов, С.Ю. Организация безопасности активного туризма : учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С.Ю. Махов ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. – Орел : МАБИВ, 2014. – 126 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428625>
3. Нусс, Н.А. Безопасность в туризме : учебное пособие / Н.А. Нусс. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2011. – 68 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228784>

Дополнительная литература

1. Петров, С. В. Безопасный отдых и туризм [Текст] : учеб. пособие для студентов вузов / С.В. Петров, О.Л. Жигарев, О.Н. Токарева. - Новосибирск : АРТА, 2011. - 295 с.
2. Соловьев, С. С. Безопасный отдых и туризм [текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / С.С. Соловьев. - М. : ИЦ "Академия", 2008. - 288 с. ¶
3. Бутко, И. И. Маркетинг в туризме [Текст] : учеб. пособие / И.И. Бутко, В.А. Ситников, Е.А. Ситников. - 2-е изд. - М. : Дашков и К, 2014. - 410 с.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <https://infourok.ru/avtorskaya-programma-vizhivanie-v-ekstremalnih-situacijah-858735.html> - Авторская программа "Выживание в экстремальных ситуациях"

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;

– изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

– изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;

– прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;

– выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;

– составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;

– выучите определения терминов, относящихся к теме;

– продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;

– подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;

– продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

Рекомендации по работе с литературой:

– ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;

– составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;

– выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Презентации.

12.1 Перечень программного обеспечения (обновление производится по мере появления новых версий программы)

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

1. Microsoft Windows 7 Pro – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.

2. Microsoft Office Professional Plus 2010 – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.

3. – 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г.

12.2 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)

2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Электронная библиотечная система Znanium.com (<http://znanium.com/>)

4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий

семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (№302).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Оснащение аудиторий

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (УМК трибуна, проектор, интерактивный экран, компьютер, документ-камера, гарнитура, лазерная указка), доска маркерная.