

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет естественных наук, математики и технологий  
Кафедра Географии, безопасности жизнедеятельности и технологии

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет естественных  
наук, математики и  
технологий

Токарева Юлия Сергеевна

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.07.02 Способы автономного выживания и безопасность туризма  
на 144 часа(ов), 4 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 44.03.01 - Педагогическое образование

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Образование в области безопасности жизнедеятельности (для набора 2023)  
Форма обучения: Заочная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

Подготовка к действиям в возможных условиях вынужденного автономного существования, защите от неблагоприятных факторов природной и окружающей среды, обучение методам и способам безопасной организации туризма.

Задачи изучения дисциплины:

- Приобретение знаний по способам защиты от неблагоприятного воздействия факторов окружающей среды
- Обучение способам выживания в природе, городе при выполнении туристических путешествий, походов, слетов.
- Научиться обучать учащихся правилам подготовки, организации и проведения туристических мероприятий, соблюдения мер безопасности и преодоления возможных непредвиденных ситуаций.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Способы автономного выживания и безопасность туризма» принадлежит к предметно-содержательной части блока Б.1.О.07 обязательных дисциплин (модуля), учебного плана по направлению 44.03.01 Педагогическое образование профиль Образование в области безопасности жизнедеятельности»

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных(ые) единиц(ы), 144 часов.

Виды занятий	Семестр 5	Всего часов
Общая трудоемкость		144
Аудиторные занятия, в т.ч.	24	24
Лекционные (ЛК)	12	12
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	12	12
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	84	84
Форма промежуточной аттестации в семестре	Экзамен	36

Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		
--	--	--

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
УК-8	<p>УК-8.1. Знать особенности взаимодействия человека с окружающей средой. Критерии по возможности выживания человека в условиях автономного существования. Теоретические основы способов выживания человека в условиях автономного существования и способы обеспечения безопасности в туризме. Актуальные проблемы безопасного существования человека в условиях автономного существования и организации туристических мероприятий</p> <p>УК-8.2. Уметь использовать основные методы, средства, способы, оказания первой помощи при воздействии на организм человека механических, химических, термических, биологических и психогенных поражающих факторов, при неотложных и критических состояниях; Нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности. Обеспечить охрану жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности. Использовать нормативные правовые документы в своей деятельности. Бережно относиться к своему здоровью и окружающей</p>	<p>Знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем; основные принципы деятельностного подхода; педагогические закономерности организации образовательного процесса; нормативно-правовые, аксиологические, психологические, дидактические и методические основы разработки и реализации основных и дополнительных образовательных программ; специфику использования ИКТ в педагогической деятельности.</p> <p>Уметь: разрабатывать цели, планируемые результаты, содержание, организационно-методический инструментарий, диагностические средства оценки результативности основных и дополнительных образовательных программ, отдельных их компонентов, в том числе с использованием ИКТ; выбирать организационно-методические средства реализации дополнительных образовательных программ в соответствии с их особенностями.</p> <p>Владеть: дидактическими</p>

	<p>среде; грамотно применять практические навыки и обеспечивать безопасность в ситуациях, возникающих в учебном процессе, повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях УК-8.3. Владеть базовыми профессиональными навыками, способными обеспечить разработку и реализацию культурно-просветительских программ Проведением научного эксперимента по испытанию технических средств, используемых для безопасности в туризме. Внедрением профессиональных знаний в профессиональную деятельность.</p>	<p>методическими примерами разработки и технологиями реализации основных и дополнительных образовательных программ; приемами использования ИКТ.</p>
<p>ОПК-4</p>	<p>ОПК-4.1. Знать понятийный аппарат смежных дисциплин – опасность, риск, безопасность; правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности, чрезвычайная ситуация, авария, чрезвычайное происшествие. Основы научной коммуникации. Знать способы организации сотрудничества и взаимодействия участников образовательного процесса, основные методы сплочения коллектива. Средства, способы, алгоритмы диагностики и оказания первой помощи при воздействии на организм человека механических, химических, термических, биологических и психогенных поражающих факторов, при неотложных и критических состояниях. Основные методики и виды деятельности, связанные с разработкой и реализацией культурно-просветительских программ ОПК-4.2.. Уметь использовать основные методы, средства, способы, оказания первой помощи при воздействии</p>	<p>Знать: критерии по возможности выживания человека в условиях автономного существования и особенности взаимодействия человека с окружающей средой. Теоретические основы способов выживания человека в условиях автономного существования и способы обеспечения безопасности в туризме. Актуальные проблемы безопасного существования человека в условиях автономного существования и организации туристических мероприятий</p> <p>Уметь: критически оценивать и интерпретировать научный опыт в области обеспечения безопасности детей при проведении туристских мероприятий. Систематизировать и тестировать полученную информацию. Презентовать результаты научного исследования. Находить и анализировать информацию, связанную с культурно-просветительской работой</p> <p>Владеть: основами исследовательской деятельности в</p>

<p>на организм человека механических, химических, термических, биологических и психогенных поражающих факторов, при неотложных и критических состояниях. Нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности. Обеспечить охрану жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности. Использовать нормативные правовые документы в своей деятельности. Уметь грамотно применять практические навыки и обеспечивать безопасность в ситуациях, возникающих в учебном процессе, повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях ОПК-4.3. Владеть эмпирической проверкой научных теорий по способам выживания. Обладать способностью к принятию нестандартных решений при решении профессиональных задач. Методами определения нормативных уровней допустимых негативных воздействий на человека, навыками определения функционального состояния организма, применения методик сохранения и укрепления здоровья учащихся, формирования мотивации здорового образа жизни, предупреждения вредных привычек</p>	<p>профессиональной области, способами взаимодействия с различными субъектами педагогического процесса. Воспроизводить полученные знания. Исполнять поставленные профессиональные задачи.</p>
--	---

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			С Р С
					Л К	П З	Л Р	

						(С З)		
1	1.1	Основы аварийного выживания в дикой природе. Особенности автономного выживания в различных климатических условиях	Аварийные ситуации в природе, меры предупреждения и первоочередные действия Правила поведения в условиях автономного существования Характеристика климатогеографических условий Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях	30	4	4	0	22
2	2.1	Правила поведения при вынужденном автономном существовании. Ориентирование на местности с помощью табельных средств и приборов	Правила поведения при вынужденном автономном существовании Добыча пищи и воды в условиях автономного существования Добыча пищи и воды в условиях автономного существования Понятие «ориентирование» и географическая проекция. Виды табельных приборов и средств ориентирования	28	4	4	0	20
3	3.1	Психологические аспекты автономного выживания человека в природе. Первая помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания	Особенности формирования отношения к экстремальным ситуациям Психоэмоциональные реакции на экстремальную ситуацию Психические нарушения при остро возникших жизнеопасных ситуациях Рекомендации по сохранению здоровья в	26	2	2	0	22

			условиях дикой природы					
4	4.1	Организация, подготовка и проведение туристических походов Дальний и международный туризм – правовые аспекты безопасного поведения.	Общие подходы к организации туристских походов. Виды походов, классификация, степень сложности Обязанности должностных лиц при подготовке и проведении походов Дальний и международный туризм – правовые аспекты безопасного поведения Безопасность международного туризма	24	2	2	0	20
Итого				108	12	12	0	84

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	1.1. Аварийные ситуации в природе, меры предупреждения и первоочередные действия; 1.2. Факторы природной среды, воздействующие на человека в условиях автономного существования	Возможные аварийные ситуации, приводящие к автономному существованию, меры предупреждения и первоочередные действия . Воздействие атмосферы, воды, почвы на человека. Факторы выживания. Стрессоры выживания	2
	1.1	2.1. Характеристика климатогеографических условий 2.2.	Виды климатогеографических зон. Их характеристика. Возможности выживания в каждой из зон. Особенности автономного выживания в арктической зоне,	2

		Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях	тундре, лесотундре, лесной, пустынной, тропической зонах	
2	2.1	3.1 Правила поведения при вынужденном автономном существовании и 3.2 Добыча пищи и воды в условиях автономного существования	Правила поведения при вынужденном автономном существовании. Первоочередные действия Способы добыча пищи и воды в условиях автономного существования в различных климатических зонах	2
	2.1	4.1. Понятие «ориентирование» и географическая проекция 4.2. Виды табельных приборов и средств ориентирования	Способы ориентирования: по солнцу, луне, звездам, местным предметам, компасу, карте Компас: ориентирование с помощью компаса. Азимут, его определение Карта: виды карт, масштаб, условные обозначения ориентирование по карте	2
3	3.1	5.1. Особенности формирования отношения к экстремальным ситуациям 5.2. Психоэмоциональные реакции на экстремальную ситуацию Психические нарушения при остро возникших жизнеопасных ситуациях	Особенности формирования отношения к экстремальным ситуациям Виды реакций и нарушений Способы оказания помощи при острых психических реакциях и нарушениях в условиях автономного существования	1
	3.1	6.1.	Способы сохранения здоровья в	1

		<p>Рекомендации по сохранению здоровья в условиях дикой природы 6.2. Первая помощь при механической травмах, заболеваниях, отравлениях, укусах пресмыкающихся и насекомых</p>	<p>условиях дикой природы и выполнении туристских походов. Способы оказания первой помощи при механической травмах, заболеваниях, отравлениях, укусах пресмыкающихся и насекомых</p>	
4	4.1	<p>7.1. Общие подходы к организации туристских походов. Виды походов, классификация, степень сложности 7.2. Организация и проведение туристских походов. Обязанности должностных лиц при подготовке и проведении походов</p>	<p>Виды походов, классификация, степень сложности Организация и проведение туристских походов. Подбор группы, выбор маршрута, определение целей и задач похода, проведение похода.</p>	1
	4.1	<p>8.1. Дальний и международный туризм – правовые аспекты безопасного поведения 8.2. Безопасность международного туризма</p>	<p>Правовые аспекты при организации дальнего и международного туризма Основные опасности международного туризма и способы обеспечения безопасного отдыха в различных странах</p>	1

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	1.1. Факторы выживания человека в дикой природе 1.2. Виды средств и способы подачи сигналов бедствия	Характеристика факторов выживания человека в дикой природе Способы передачи сигналов бедствия с помощью радиотехнических, пиротехнических, визуальных, звуковых средств	2
	1.1	2.1. Особенности автономного существования в джунглях 2.2. Выживание в лесисто–болотистой местности 2.3. Особенности автономного выживания в арктических, субарктических зонах и условиях зимы 2.4. Особенности выживания в пустыне	Особенности автономного существования в джунглях Выживание в лесисто–болотистой местности Особенности автономного выживания в арктических, субарктических зонах и условиях зимы Особенности выживания в пустыне	2
2	2.1	3.1. Способы защиты от воздействия неблагоприятных факторов природной среды 3.2. Организация питания в условиях автономного выживания Голодание и его	Способы защиты от воздействия неблагоприятных факторов природной среды Способы добычи пищи в условиях автономного выживания Голодание и его переносимость	2

		переносимость		
	2.1	4.1. Приемы ориентирования при помощи табельных средств и приборов 4.2. Ориентирование без карты и компаса 4.3. Ориентирование по местным предметам 4.4. Использование визуальных и слуховых маркеров ориентировки	Ориентирование при помощи табельных средств и приборов Ориентирование без карты и компаса Ориентирование по местным предметам Использование визуальных и слуховых маркеров ориентировки	2
3	3.1	5.1. Адаптация к экстремальной ситуации 5.2. Психологическая помощь после ситуаций с высокой опасностью для жизни	Способы подготовки к условиям автономного существования Способы оказания психологической помощи после ситуаций с высокой опасностью для жизни	1
	3.1	6.1. Механические травмы. Температурная травма 6.2. Утопление 6.3. Реанимация 6.4. Укусы пресмыкающихся и насекомых 6.5. Отравления растительным и ядами Отравления	Способы оказания первой помощи при различных видах травм Способы оказания первой помощи при укусах и отравлениях	1

		продуктами питания и желудочно-кишечные заболевания 6.6. Простудные заболевания		
4	4.1	7.1. Организация привалов и ночлегов 7.2. Установка и оборудование палаток Виды палаток 7.3. Костры и очаги. Способы добычи огня 7.4. Виды простейших укрытий	Виды привалов и их организация. Обеспечение пожарной безопасности Виды палаток Способы установки палаток Виды костров и их назначение . Способы добычи огня Способы сооружения различных простейших укрытий в зимнее и летнее время	1
	4.1	8.1 Международный туризм – правовые аспекты безопасного поведения 8.2. Опасности международного туризма	Международный туризм – правовые аспекты безопасного поведения Опасности международного туризма. Безопасность международного туризма в различных странах	1

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)

1	1.1	Факторы выживания человека в дикой природе Особенности выживания в условиях вынужденной автономии на море	- подготовка электронных презентаций; - изготовление дидактических материалов; - составление конспекта (опорный конспект, конспект-план, текстуальный конспект и т.п.);	22
2	2.1	Стрессоры выживания Ориентирование по солнцу, солнцу и часам, луне, звездам, местным предметам. Признаки изменения погоды	- подготовка электронных презентаций; - решение ситуационных задач; - работа с электронными образовательными ресурсами; - составление вопросов различных типов по определенным темам (уточняющие, оценочные, практические, творческие вопросы, вопросы-интерпретации и т.п.);	20
3	3.1	Способы психологической помощи после ситуаций с высокой опасностью для жизни Опасные и ядовитые растения. Опасные и ядовитые пресмыкающиеся. Насекомые и животные	- подготовка электронных презентаций; - изготовление дидактических материалов; - составление конспекта (опорный конспект, конспект-план, текстуальный конспект и т.п.);	22
4	4.1	Разработка маршрута туристского похода Опасности международного туризма в конкретной стране	- подготовка электронных презентаций; - изготовление дидактических материалов; - составление конспекта (опорный конспект, конспект-план, текстуальный конспект и т.п.);	20

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### 5.1. Основная литература

#### 5.1.1. Печатные издания

1. 1.Безопасность жизнедеятельности: учебник / Михайлов Леонид Александрович [и др.]; под ред. Л. А.Михайлова. - 2-е изд., стер. - Москва: Академия, 2009 - 269 с. - (Высшее профессиональное образование). ISBN 978-5-7695-6190-0 : 217-80 2 Безопасность жизнедеятельности : учебник / под общ. ред. С. В. Белова. - 7-е изд., стер. - Москва: Высшая школа, 2007 - 615 с 3.Безопасность жизнедеятельности : учебник / под ред. Э.А. Арустамова. - 13-е изд., перераб. и доп. -Москва : Дашков и К, 2007 - 456 с.

#### 5.1.2. Издания из ЭБС

1. 1. Белов С.В.Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1: учебник / Белов Сергей Викторович; Белов С.В. - 5-е изд. - М. : Издательство Юрайт, 2017 – 350 с. Режим доступа <http://www.biblio-online.ru/book/BE25733B-DA70-478E-9D41-6850BAE40B12>; 2. Беляков Г.И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях:учебник / Беляков Геннадий Иванович; Беляков Г.И. - 3-е изд. - М.: Издательство Юрайт, 2017 - 354 -(Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-03180-5: 107.29. Режим доступа: <http://www.biblio-online.ru/book/67800A5A-D98A-488A-B843-EC6E3AAF5E87>

### 5.2. Дополнительная литература

#### 5.2.1. Печатные издания

1. 1. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Михайлов Леонид Александрович [и др.] ; под ред. Л. А. Михайлова. - Москва; Санкт-Петербург ; Нижний Новгород : Питер, 2007 - 301 с. 2. Бондин В.И. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / В. И. Бондин, Ю. Г. Семехин, О. Г.Бериев. - Москва : Дашков и К : Академцентр, 2008 - 349 с. ISBN 978-5-91131-732-4 : 196-00. 3. Буйленко В.Ф. Основы профессиональной деятельности в туризме и экотуризме: учебное пособие /Буйленко Виктор Фёдорович. - Ростов-на-Дону : Феникс; Краснодар: Неоглори, 2008 - 378с.: ил. - (Высшееобразование). ISBN 978-5-222-13939-4 : 220-00.

#### 5.2.2. Издания из ЭБС

1.

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
Основы военной службы Автор: Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А	<a href="https://patriotspost.moscow/patriotizm/osnovy-voennoj-sluzhby/">https://patriotspost.moscow/patriotizm/osnovy-voennoj-sluzhby/</a>

ЭБС «Троицкий мост»	<a href="http://www.trmost.com">http://www.trmost.com</a>
ЭБС «Консультант студента»	<a href="https://www.studentlibrary.ru/">https://www.studentlibrary.ru/</a>
ЭБС «Лань»	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>

## 6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## 8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Лекционные занятия целесообразно проводить с использованием мультимедийных презентаций, которые содержат слайды теоретического характера (положения нормативных документов) и практического характера (короткие видеофильмы о первой помощи, различных аварийных ситуациях в походе, на транспорте и т.д.).

Практические и семинарские занятия студентов планируется по принципу систематизации и углубления знаний учебного материала по разделам программы в форме конспектирования, подготовки отчетов, выполнения творческих заданий в виде презентаций.

При самостоятельном рассмотрении теоретических вопросов следует обратить внимание на нормативно-правовые документы, регламентирующие вопросы безопасности туризма.

При самостоятельном изучении федеральных законов целесообразно обращаться к нормативной базе, которая издана в развитие этих законов (постановления Правительства, ведомственные акты).

При рассмотрении вопросов о формах и методах классной и внеурочной работы по

формированию навыков защиты от опасных ситуаций в походе, отдыхе детей во внеклассное время, помимо рекомендуемой литературы, следует заняться самостоятельным поиском литературных источников по инновационным методам в педагогической практике.

Разработчик/группа разработчиков:  
Виктор Михайлович Арсентьев

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.