

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Райхерт Татьяна Николаевна
Должность: Директор
Дата подписания: 24.03.2023 07:50:37
Уникальный программный ключ:
c914df807d771447164c08ee17f8e2f93dde816b

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижнетагильский 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

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УМР
_____ В.В. Дикова
« ____ » _____ 2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.01.ДВ.05.01 «БЕЗОПАСНЫЙ ОТДЫХ И ТУРИЗМ»**

Уровень высшего образования
Направление подготовки

Бакалавриат
44.03.01 Педагогическое образование

Профиль
Форма обучения

Безопасность жизнедеятельности
Заочная

Рабочая программа дисциплины «Безопасный отдых и туризм». Нижний Тагил: Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2020. – 11 с.

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование.

Автор: кандидат биологических наук, В.А. Федюнин
декан факультета спорта
и безопасности жизнедеятельности

Рецензент: кандидат педагогических наук, доцент
кафедры БЖФК А.В. Неймышев

Одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры «28» августа 2020 г., протокол № 1.

Заведующий кафедрой Т.Н. Дейкова

Рекомендована к печати методической комиссией факультета спорта и безопасности жизнедеятельности «31» августа 2020 г., протокол № 1.

Председатель методической комиссии ФСБЖ Л.А. Сорокина

Декан ФСБЖ А.В. Неймышев

© Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», 2020.
© Федюнин Владимир Александрович, 2020.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Результаты освоения дисциплины.....	4
4. Структура и содержание дисциплины.....	5
4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы.....	5
4.2. Содержание и тематическое планирование дисциплины.....	6
4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины.....	8
5. Образовательные технологии.....	9
6. Учебно-методические материалы.....	9
6.1. Задания и методические указания по организации и проведению практических занятий.....	9
6.2. Задания и методические указания по организации самостоятельной работы студента.....	12
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение.....	14
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	15
9. Текущая аттестация качества усвоения знаний.....	15
10. Промежуточная аттестация.....	15

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: Подготовить студентов к организации и безопасному проведению туристических походов и экскурсий, сформировать у них компетенции готовности к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся, способности организовывать и проводить туристские мероприятия.

Задачи:

Сформировать знания:

- о роли туризма в формировании духовного и физического облика гражданина;
- о различных видах туризма, их особенностях, правилах безопасности при проведении туристских походов, умений обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся в туристском походе;

Сформировать умения:

- проектирования и разработки туристских маршрутов с учетом опасностей природного, техногенного, социального характера, организации походов по Уралу и другим регионам РФ.

- оказания первой помощи при травмах и отравлениях, умения обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в туризме.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Безопасный отдых и туризм» является частью учебного плана по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль «Безопасность жизнедеятельности». Дисциплина Б1.В.01.ДВ.05.01 «Безопасный отдых и туризм» включена в Блок Б.1 «Дисциплины (модули)» и входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений. Дисциплина реализуется в НТГСПИ на кафедре безопасности жизнедеятельности и физической культуры.

Дисциплина «Безопасный отдых и туризм» изучается на первом курсе, в первом семестре и тесно связана с другими учебными дисциплинами, такими как «Безопасность жизнедеятельности», «Теоретические основы безопасности жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» и рядом других. Изучение данного курса позволит студентам более эффективно овладеть навыками организации и проведения туристских походов в районах их проживания.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование и развитие следующих компетенций:

ОПК-3. – способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

ПК-1. – способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик и современных образовательных технологий

ПК-4. – способен организовывать деятельность обучающихся, направленную на развитие интереса к учебному предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

ИОПК 3.1. – основные требования федеральных государственных образовательных стандартов, предъявляемые к организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

ИПК 1.1. – концептуальные положения и требования к организации образовательного процесса в предметной области безопасности жизнедеятельности,

определяемые ФГОС общего образования, особенности проектирования образовательного процесса, подходы к планированию образовательной деятельности, содержание школьных предметов - ОБЖ, формы, методы и средства обучения, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; особенности частных методик обучения ОБЖ

4.1. Знает способы организации образовательной деятельности обучающихся при обучении основам безопасности жизнедеятельности.

Уметь:

ИОПК 3.2. – организовать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, применяя технологии инклюзивного образования

ИПК 1.2. – проектировать элементы образовательной программы, рабочую программу учителя по основам безопасности жизнедеятельности, формулировать дидактические цели и задачи обучения и реализовывать их в образовательном процессе; планировать, моделировать и реализовывать различные организационные формы в процессе обучения (урок, экскурсию, домашнюю, внеклассную и внеурочную работу); обосновывать выбор методов обучения и образовательных технологий, применять их в образовательной практике, исходя из особенностей содержания учебного материала, возраста и образовательных потребностей обучаемых; планировать и комплексно применять различные средства обучения

4.2. Умеет организовывать различные виды деятельности обучающихся в образовательном процессе; применять приемы, направленные на поддержание познавательного интереса

Владеть умениями и навыками:

ИОПК 3.3. – взаимодействия с другими специалистами для организации психолого-медико-педагогического консультирования и оказания адресной помощи обучающимся с особыми образовательными потребностями.

ИПК 1.3. – умениями по планированию и проектированию образовательного процесса; методами обучения основам безопасности жизнедеятельности и современными образовательными технологиями.

4.3. – умениями по организации разных видов деятельности обучающихся и приемами развития познавательного интереса.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зач. ед. (216 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице 1.

Таблица 1

Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ (заочное отделение)

Вид работы	Форма обучения
	Заочная
	1 семестр
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	216
Контактная работа, в том числе:	14
Лекции	6
Практические занятия	8
Самостоятельная работа, в том числе:	202
Изучение теоретического курса	166
Самоподготовка к текущему контролю знаний	-
Подготовка к экзамену	36

4.2. Содержание и тематическое планирование дисциплины

Тематический план дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)	Семестр	Всего, часов	Вид контактной работы, час				Самостоятельная работа, час	Формы текущего контроля успеваемости
			Лекции	Практ. занятия	Лаб. работы	Из них в интерактивной форме		
Введение. Туризм в системе общественного воспитания. Виды туризма. Климато-географическая характеристика природных зон Земли. Туристские возможности края.	1	6	1				5	тест
Тема 1. Подготовка туристического похода	1	36	1	2	-	2	33	Практическое задание (ситуационная задача)
Тема 2. Элементы топографии и ориентирования	1	36	1	2	-	1	33	Практическое задание (ситуационная задача)
Тема 3. Обеспечение безопасности в походе. Первая доврачебная помощь	1	36	1	1	-	1	34	Доклад на практическом занятии
Тема 4. Способы автономного выживания человека в природе	1	36	1	2	-	2	33	Доклад на практическом занятии
Тема 5. Организация соревнований по туризму	1	30	1	1	-	1	28	Практическое задание
Экзамен		36					36	
Итого		216	6	8		7	202	

Практические занятия

№ раздела	Наименование практических занятий	Кол-во ауд. часов
1	Подготовка туристического похода	2
2	Элементы топографии и ориентирования	2
3	Обеспечение безопасности в походе. Первая доврачебная помощь	1
4	Способы автономного выживания человека в природе	2
5	Организация соревнований по туризму	1
	Итого	8

4.3. Содержание разделов (тем) дисциплины

Лекционный курс (6 часов)

Лекция 1. Туризм в системе общественного воспитания. Подготовка туристического похода. Туристское снаряжение. Туристский маршрут. Категорийность туристских походов.

Понятие о туризме. Факторы привлекательности туризма. Потребность человека в путешествиях. Необходимость специальной подготовки. Виды туризма: плановый,

самодеятельный, неорганизованный. Международный туризм. Взаимодействие человека и природы.

Туризм как вид спорта. Спортивные классификации туризма.

Педагогическое значение туризма. Организационные формы туристской работы с учащимися в общеобразовательных учреждениях.

Нормативно-правовая база по организации туристических походов.

Планирование туристического похода как основное требование к безопасности. Личное, групповое, специальное туристское снаряжение: классификация, виды, назначение.

Выбор маршрута, оценка рельефа, протяженность, продолжительность похода, транспортное обеспечение, организация стоянок. Трудность маршрута. Категорийность туристских походов в зависимости от трудности маршрута.

Лекция 2. Элементы топографии и ориентирования. Обеспечение безопасности в походе. Первая доврачебная помощь

Значение топографии и ориентирования для туриста. Топографическая карта, туристские схемы. Математические элементы: масштаб, азимут, магнитный азимут, рельеф. Топознаки: масштабные, линейные, внемасштабные. Компас: устройство, приемы работы с ним. Определение азимута. Движение по азимуту. Ориентирование на местности и по топографической карте. GPS-навигаторы: типы, назначение, приемы работы с навигаторами. Ориентирование на местности по местным признакам. Безопасность по каждому виду туризма – основное требование к походам. Обеспечение личной и коллективной безопасности в каждом виде деятельности (при переходе, на плавсредстве, на стоянке, при заготовке дров, при разведении костра и т.д.). Страховка и самостраховка. Правила поведения и страховки в каждом виде туризма.

Основные виды травм в туристском походе. Алгоритмы оказания первой помощи при различных травмах (ушибы, растяжения, переломы костей, кровотечения, полстные травмы). Алгоритм оказания первой помощи при отравлениях.

Лекция 3. Способы автономного выживания человека в природе. Организация соревнований по туризму.

Основы автономного существования человека в различных природно-климатических зонах. Понятие «экстремальная среда», «природная среда». Факторы риска в условиях автономного существования в природе. Факторы выживания человека в природной экстремальной среде.

Организация временных и постоянных укрытий, их виды. Костер. Способы добывания огня с помощью спичек, зажигалки и без них. Одежда. Приемы борьбы с переохлаждением. Аварийный запас: назначение и состав. Применение подручных предметов в условиях автономного выживания в природе. Питание в условиях автономного существования в природе. Съедобные и ядовитые растения и животные. Съедобные и ядовитые грибы. Охота и рыбалка в условиях автономии в природе. Сигналы бедствия.

Виды соревнований: в заданном направлении, по выбору, по маркированной трассе. Характер соревнований: командный, личный, лично-командный. Разметка дистанции. Подготовка карт. Организация судейства на этапах, старте, финише. Подсчет результатов и определение победителей. Положение о соревнованиях.

6. Учебно-методические материалы

6.1. Задания и методические указания по организации и проведению практических занятий

Тема 1-2. Подбор туристского снаряжения для определенного вида походов. Разработка туристского маршрута. Определение препятствий на маршруте. Подбор

продуктов для туристского похода. Составление сметы. Практическая работа со специальным туристским снаряжением (Практическое занятие 1).

Задание 1: Задание по вариантам: составить список туристского снаряжения в зависимости от вида похода, продолжительности похода, природно-климатической зоны и времени года (работа в малых группах по вариантам).

Задание 2: Разработать туристский маршрут в определенной природно-климатической зоне: определить начальную и конечную точку маршрута, протяженность маршрута, количество ходовых дней, основные препятствия на маршруте (работа в группах по вариантам).

Задание 3: Составить меню и список продуктов для туристского похода (с учетом вида похода, продолжительности, времени года) (работа в малых группах по вариантам).

Задание: Вязание основных туристских узлов (прямой, булинь, стремя, грейпвайн, брамшкотовый, простой проводник, восьмерка-проводник, заячьи уши, австрийский срединный проводник, узел Прусса, узел Маршара),

Литература для подготовки к практическому занятию:

Федюнин В.А. Методические основы туризма и скалолазания. Учеб.-метод.пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Чёрный /2-е издание. – Нижний Тагил: ФГАОУ ВПО «РГППУ», 2020. – 196 с.

Тема 3-4. Работа с топографической картой. Ориентирование по компасу, GPS-навигатору, часам и солнцу, по местным признакам. Обеспечение безопасности в походе. Первая помощь при травмах и отравлениях (Практическое занятие 2)

Задание 1: Знакомство с основными элементами топографической карты. Определить масштабные и внес масштабные топографические знаки. Определить масштаб карты. Измерить расстояния между объектами. Определить особенности рельефа определенного участка местности. Определить характер растительности. Выявить основные гидрологические объекты района.

Задание 2: Определить стороны горизонта по различным приборам: компас, GPS-навигатор, механические часы. Определить азимуты на различные объекты. Определить обратные азимуты на указанные объекты.

Пройти по заданному азимуту определенное расстояние. Движение по нескольким азимутам.

Задание 3. Заполнить таблицу

Элемент безопасности	Обеспечение безопасности

Литература для подготовки к практическому занятию:

Федюнин В.А. Методические основы туризма и скалолазания. Учеб.-метод.пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Чёрный /2-е издание. – Нижний Тагил: ФГАОУ ВПО «РГППУ», 2020. – 196 с.

Тема 5. Факторы риска и факторы выживания в природе. Знакомство со способами автономного выживания в природе. Разработка соревновательной дистанции (Практическое занятие 3).

Задание: Подготовить презентацию по теме «Характеристика природно-климатической зоны: факторы риска и факторы выживания».

Задание: Подготовить презентацию по теме «Способы автономного выживания человека в природе».

Задание: Разработать Положение о соревнованиях по туризму (в зависимости от вида и характера соревнований) (Работа в группах)

Литература для подготовки к практическому занятию:

6.2. Задания и методические указания по организации самостоятельной работы студента

Темы занятий	Количество часов			Содержание самостоятельной работы	Формы контроля СРС
	Всего	Аудит.	Само ст.		
1. Туризм в системе общественного воспитания. Виды туризма. Климато-географическая характеристика природных зон Земли. Туристские возможности края.	6	1	5	Работа с основной и дополнительной литературой. Выяснить роль туризма в формировании физических и моральных качеств человека. Определить туристские возможности края с учетом климатических условий	Тест-контроль Обсуждение вопросов на экзамене
2. Подготовка туристического похода	36	3	33	Работа с основной и дополнительной литературой Заполнить таблицу «Планирование похода» Составить смету похода по заданию (время года, продолжительность похода, кол-во участников, вид похода) Отработка навыка вязания туристских узлов	Проверка выполнения задания на практическом занятии, выполнение нормативов на экзамене
3. Элементы топографии и ориентирования	36	3	33	Работа с основной и дополнительной литературой Отработка навыков ориентирования по карте и компасу.	Проверка выполнения задания на практическом занятии
4. Обеспечение безопасности в походе. Первая доврачебная помощь.	36	2	34	Работа с основной и дополнительной литературой Подготовка к туристическому походу: подбор	Контрольная работа Проверка выполнения задания на экзамене

				(составление списка) личного и группового снаряжения Отработка умений оказания первой помощи при кровотечениях (наложение повязок и жгута) и переломах (наложение шин)	
5. Способы автономного выживания человека в природе	36	3	33	Работа с основной и дополнительной литературой Подготовка презентации по теме «Способы автономного выживания в природе»	Представление и защита проекта на практическом занятии Тест-контроль
6. Организация соревнований по туризму	30	2	28	Работа с основной и дополнительной литературой Разработка проекта конкретного маршрута для соревнований, подготовка проекта Положения о соревнованиях	Представление и защита проекта на практическом занятии
8. Экзамен	36		36	Подготовка к экзамену	Сдача экзамена, и/или компьютерное тестирование по курсу
Всего:	216	14	202		

6.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Основная литература

Федюнин В.А. Методические основы туризма и скалолазания. Учеб.-метод.пособие [Текст] / В.А. Федюнин, А.В. Неймышев, А.А. Чёрный /2-е издание. – Нижний Тагил: ФГАОУ ВПО «РГППУ», 2020. – 196 с.

Дополнительная литература

1. Биржаков, М. Б. Введение в туризм: учеб. для вузов [Текст] / М. Б. Биржаков // Нац. акад. туризма, Балтийск. междунар. ин-т туризма. - Изд. 7-е, перераб. и доп. – СПб.: Невский Фонд: Издательский дом Герда, 2005. - 443 с.

2. Единая Всероссийская спортивная классификация, 2001–2005 гг., в 2 ч. [Текст] / Гос. комитет РФ по физ. культуре, спорту и туризму. Сост.: Т. М. Абсалямов и др. // Под ред. М. Н. Давыденко, В. Г. Никитушкина. – М.: Советский спорт, 2002. Ч. 1. - 374 с.

3. Трухачев А.В. Туризм. Введение в туризм: учебник [Электронный ресурс] / А.В. Трухачев, И.В. Таранова. — Электрон. текстовые данные. — Ставрополь:

Ставропольский государственный аграрный университет, АГРУС, 2013. — 396 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/47370.html>

Сетевые ресурсы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

2. Электронно-библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Лекционная аудитория – 417В.
2. Компьютер (ноутбук).
3. Мультимедиапроектор.
4. Презентации к лекциям и семинарским занятиям.
5. Набор туристского снаряжения: палатки, веревки, карабины, компасы, навигаторы, топографические карты и т.д.

9. Текущий контроль качества усвоения знаний

Проверка усвоения знаний ведется в течение зачетно-экзаменационной сессии в письменной (тестирование) и устной форме на лекционных и практических занятиях, оценки выполнения практических заданий в ходе практических занятий.