

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Родин Олег Федорович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 23.03.2025 12:48:35
Уникальный программный ключ:
2246bb4b5eca53e35a45d6a91259e790782354e7

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
**Б1.В.ДВ.01.02 СПОСОБЫ АВАРИЙНОГО ВЫЖИВАНИЯ
ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДЕ**

Уровень высшего образования	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.01 Педагогическое образование
Профили	«Безопасность жизнедеятельности»
Форма обучения	Заочная

Автор: канд. биол. наук, доцент кафедры БЖФК В.А. Федонин

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.

Нижний Тагил
2025

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 «Способы аварийного выживания человека в природе» является частью учебного плана по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль «Безопасность жизнедеятельности». Дисциплина Б1.В.ДВ.01.02 «Способы аварийного выживания человека в природе» включена в Блок Б.1 «Дисциплины (модули)» и входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений и является дисциплиной по выбору. Дисциплина реализуется в НТГСПИ на кафедре безопасности жизнедеятельности и физической культуры.

Дисциплина «Способы аварийного выживания человека в природе» тесно связана с другими учебными дисциплинами, такими как «Безопасность жизнедеятельности», «Концептуальные основы безопасности жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний» 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:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Дескрипторы
ПК-1 – Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).	Знает роль и место предмета ОБЗР в образовательном процессе, психолого-педагогические основы обучения учащихся основам безопасности и защиты Родины, основные принципы деятельностного подхода, функциональные возможности ФГИС «Моя школа».
	ПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.	Владеет структурой, составом и дидактическими единицами предметной области ОБЗР; формы, методы и средства обучения ОБЗР, контроля и оценки образовательных результатов, методики преподавания основных разделов курса ОБЗР, основы

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Дескрипторы
		применения образовательных технологий (в т.ч. цифровых) в обучении основам безопасности и защиты Родины.
	ПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.	Умеет применять требования к организации образовательного процесса в области основ безопасности и защиты Родины, определяемые ФГОС общего образования, особенности проектирования образовательного процесса, подходы к планированию образовательной деятельности.
ПК-3 – Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов	ПК-3.1. Владеет способами интеграции учебных предметов для организации развивающей учебной деятельности (исследовательской, проектной, групповой и др.).	Умеет разрабатывать программы внеурочной деятельности по ОБЗРс использованием цифровых технологий.
	ПК-3.2. Использует образовательный потенциал социокультурной среды региона в преподавании (предмета по профилю) в учебной и во внеурочной деятельности	Знает как использовать образовательный потенциал социокультурной среды региона во внеурочной деятельности по ОБЗР
	ПК-3.3. Знает психолого-педагогические условия создания развивающей образовательной среды для достижения личностных и метапредметных результатов обучения	Владеет как разрабатывать и проводить мониторинги личностных и метапредметных результатов обучения учащихся

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 144 часов, 4 зач. ед.

Вид работы	Форма обучения
	Заочная
	4 семестр
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	144
Контактная работа, в том числе:	8
Лекции	2
Практические занятия	6
Самостоятельная работа, в том числе:	136
Подготовка к зачету	4

4.2. Учебно-тематический план дисциплины для заочной формы обучения

Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)	Всего, часов	Вид контактной работы, час		Самостоятельная работа	Оценочные средства для текущего контроля	Оценочные средства для промежуточной аттестации
		Лекции	Практ. занятия			
Введение. Туризм в системе общественного воспитания. Виды туризма. Климато-географическая характеристика природных зон Земли. Туристские возможности края.	31	1		30	тест	Итоговый тест. Вопросы зачёта.
Тема 1. Подготовка туристического похода	33	1	2	30	Практическое задание (ситуационная задача)	
Тема 2. Элементы топографии и ориентирования	31		1	30	Практическое задание (ситуационная задача)	
Тема 3. Обеспечение безопасности в походе. Первая доврачебная помощь	11		1	10	Доклад на практическом занятии	
Тема 4. Способы автономного выживания человека в природе	11		1	10	Доклад на практическом занятии	
Тема 5. Организация соревнований по туризму	22			22	Практическое задание	
Зачет	4			4		
Итого	144	2	6	136		

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. Туризм в системе общественного воспитания. Подготовка туристского похода. Туристское снаряжение. Туристский маршрут. Категорийность туристских походов.

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

Тема 2. Элементы топографии и ориентирования. Обеспечение безопасности в походе. Первая доврачебная помощь. Способы автономного выживания человека в природе. Организация соревнований по туризму.

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.

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.

Тема 3. 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 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:

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.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Перечень основной и дополнительной литературы

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>

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

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

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.