

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности
жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической
работе С.Н. Титов

БЕЗОПАСНЫЙ ОТДЫХ И ТУРИЗМ

Программа учебной дисциплины Предметно-методического модуля по
профилю "Безопасность жизнедеятельности"

основной профессиональной образовательной программы высшего
образования – программы бакалавриата по направлению подготовки
44.03.05. Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

направленность (профиль) образовательной программы:
Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности.

(очная форма обучения)

Составитель: Постнов Ю.М., к.п.н.,
доцент
кафедры теории и методики физической
культуры и безопасности
жизнедеятельности

Рассмотрено и одобрено на заседании ученого совета факультета физической
культуры и спорта, протокол от «21» мая 2024 г. №9.

Ульяновск, 2024

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Безопасный отдых и туризм» относится к дисциплинам обязательной части Блока 1 Дисциплины (модули) модуля Безопасность жизнедеятельности учебного плана основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.05. Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль) образовательной программы «Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности», очной формы обучения.

Дисциплина опирается на результаты обучения, сформированные в рамках соответствующих дисциплин учебного плана, изученных обучающимися в 1-3 семестрах: безопасность жизнедеятельности, теория и методика физического воспитания, культура здоровья и безопасности, первая помощь пострадавшим и др.

Результаты изучения дисциплины являются теоретической и методологической основой для изучения профессионально значимых дисциплин учебного плана ОПОП, а также для прохождения производственной практики и подготовки к государственной итоговой аттестации.

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Целью освоения дисциплины «Основы безопасности при автономном существовании человека в природной среде» является овладеть знаниями и навыками необходимого жизнеобеспечения в условиях автономного существования в экстремальных природно-климатических условиях, оперативно оценивать ситуацию сложившуюся в условиях автономного существования и разрабатывать стратегию деятельности по решению проблем, оценивать степень опасности природных, эпидемиологических условий места пребывания, владеть навыками оповещения, сигнализации о своем местонахождении, а так же способами ориентирования на местности.

В результате освоения программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Безопасный отдых и туризм».

Компетенция и индикаторы ее достижения в дисциплине	Образовательные результаты дисциплины (этапы формирования дисциплины)		
	знает	умеет	владеет
<p>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.</p> <p>УК.8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности.</p> <p>УК.8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения. коммуникационных, используемых при разработке основных</p>	<p>ОР-1</p> <p>анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; современный комплекс проблем безопасности человека; средства и методы повышения безопасности; концепцию и стратегию национальной безопасности;</p>	<p>ОР-2</p> <p>эффективно применять средства защиты от негативных воздействий</p>	<p>ОР-3</p> <p>навыками создания и поддержки безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природной среды</p>

<p>и дополнительных образовательных программ и их элементов.</p>			
<p>ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач</p> <p>ПК-1.1 Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).</p> <p>ПК-1.2. Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.</p>	<p>ОР-1 роль и место предметной области (преподаваемого предмета) в общей картине научного знания;</p>	<p>ОР-2 осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с современными требованиями к образованию;</p>	<p>ОР-3 действием проектирования различных форм учебных занятий,</p>

ПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.			
--	--	--	--

2. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Номер семестра	Учебные занятия						Форма промежуточной аттестации
	Всего		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные занятия, час	Самостоят. работа, час	
	Трудоемк.						
	Зач. ед.	Часы					
6	2	72	12	20	-	40	Зачёт

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Наименование разделов и тем	Количество часов по формам организации			
	Лекц. занятия	Практ.. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа
6 семестр				
Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе	2	3		6
Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях	2	3		6
Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях	2	3		6
Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе	2	3		6
Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания	2	4		6
Тема 6. Ориентирование на местности	2	4		10
Итого	12	20		40

3.2. Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины ;(6 семестр)

Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе.

Аварийные ситуации в природе, меры предупреждения и первоочередные действия. Факторы выживания человека в дикой природе. Правила поведения в условиях автономного существования. Виды средств и способы подачи сигналов бедствия.

Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях.

Организация питания в условиях автономного выживания. Голодание и его переносимость. Добыча пищи и воды в условиях автономного существования

Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях.

Особенности автономного существования в джунглях. Выживание в лесисто – болотистой местности. Особенности автономного выживания в арктических, Субарктических зонах и условиях зимы. Особенности выживания в пустыне. Особенности выживания в условиях вынужденной автономии на море.

Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе.

Особенности формирования отношения к экстремальным ситуациям. Психоэмоциональные реакции на экстремальную ситуацию. Психические нарушения при остро возникших жизнеопасных ситуациях. Адаптация к экстремальной ситуации. Психологическая помощь после ситуаций с высокой опасностью для жизни.

Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания.

Рекомендации по сохранению здоровья в условиях дикой природы. Первая медицинская помощь при механической травме. Температурная травма. Утопление. Реанимация. Укусы пресмыкающихся и насекомых. Отравления растительными ядами.

Простудные заболевания. Отравления продуктами питания и желудочно–кишечные заболевания.

Тема 6. Ориентирование на местности.

Понятие «ориентирование» и географическая проекция. Виды табельных приборов и средств ориентирования. Приемы ориентирования при помощи табельных средств и приборов. Ориентирование без карты и компаса. Ориентирование по местным предметам. Использование визуальных и слуховых маркеров ориентировки.

4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является особой формой организации учебного процесса, представляющая собой планируемую, познавательную, организационно и методически направляемую деятельность студентов, ориентированную на достижение конкретного результата, осуществляемую без прямой помощи преподавателя. Самостоятельная работа студентов является составной частью учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, поиск и приобретение новых знаний, а также выполнение учебных заданий, подготовку к предстоящим занятиям и экзамену. Она предусматривает, как правило, разработку рефератов, написание докладов, выполнение творческих, индивидуальных заданий в соответствии с учебной программой (тематическим планом изучения дисциплины). Тема для такого выступления может быть предложена преподавателем или избрана самим студентом, но материал выступления не должен дублировать лекционный материал. Реферативный материал служит дополнительной информацией для работы на практических занятиях. Основная цель данного вида работы состоит в обучении студентов методам самостоятельной работы с учебным материалом. Для полноты усвоения тем, вынесенных в практические занятия, требуется работа с первоисточниками. Курс предусматривает самостоятельную работу студентов со специальной литературой. Следует отметить, что самостоятельная работа студентов результативна лишь тогда, когда она выполняется систематически, планомерно и целенаправленно.

Задания для самостоятельной работы предусматривают использование необходимых терминов и понятий по проблематике курса. Они нацеливают на практическую работу по применению изучаемого материала, поиск библиографического материала и электронных источников информации, иллюстративных материалов. Задания по самостоятельной работе даются по темам, которые требуют дополнительной проработки.

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу студентов в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме выполнения тестовых заданий, кейс-задач, письменных проверочных работ по дисциплине. Аудиторная самостоятельная работа обеспечена базой тестовых материалов, кейс-задач по разделам дисциплины.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:

- подготовки к устным докладам (мини-выступлениям);
- подготовка к защите реферата;
- подготовка к защите индивидуальных практических работ.

Вопросы для самостоятельного изучения обучающимися (темы мини-выступлений) ***(4 семестр)***

1. Климато-географические зоны возможного выживания.
2. Характеристика природных условий арктической зоне выживания.
3. Характеристика природных условий зоны хвойных лесов.
4. Характеристика природных условий зоны широколиственных лесов.

5. Выживание в условиях субтропических лесов.
6. Возможности выживания в зоне тропических лесов.
7. Выживание в условиях степей и полупустынь.
8. Пустынный ландшафт и возможности выживания человека в нём.
9. Горный климат и выживание в горах.
10. Особо опасные ситуации в горах.
11. Природные условия морей и океанов в жарком климате. Возможности выживания.
12. Характеристика морей и океанов в холодном климате как зоны выживания.

Тематика рефератов

1. Экстремальные ситуации, выживание, автономное существование; факторы выживания, стрессоры выживания.
2. Особенности психического состояния человека в ЧС.
3. Боль, как стрессор выживания.
4. Страх, как стрессор выживания.
5. Жажда, как стрессор выживания.
6. Холод, как стрессор выживания.
7. Жара, как стрессор выживания.
8. Переутомление, как стрессор выживания.
9. Голод, как стрессор выживания.
10. Одиночество, как стрессор выживания.

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине (4 семестр)

Пример контрольной работы (теста).

Критерии оценивания: за каждый правильный ответ - 2 балла.

Контрольная работа №1.

Выберите один правильный ответ или несколько, если вопрос помечен *

1. Болото легко пройти, если
 - а) на болоте растут густые травы вперемешку с осокой; б) болото заросло камышом;
 - в) по болоту плавает травянистый покров.
2. Способ спуска группы по лавиноопасному склону
 - а) серпантинном; б) прямо вниз; в) зигзагом; г) по линии падения воды.
3. Вы заблудились в пургу во время движения. Что вы предпримите в первую очередь?
 - а) остановиться и ждать возвращения товарищей, подавая звуковые сигналы; б) одеться потеплее;
 - в) позаботиться о ночлеге; г) пока видны следы, идти по лыжне.
4. При переправе реки в брод стенкой, куда вы поставите самого низкорослого участника
 - а) снизу по течению; б) сверху по течению; в) в середину стенки.
5. По льду какой толщины в весеннее время года человек может идти без лыж, не опасаясь провалиться под лед

а) 3 см; б) 6 см; в) 8 см.

6. Наиболее безопасно держать шест человеку при переправе вброд если он идет
а) вверх по течению; б) вниз по течению; в) безразлично как.

7. Выберите правильное окончание предложения: «Если вы провалились в болото, необходимо...»:

- а) выбираться медленно, опираясь на шест, не делая резких движений;
- б) барахтаться как можно более интенсивно, чтобы освободиться из болотного плена.

8. Время наименее опасного пересечения лавиноопасных участков

- а) до 6 ч; б) до 23 ч; в) до 18 ч; г) до 24 ч.

9. Выберите правильное окончание предложения: «В условиях тундры надо...»:

- а) оставаться на месте во время пурги;
- б) передвигаться в условиях рассеянного света;
- в) использовать реки в качестве пути движения;
- г) использовать весь световой день для движения, на ночевку останавливаться.

*10. Продолжите перечень основных антропологических факторов, обеспечивающих долговременное выживание

- а) воля к жизни;
- б)
- в)

11. Выживание – это активные, целенаправленные действия, направленные на сохранение жизни, здоровья и работоспособности человека, которые заключаются в преодолении нижеперечисленных, кроме

- а) психических стрессов;
- б) проявлении изобретательности;
- в) проявлении находчивости;
- г) эффективности в использовании аварийного снаряжения и подручных средств;

12. Знак Международной кодовой таблицы воздушных сигналов, показывающий что
нужна пища

и вода

- а) X;
- б) L;
- в) Y;
- г) K;
- д) F;
- е) П.

13. Знак Международной кодовой таблицы воздушных сигналов, показывающий что пострадавшие не могут двигаться

- а) X;

- б) L;
- в) Y;
- г) K;
- д) F;
- е) II.

14. Дальность видения населенных пунктов

- а) до 5 км;
- б) до 10 км;
- в) до 20 км.

15. Лучше всего использовать для костра хвойные деревья

- а) вертикально стоящее дерево с остатками хвои;
- б) вертикально стоящее дерево без тонких веток;
- в) вертикально стоящее дерево без тонких веток и сучьев;
- г) вертикально стоящее дерево, у которого отвалилась вершина;
- д) лежащий ствол дерева на земле.

16. Костер нодья сооружается из

- а) одного бревна;
- б) двух бревен;
- в) трех бревен;
- г) четырех бревен.

17. Водопотребление проще всего организовать

- а) в таежной местности;
- б) в пустыне;
- в) в горно-таежной местности.

*18. Отметьте верные утверждения, в которых рекомендуется не употреблять в пищу

- а) плоды, поклеванные птицами;
- б) растения, на изломе выделяющие млечный сок;
- в) грибы с неприятным запахом;
- г) переспелые грибы;
- д) старые растения;
- е) косточки и семена плодов;
- ж) старые увядшие листья.

*19. Отметьте виды костров, используемые для варки пищи при небольшом количестве дров

- а) таежный;
- б) полинезийский;
- в) звездочка;
- г) шалаш;
- д) нодья;
- е) колодец.

20. Элемент, не относящийся к основным элементам жидкостного компаса
 а) магнитная стрелка; б) циферблат; в) тормозная жидкость; г) лимба; д) градусная шкала;
 е) прорезь и мушка.

Для самостоятельной подготовки к занятиям по дисциплине рекомендуется использовать учебно-методические материалы:

1. Богатова С.В. Материалы для подготовки студентов факультета физической культуры и спорта по дисциплинам профессионального цикла: учебно-методическое пособие / Богатова С.В., Ключникова С.Н., Костюнина Л.И., Мангушева Н.А. - Ульяновск: ФГБОУ ВПО "УлГПУ им. И. Н. Ульянова", 2015. - 95 с.
2. Костюнина Л.И. Самостоятельная работа студентов факультета физической культуры и спорта по дисциплинам профессионального цикла: учебное пособие / Костюнина Любовь Ивановна. - Ульяновск: УлГПУ, 2012. - 168 с.

5. Примерные оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Организация и проведение аттестации студента

ФГОС ВО ориентированы преимущественно не на сообщение студентам комплекса теоретических знаний, но на выработку у студентов компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки студента используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить более крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

Оценочными средствами текущего оценивания являются: доклад, коллоквиум, Case-study, доклад по реферату, выполнение тестовых заданий, медиа презентации и т.д. Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на практических (семинарских, лабораторных) занятиях.

№ п/п	СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ, используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	Образовательные результаты дисциплины
1.	Оценочные средства для текущей аттестации ОС-1 Мини выступление перед группой	ОР-1 Знает роль и место предметной области (преподаваемого предмета) в общей картине научного знания;
2.	ОС-2 Реферат	ОР-2 Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с
3.	ОС-3 Защита итоговой практической работы	
4.	ОС-4 Контрольная работа	

5.	Оценочные средства для промежуточной аттестации зачет (экзамен) ОС-5 Зачет в форме устного собеседования по вопросам	современными требованиями к образованию ОР-3 действием проектирования различных форм учебных занятий,
----	--	--

Описание оценочных средств и необходимого оборудования (демонстрационного материала), а так же процедуры и критерии оценивания индикаторов достижения компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения образовательной программы представлены в Фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине «Безопасный отдых и туризм».

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания:

№ п/п	РАЗДЕЛЫ (ТЕМЫ) ДИСЦИПЛИНЫ	СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ, используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	ПОКАЗАТЕЛИ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ (ОР)					
			1	2	3	4	5	6
			ОКП-6, ПК-8					
4 семестр								
1	Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе.	ОС-3 Защита реферата	+		+			
2	Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях.	ОС-2 Групповое обсуждение	+	+		+		
3	Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях.	ОС-1 Контрольная работа		+		+	+	+

	афических условиях.							
4	Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе.	ОС-2 Групповое обсуждение	+	+			+	
5	Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания.	ОС-2 Групповое обсуждение	+		+	+	+	
6	Тема 6. Ориентирование на местности.	ОС-2 Групповое обсуждение		+	+		+	+
		ОС-4 Зачёт в форме устного собеседования по вопросам						

Оценочными средствами текущего оценивания являются: групповое обсуждение, защита реферата, тесты по теоретическим вопросам дисциплины, зачёт в форме устного собеседования. Контроль усвоения материала ведется на практических занятиях регулярно в течение всего семестра.

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

Материалы для организации текущей аттестации представлены в п.5 программы.

Материалы, используемые для промежуточного контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

**ОС-5 Зачет в форме устного собеседования по вопросам
Перечень вопросов к зачету**

1. ЧС, связанные с автономным существованием.
2. Методы и способы автономного выживания.
3. Автономное выживание в тайге: организация и устройство временного лагеря.
4. Автономное выживание: физиология человека в условиях Крайнего севера.
5. Автономное выживание: организация медицинской помощи при травмах, укусах членистоногих и змей.
6. Автономное выживание в тайге: организация временного укрытия.

7. Сигналы бедствия.
8. Устройство кострища и разведение костра. Виды костров.
9. Охота, рыбная ловля, водообеспечение в условиях тайги.
10. Физиология человека в условиях жаркого климата.
11. Организация питания и жизнеобеспечения в условиях пустыни.
12. Организация питания и приготовления пищи в тайге.
13. Съедобные и несъедобные грибы и растения.
14. Лекарственные растения.
15. Особенности перехода в тайге.
16. Особенности перехода в условиях высоких широт. Водообеспечение в Арктике.
17. Ледяной и холодный шок. Способы выживания в холодной воде.
18. Организация временного укрытия в Арктике. Эскимосское иглу.
19. Особенности перехода в горах.
20. Горная болезнь. Симптомы, приемы оказания помощи.
21. Ориентирование. Виды ориентирования. Ориентирование по солнцу, звездам, местным признакам.
22. Определение расстояний до недоступных предметов.
23. Изготовление плавательных средств.
24. Ориентирование по азимуту, цветочные часы.
25. Признаки сохранения и изменения погоды.
26. Организация тур.походов, соревнований по туризму.
27. Организация соревнований по ориентированию.
28. «Экстремальный отряд». Методика организации и проведения.

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лекционных и практических занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

Критерии оценивания знаний студентов по дисциплине

Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся

		Посещение лекций	Посещение практических занятий	Работа на практических занятиях	Зачет
4 семестр	Разбалловка по видам работ	6 x 1=6 баллов	10 x 1=10 баллов	152 балла	32 балла
	Суммарный макс. балл	6 баллов max	16 баллов max	168 баллов max	200 баллов max

Критерии оценивания работы обучающегося по итогам 4 семестра

	Баллы (2 ЗЕ)
«зачтено»	более 100
«не зачтено»	100 и менее

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное изучение курса требует от обучающихся посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Запись лекции – одна из форм активной самостоятельной работы обучающихся, требующая навыков и умения кратко, схематично, последовательно и логично фиксировать основные положения, выводы, обобщения, формулировки. В конце лекции преподаватель оставляет время (5 минут) для того, чтобы обучающиеся имели возможность задать уточняющие вопросы по изучаемому материалу. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удастся осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу студентов, рекомендуя ту или иную литературу. Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией.

Подготовка к практически занятиям.

При подготовке к практическим занятиям студент должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, студенту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале практического занятия преподаватель знакомит студентов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задание. В течение отведенного времени на выполнение работы студент может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных работ, собеседование со студентом.

Результаты выполнения практических работ оцениваются в баллах, в соответствии с балльно-рейтинговой системой университета.

Подготовка к устному докладу.

Доклады делаются по каждой теме с целью проверки теоретических знаний обучающегося, его способности самостоятельно приобретать новые знания, работать с информационными ресурсами и извлекать нужную информацию.

Доклады заслушиваются в начале практического занятия после изучения соответствующей темы. Продолжительность доклада не должна превышать 7 минут. Тему доклада студент выбирает по желанию из предложенного списка.

При подготовке доклада студент должен изучить теоретический материал, используя основную и дополнительную литературу, обязательно составить план доклада (перечень рассматриваемых им вопросов, отражающих структуру и последовательность материала), подготовить раздаточный материал или презентацию. План доклада необходимо предварительно согласовать с преподавателем.

Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Преподаватель следит, чтобы выступление не сводилось к простому воспроизведению текста, не допускается простое чтение составленного конспекта доклада. Выступающий также должен быть готовым к вопросам аудитории и дискуссии.

Выполнение итоговой практической работы.

Для закрепления практических навыков по использованию информационных технологий студенты выполняют итоговое задание - самостоятельно или работая в малых группах по 2 человека, под руководством преподавателя.

Текущая проверка разделов работы осуществляется в ходе выполнения работы на занятиях и на консультациях. Защита итоговой работы проводится на последнем занятии или на консультации преподавателя. Для оказания помощи в самостоятельной работе проводятся индивидуальные консультации.

Подготовка к тесту.

При подготовке к тесту необходимо изучить теоретический материал по дисциплине. С целью оказания помощи студентам при подготовке к тесту преподавателем проводится групповая консультация с целью разъяснения наиболее сложных вопросов теоретического материала.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература

1. Мельников, Д. А. Автономное выживание человека в природной среде: учебное пособие Д. А Мельников. - Чайковский: ЧГИФК, 2017. - 80 с. - Текст: электронный. // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/152714>. (дата обращения: 28.06.2022)1 – Режим доступа: для авториз. Пользователей
2. Опасные ситуации природного характера и защита от них: учебное пособие. - Ставрополь: СКФУ, 2016. - 170 с. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459139>

Дополнительная литература

1. Нусс, Н. А. Безопасность в туризме : учебное пособие / Н.А. Нусс. - Новосибирск : НГТУ, 2011. - 68 с. - ISBN 978-5-7782-1594-8.
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228784>
2. Техтереков, С.А. Выживание в природной среде: учебное пособие для курсантов, студентов и слушателей образовательных организаций МЧС России / С.А. Техтереков. – Железногорск : ФГБОУ ВО СПСА ГПС МЧС России, 2019. – 265 с. – Текст : электронный. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/1202018> (дата обращения: 28.06.2022). Режим доступа: по подписке

Интернет-ресурсы

- http://ele74197079.narod2.ru/Uchebno-metodicheskie_materiali_dlya_SRS/Учебно-методические
Материалы по безопасности жизнедеятельности
- <http://www.mchs.gov.ru/> сайт МЧС России
- www.school-obz.org – ОБЖ журнал МЧС России
- сайт Министерства образования и науки РФ: www.ed.gov.ru/
- электронная версия газеты «Безопасность труда и жизни»: <http://gazeta.asot.ru/>
- аннотация статей журнала «Безопасность жизнедеятельности»: <http://novtex.ru/bjd/>
- теоретические основы курса «БЖ»: <http://www.ssga.ru/>
- большой словарь по экологии, гидро- и метеорологии: <http://ecomos.ru/>

Лист согласования рабочей программы
учебной дисциплины (практики)

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование
Профиль: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности
Рабочая программа Безопасный отдых и туризм
Составитель: Ю.М. Постнов – Ульяновск: УлГПУ, 2024.

Программа составлена с учетом федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование, утверждённого Министерством образования и науки Российской Федерации, и в соответствии с учебным планом.

Составители Постнов Ю.М. Постнов
(подпись)

Рабочая программа учебной дисциплины (практики) одобрена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности " 14 " 05 2024 г., протокол № 9
Заведующий кафедрой

Л.И. Костюнина Л.И. Костюнина 14.05.24
личная подпись расшифровка подписи дата

Рабочая программа учебной дисциплины (практики) согласована с библиотекой

Сотрудник библиотеки Ю.Б. Марсакова Ю.Б. Марсакова 14.05.24
личная подпись расшифровка подписи дата

Программа рассмотрена и одобрена на заседании ученого совета факультета физической культуры и спорта " 21 " 05 2024 г., протокол № 9

Председатель ученого совета факультета физической культуры и спорта А.Н. Илькин А.Н. Илькин 21.05.24
личная подпись расшифровка подписи дата