

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА



Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности  
/Шахов А.А./

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01.ДВ.02.01 Безопасный отдых и туризм

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

**Направленность (профиль):** Физическая культура и безопасность жизнедеятельности, Технология

**Квалификация (степень):** Бакалавр

**Форма обучения:** очная

**Институт:** Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

**Кафедра:** медицинских дисциплин и безопасности жизнедеятельности

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	5		
Семестр/триместр	A		

Лекции	18		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	36		
в т. ч. практическая подготовка	2		
Форма(ы) промежуточной аттестации	Зачет		
Контроль			
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	54		

**Всего часов:108**

**Трудоемкость: 3 зачетных единицы.**

Разработчик(и) рабочей программы:  
ст. преподаватель А.С. Артемов

## I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

### Цель изучения 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 изучения дисциплины:

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.

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

**Место дисциплины в структуре ОПОП:** реализуется в рамках вариативной части (части, формируемой участниками образовательных отношений) блока Б1. Дисциплины (модули)

### Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-8	Знать: - основы обеспечения безопасных и/или комфортных условий труда на рабочем месте;	Знает: - основные требования федеральных государственных образовательных стандартов, предъявляемые к организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями - концептуальные положения и требования к организации образовательного процесса в предметной области безопасности жизнедеятельности, определяемые ФГОС общего образования, особенности проектирования образовательного

		<p>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;</p> <p>- способы организации образовательной деятельности обучающихся при обучении основам безопасности жизнедеятельности.</p>
	<p>Уметь:</p> <p>- выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;</p>	<p>Умеет:</p> <p>- организовать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, применяя технологии инклюзивного образования;</p> <p>- проектировать элементы образовательной программы, рабочую программу учителя по основам безопасности жизнедеятельности, формулировать дидактические цели и задачи обучения и реализовывать их в образовательном процессе;</p> <p>- организовывать различные виды деятельности обучающихся в образовательном процессе; применять приемы, направленные на поддержание познавательного интереса</p>
	<p>Владеть:</p> <p>- действиями по предотвращению возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте и осуществлению спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий в случае</p> <p>- возникновения чрезвычайных ситуаций.</p>	<p>Владеет</p> <p>- умениями по планированию и проектированию образовательного процесса; методами обучения основам безопасности жизнедеятельности и современными образовательными технологиями;</p> <p>- умениями по организации разных видов деятельности обучающихся и приемами развития познавательного интереса.</p>
ПКС-2	<p>Знать:</p> <p>- закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания</p>	<p>Знает:</p> <p>- законы Российской Федерации по вопросам организации и</p>

	образования по дисциплине, соответствующей направленности (профилю) Физическая культура, Безопасность жизнедеятельности; - структуру, состав и дидактические единицы содержания школьного предмета по дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура, Безопасность жизнедеятельности;	обеспечения безопасности; знает факторы, обуславливающие возникновение чрезвычайных ситуаций; - характеристики опасностей социального, природного и техногенного происхождения и меры защиты от них;
	Уметь: - осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура, Безопасность жизнедеятельности в соответствии с дидактическими целями, возрастными особенностями обучающихся и требованиями ФГОС общего образования;	Умеет: - планировать, организовывать и применять методы комплексного обеспечения защиты обучающихся и коллектива образовательного учреждения в опасных и чрезвычайных ситуациях в процессе сотрудничества с другими педагогическими работниками и другими специалистами
	Владеть: - предметным содержанием дисциплины согласно направленности (профилю) Физическая культура, Безопасность жизнедеятельности; - умениями отбора вариативного содержания с учетом взаимосвязи урочной и внеурочной форм обучения дисциплине согласно направленности (профилю) Физическая культура, Безопасность жизнедеятельности	Владеет: - основными способами защиты жизни и здоровья обучающихся в различных условиях.

## II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

**с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу**

### Очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
1.	<b>Раздел 1. История развития туризма</b>	<b>60</b>	<b>10</b>	<b>20</b>		<b>30</b>
2.	Тема 1. Туризм международный	12	2	4		6
3.	Тема 2. Туризм Национальный	12	2	4		6
4.	Тема 3. История развития детского туризма	12	2	4		6
5.	Тема 4. Характеристика времен года в разных	12	2	4		6

	географических условиях					
6.	Тема 5. Основные типы климата	12	2	4		6
7.	<b>Раздел 2. Требования безопасности при организации путешествий и отдыха</b>	<b>48</b>	<b>8</b>	<b>16</b>		<b>24</b>
8.	Тема 9. Ориентирование на местности по карте.	12	2	4		6
9.	Тема 10. Подготовка и организация похода.	12	2	4		6
10.	Тема 11. Экстремальные состояния.	12	2	4		6
11.	Тема 12. Основы аварийного выживания в природе	12	2	4		6
12.	<i>Форма отчетности зачет</i>					
	в т.ч. практическая подготовка	2				
13.	<b>Итого за А семестр</b>	<b>108</b>	<b>18</b>	<b>36</b>		<b>54</b>
14.	<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>18</b>	<b>36</b>		<b>54</b>

**Очно-заочная форма обучения не реализуется**

**Заочная форма обучения не реализуется**

### **III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы, теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

#### **Типовой вариант контрольной работы**

##### **№1**

1. Классификация видов туризма и факторы, влияющие на него.
2. Ориентирование по местным предметам.
3. Типы компасов. Работа с компасом.

##### **№2**

1. Расскажите об использовании звуков, источников света, маркировки туристских маршрутов, следов человеческой деятельности для определения направления выхода.
2. Ориентирование в незнакомом городе.
3. Виды карт. Понятие масштаба.

##### **№3**

1. Назовите основные способы подачи сигналов бедствия днем, ночью.

2. Расскажите о способах подачи сигналов бедствия с помощью костров.
3. Расскажите о способе подачи сигналов с помощью зеркала.

### **Примерная тематика рефератов**

1. Экстремальные условия и экстремальные ситуации в природе: факторы, определяющие успех выживания в природе.
2. Основные факторы стресса, способы их преодоления.
3. Основы адаптации существования в различных климатогеографических условиях и в условиях Тюменской области.
4. Виды подачи сигналов бедствия.
5. Ориентирование на местности. Карта и типы карт.
6. Способы ориентирования по местным признакам.
7. Определение направления и движения по азимуту, определение, отсчёт, назначение.
8. Простейшие приёмы измерения, оценка расстояния на местности.
9. Организация убежищ и укрытий, выбор места, планы укрытий. Основные требования к временному укрытию.
10. Костёр, основные принципы обращения с ним. Типы костров и их организация. Виды костров. Меры безопасности при использовании.
11. Питьевой режим и добывание воды. Правила пользования природными водоисточниками.
12. Питание и добывание пищи. Основные источники пищи, определение пригодности их к употреблению в пищу.
13. Основные правила безопасности при употреблении растительной и животной пищи.
14. Организация, подготовка и проведение турпоходов. Разработка маршрутов.
15. Комплектование и организация группы. Подготовка снаряжения, комплектование аптечки.
16. Составление сметы и рациона, режим походной жизни.
17. Организация движения, чередования нагрузки и отдыха.
18. Личная гигиена в походе. Контроль за самочувствием членов отряда. Психологический климат в группе.
19. Проведение предпоходного инструктажа. Подведение итогов. Оформление дневника путешествия.
20. Опасности для здоровья в походе. Их профилактика и первая медицинская помощь.
21. Паспортные, таможенные, валютные формальности и визовые правила.
22. Правила поведения туриста в зарубежной поездке.
23. Санитарно-эпидемиологические правила в международных путешествиях

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме зачета, экзамена, КП с использованием следующих оценочных материалов: *перечень вопросов к зачету, перечень вопросов экзамену, примерная тематика КП.*

### **Вопросы к зачету**

#### **(А семестр, очная форма обучения)**

1. Меры безопасности при передвижении по пересеченной местности.
2. Виды отдыха и туризма, позволяющие реализовать потребности человека в полноценном отдыхе.
3. Личная безопасность отдыхающих за границей.
4. Методика организации и проведения туристских походов с детьми.
5. Общие требования к участникам и руководителю туристских маршрутов.
6. Объективные и субъективные опасности во время прохождения туристских маршрутов.
7. Определение своего местоположения по местным признакам.
8. Организация движения на туристском маршруте.
9. Основные топографические знаки: рельеф, растительность, водоемы, искусственные сооружения, дороги, тропы.
10. Признаки и меры безопасности при угрозе террористического акта.
11. Профилактика возможных заболеваний на отдыхе и в походных условиях.
12. Регулирование туристской деятельности в Российской Федерации.
13. Система оказания помощи туристам при аварийных ситуациях в условиях природной и городской среды.
14. Правовые нормы туризма. Права и обязанности туриста в России и за рубежом.
15. Туристская индустрия, ее особенности и структура.
16. Особенности формирования, продвижения и реализации туристского продукта.
17. Понятие и основные функции туризма.
18. Принципы классификации туризма.
19. Особенности развития туризма в РФ на современном этапе.
20. Природные, исторические, социально-культурные и иные объекты как туристские ресурсы.
21. Характеристика одного из туристских регионов РФ (на выбор студента)
22. Природно-климатические условия развития туризма.

## **IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4.1. Основная литература**

1. Безопасный отдых и туризм : учебное пособие для вузов / Г. М. Суворова [и др.] ; ответственный редактор Г. М. Суворова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2019. - 195 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11091-

3. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://www.urait.ru/bcode/513523> (дата обращения: 20.03.2022).

2. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности: учебное пособие для вузов/ Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2023. - 212 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-09592-0. - Текст: электронный// Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/513411> (дата обращения: 15.03.2022).

#### 4.2. Дополнительная литература

1. Вайндорф-Сысоева, М. Е. Организация летнего отдыха детей и подростков: учебное пособие для среднего профессионального образования / М. Е. Вайндорф-Сысоева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: Издательство Юрайт, 2022. - 166 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-07200-6. - Текст: электронный// Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/491378> (дата обращения: 20.03.2022).

### V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Инфоурок: образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеоуроки и другие материалы по предметам школьной программы.	Свободный доступ
2	<a href="https://www.vniigochs.ru">https://www.vniigochs.ru</a>	Всероссийский научно-исследовательский институт по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций МЧС России	Свободный доступ

### VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	<a href="http://www.biblioclub.ru">http://www.biblioclub.ru</a>	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ
----	---	--	---

			к сети Интернет
2.	<a href="http://www.garant.ru">www.garant.ru</a>	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	<a href="http://www.elibrary.ru">www.elibrary.ru</a>	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ
4.	<a href="http://www.consultant.ru">www.consultant.ru</a>	Российская компьютерная справочно-правовая система	Свободный доступ

## **VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

## **VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.