

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Гаскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор	МИНОВ НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)	
Дата подписания: 20.05.2025 00:39:37 Уникальный программный ключ (специальности) 49.03.03	Рабочая программа дисциплины "Теория выживания в экстремальных средах" по направлению подготовки "49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм" направленности (профилю) Экскурсионная и инструкторская деятельность ФГБОУ ВО «ЧелГУ»	стр. 1

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Теория выживания в экстремальных средах

Направление подготовки (специальность)

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Направленность (профиль)

Экскурсионная и инструкторская деятельность

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2024

***Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Челябинск 2024 г.



Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
 - 6.1. Перечень видов оценочных средств
 - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
 - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
 - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
 - 7.1. Рекомендуемая литература
 - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
 - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины: формирование знаний о правилах безопасного поведения в природных условиях.

Задачи:

-актуализировать изучение теоретических и практических основ безопасного поведения в природных условиях, в том числе на воде;

-обеспечить формирование осведомленности: информационной, коммуникативной, кооперативной и проблемной;

-расширить образовательные возможности учащихся в общеразвивающей направленности;

-создать условия для усвоения принципов и подходов безопасного поведения в различных условиях;

-сформировать систему знаний, умений и практических навыков по применению в жизни

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП: К.М.03.03

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Первая доврачебная помощь

Общая и специальная гигиена

Безопасность жизнедеятельности

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Спортивный туризм

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОПК-6: Способен в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь

Знать:

Демонстрирует знание основ безопасности жизнедеятельности, профилактики травматизма при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью, правил оказания первой доврачебной помощи.

Уметь:

Осуществляет соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1 Знать:

3.1.1 основы безопасности жизнедеятельности, профилактики травматизма при занятиях физкультурно-спортивной деятельностью, правил оказания первой доврачебной помощи.

3.2 Уметь:

3.2.1 Соблюдать технику безопасности, осуществлять профилактику травматизма в процессе физкультурно-спортивной деятельности

3.3 Владеть:

3.3.1 Способностью обеспечивать создание и поддержание безопасных условий жизнедеятельности, соблюдать технику безопасности, оказывать первую помощь в процессе физкультурно-спортивной деятельности.



4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость	2 ЗЕТ
Часов по учебному плану : 72 в том числе : аудиторные занятия : 48 самостоятельная работа : 19,1 : контактная работа: 52,9 ИКР: 4,9	Виды контроля в семестрах: зачеты 3

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Кварт	Часов	Литература
Раздел 1. Лекции				
1.1	Природно-средовые факторы. Экологические факторы. Материально-технические факторы. Психология выживания. Антропологические факторы. Стрессоры выживания. Воспитание волевых качеств. Воспитание лидерских качеств. /Лек/	3	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.2	Общая физическая подготовка (ОФП). ОФП. Сила. ОФП. Быстрота. ОФП. Выносливость. ОФП. Гибкость. ОФП. Ловкость. Самозащита. Общие принципы. /Лек/	3	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.3	Предупреждение травматизма. Самозащита. Классификация приемов. Самозащита. Стойки и перемещения. Самозащита. Освобождение от захватов рук. Самозащита. Освобождение от захватов ног. Самозащита. Освобождение от захватов туловища. Самозащита. Удары руками. Самозащита. Удары ногами. Самозащита. Болевые приемы на руки. Самозащита. Болевые приемы на ноги. Самозащита. Броски. Самозащита от предметов (палки). Самозащита от ножа. Самозащита от пистолета Самозащита от длинноствольного оружия. Самозащита. Специальные приемы и действия. Подручные средства. Самозащита. Юридическая ответственность. /Лек/	3	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.4	Первая помощь. Принципы оказания. Первая помощь. Остановка кровотечения. Первая помощь. Травмы Первая помощь. Укусы. Первая помощь. Ожоги. Первая помощь. Обморожения. Первая помощь. Техника реанимации. Первая помощь. Транспортировка пострадавшего. Первая помощь. Аптечка. /Лек/	3	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6



1.5	Основы ориентирования. Если потеряна ориентировка. Азимут. Движение по карте. Электронная навигация /Лек/	3	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.6	Безопасность в домашней среде. Безопасность в общественном транспорте. Безопасность на дорогах. Снаряжение в путешествии. Личное. Снаряжение в путешествии. Групповое. Носимый аварийный запас. Водно-солевой режим. Питание в экстремальных условиях. /Лек/	3	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.7	Организация стоянки, полевого лагеря. Укрытия. Лагерный быт. Костры. Способы приготовления пищи. Гигиена в экстремальных условиях. Способы передвижения пешком. Темп и продвижение. Привалы. /Лек/	3	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
1.8	Преодоление водной преграды. Преодоление болот. Движение ночью. Водное путешествие. Выживание в горах. Выживание в тропиках. Выживание в пустыне. Выживание на море. Выживание зимой. /Лек/	3	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
Раздел 2. Практические занятия				
2.1	Предупреждение травматизма. Самозащита. Классификация приемов. Самозащита. Стойки и перемещения. Самозащита. Освобождение от захватов рук. Самозащита. Освобождение от захватов ног. Самозащита. Освобождение от захватов туловища. Самозащита. Удары руками. Самозащита. Удары ногами. Самозащита. Болевые приемы на руки. Самозащита. Болевые приемы на ноги. Самозащита. Броски. Самозащита от предметов (палки). Самозащита от ножа. Самозащита от пистолета Самозащита от длинноствольного оружия. Самозащита. Специальные приемы и действия. Подручные средства. Самозащита. Юридическая ответственность. /Пр/	3	8	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
2.2	Первая помощь. Принципы оказания. Первая помощь. Остановка кровотечения. Первая помощь. Травмы Первая помощь. Укусы. Первая помощь. Ожоги. Первая помощь. Обморожения. Первая помощь. Техника реанимации. Первая помощь. Транспортировка пострадавшего. Первая помощь. Аптечка. /Пр/	3	8	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6



Раздел 3. Самостоятельная работа				
3.1	Организация стоянки, полевого лагеря. Укрытия. Лагерный быт. Костры. Способы приготовления пищи. Гигиена в экстремальных условиях. Способы передвижения пешком. Темп и продвижение. Привалы. Преодоление водной преграды. Преодоление болот. Движение ночью. Водное путешествие. Выживание в горах. Выживание в тропиках. Выживание в пустыне. Выживание на море. Выживание зимой. Нормативные документы (безопасное путешествие). /Ср/	3	19,1	Л1.1Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.5 Л2.6 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6
Раздел 4. ИКР				
4.1	Индивидуальные консультации. Текущий контроль /ИКР/	3	4,9	

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Перечень видов оценочных средств

1. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую (ФО и/или СМ) среду.
2. Письменная работа (реферат).
3. Зачёт

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

В рамках текущего контроля в течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, учитывается вовлечённость в ФО и/или СМ среду в семестре, письменная работа (реферат), результаты прохождения тестирования по теории в форме зачета

1. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую среду
Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов
2. Темы для письменной работы (реферат) по дисциплине
 - 1 Основы аварийного выживания в дикой природе. Особенности автономного выживания в различных климатических условиях
 - 2 Правила поведения при вынужденном автономном существовании. Ориентирование на местности с помощью табельных средств и приборов
 - 3 Психологические аспекты автономного выживания человека в природе. Первая помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания
 - 4 Организация, подготовка и проведение туристических походов Дальний и международный туризм – правовые аспекты безопасного поведения.
 - 5 Самозащита. Классификация приемов.
 - 6 Самозащита. Стойки и перемещения.
 - 7 Самозащита. Освобождение от захватов рук.
 - 8 Самозащита. Освобождение от захватов ног.
 - 9 Самозащита. Освобождение от захватов туловища.
 - 10 Самозащита. Удары руками.
 - 11 Самозащита. Удары ногами.
 - 12 Самозащита. Болевые приемы на руки.
 - 13 Самозащита. Болевые приемы на ноги.
 - 14 Самозащита. Броски.
 - 15 Самозащита от предметов (палки).



- 16 Самозащита от ножа.
- 17 Самозащита от пистолета
- 18 Самозащита от длинноствольного оружия.
- 19 Самозащита. Специальные приемы и действия. Подручные средства.
- 20 Самозащита. Юридическая ответственность.
- 21 Первая помощь. Принципы оказания.
- 22 Первая помощь. Остановка кровотечения.
- 23 Первая помощь. Травмы
- 24 Первая помощь. Укусы.
- 25 Первая помощь. Ожоги.
- 26 Первая помощь. Обморожения.
- 27 Первая помощь. Техника реанимации.
- 28 Первая помощь. Транспортировка пострадавшего.
- 29 Первая помощь. Аптечка.
- 30 Основы ориентирования.
- 31 Если потеряна ориентировка.
- 32 Азимут. Движение по карте.
- 33 Электронная навигация.
- 34 Безопасность в домашней среде.
- 35 Безопасность в общественном транспорте.
- 36 Безопасность на дорогах.
- 37 Снаряжение в путешествии. Личное.
- 38 Снаряжение в путешествии. Групповое.
- 39 Носимый аварийный запас.
- 40 Водно-солевой режим.
- 41 Питание в экстремальных условиях.
- 42 Организация стоянки, полевого лагеря. Укрытия.
- 43 Лагерный быт.
- 44 Костры.
- 45 Способы приготовления пищи.
- 46 Гигиена в экстремальных условиях.
- 47 Способы передвижения пешком.
- 48 Темп и продвижение.
- 49 Привалы.
- 50 Преодоление водной преграды.
- 51 Преодоление болот.
- 52 Движение ночью.
- 53 Водное путешествие.
- 54 Выживание в горах.
- 55 Выживание в тропиках.
- 56 Выживание в пустыне.
- 57 Выживание на море.
- 58 Выживание зимой.

6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Оценочные средства для промежуточной аттестации представлены анализом вовлеченности в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую (ФО и/или СМ) среду, опросом уровня теоретических знаний по дисциплине (зачет).

А. Вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и/или спортивно-массовую среду

Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов

Б. Примерный перечень вопросов к зачёту.

Тестовые вопросы

Вариант 1.

1. Дополни предложение.

Выживание человека – это...

а. активное существование в среде себе подобных;

б. способ существования белковых тел;

в. активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных



условиях;

- г. Активная деятельность, направленная на улучшение качества жизни и здоровья человека в повседневных условиях.
2. При каких условиях принимается решение остаться на месте аварии?
- а. местонахождение ближайшего населённого пункта примерно известно, расстояние до него не далеко.
б. место происшествия не определено, местность неизвестная и малопроезжая.
в. сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;
г. Большая часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм;
д. нет связи только в течении трёх суток.
3. Какие факторы необходимо учесть при оборудовании временного жилища (укрытия)?
- а. наличие по близости населённого пункта, где можно взять материалы и инструменты;
б. температуру воздуха и насекомых;
в. наличие материалов, необходимых для строительства укрытия, и продолжительность предполагаемой стоянки;
г. количество и физическое состояние потерпевших бедствие.
4. Для чего предназначается жаровой костёр?
- а. для оповещения и обогрева лагеря;
б. для приготовления большого количества пищи;
в. для просушки вещей;
г. для согревания людей, если они ночуют у костра.
5. Что может послужить основными источниками пищи в условиях автономного выживания?
- а. насекомые и их личинки;
б. дикорастущие съедобные растения, водоросли, грибы;
в. пища животного происхождения;
г. крупные волосатые гусеницы и черви.
6. Вам предстоит устраиваться на ночлег в снежной пещере. В туристской группе 10 человек. Сколько пещер необходимо выкопать:
- а одну
б две
в три
г четыре
д пять
7. Что, по Вашему мнению, является явным признаком холодового повреждения у человека:
- а дрожь
б посинение губ
в побеление кожи
г отсутствие дрожи
8. Выберите и отметьте правильные утверждения для продолжения следующей фразы:
При острой боли в животе следует...:
- а уложить больного и обеспечить ему покой
б положить на живот тепло
в принять болеутоляющее средство
г пить воду
д положить на живот холод
е поставить больному клизму или дать слабительное
9. Чем растирать отмороженные участки кожи:
- а спиртом
б снегом
в шерстяной варежкой
г рукой
д растирать не следует.
10. Какой знак Международной кодовой таблицы воздушных сигналов показывает, что нужна пища и вода?
- а X L
б Y
в K
г F
д П
11. При вынужденном движении по тонкому льду необходимо выдерживать интервал между участниками не менее:
- а 2 м
б 10 м



г 20 м

д 30 м

е 40 м

ж 50 м

12. Каких в соответствии с классификацией видов болот не бывает:

а малопроеходимых

б проходимых

в труднопроходимых

г непроходимых

д верховых

13. Как наиболее безопасно держать шест туристу при переправе вброд:

а вверх по течению

б вниз по течению

в безразлично как

14. Отметьте признаки улучшения погодных условий:

а Солнце садится в сплошной слой перистых облаков

б Утро ясное

в При закате солнца на западе видны полосы перистых облаков, которые кажутся выходящими из одной точки горизонта

г Ветер к вечеру усиливается

д Ночью тихо и прохладно. В лесу значительно теплее, чем в поле

е На небе одновременно видны облака всех ярусов: кучевые, волнистые, перистые

ж Ветер к вечеру стихает. На закате заря золотистая

з Утром появляются кучевые облака, которые растут и к полудню принимают форму высоких башен или гор

и Навстречу солнцу широко раскрываются венчики полевого вьюна

к Луна садится при чистом небе

л Дым стелется по земле

м С утра цветы одуванчика не раскрываются

Вариант 2.

1. Что необходимо сделать потерпевшему бедствие при аварии транспортного средства в первую очередь?

а. не следует что-либо предпринимать до приезда спасателей;

б. перебраться в безопасное место. А также оказать первую медицинскую помощь пострадавшему;

в. покидая транспортное средство, взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования;

г. Сориентироваться на местности и уточнить своё местонахождение, а при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие.

2. При каких условиях принимается решение об уходе с места аварии?

а. когда точно известно местонахождение ближайшего населённого пункта, расстояние до него не велико и состояние здоровья людей позволяет преодолеть его;

б. когда примерно известно местонахождение ближайшего населённого пункта, расстояние до него точно не определено и состояние здоровья большинства людей позволяет преодолеть небольшое расстояние;

в. когда возникла непосредственная угроза жизни (лесной пожар, разлом ледяного поля, наводнение);

г. Когда люди не обнаружены спасателями на данном месте из-за густой растительности;

в течении трёх суток нет связи;

д. когда авария произошла на малознакомой и труднопроходимой местности.

3. Какие известны основные способы ориентирования на местности?

а. по памяти;

б. по растениям;

в. по небесным светилам;

г. По компасу;

д. по местным признакам.

4. Как правильно закончить фразу: «Чтобы выжить в пустыне ...»

а необходимо находиться в дневное время в песчаной пещере или под тенью тента

б следует использовать для защиты головы от солнца легкие головные уборы в надо пить часто, но очень маленькими порциями

г совершать переход и активные действия нужно в дневное время

д надо при малом количестве воды и большом количестве пищи много есть

е рекомендуется курить и пить алкогольные напитки

ж следует защитить участки с нежной кожей от прямых солнечных лучей

5. Отметьте виды костров используемых для варки пищи при небольшом количестве дров



- а Таежный
б Полинезийский
в Звездочка
г Шалаш
д Нодья
е Шалаш двухскатный
ж Колодец
6. Отметьте, что необходимо сделать, если у человека тяжелое холодовое повреждение:
а дать теплый, сладкий чай
б обеспечить дыхание пострадавшего теплым воздухом
в сделать растирание кожи
г дать алкоголь
д поместить пострадавшего в горячую воду (40-50 °С)
е заставить пострадавшего двигаться
ж раздеть и обложить его кусками ткани, смоченными в горячей воде
з снять одежду и переодеть пострадавшего в сухую, более теплую
и посадить его близко к огню
7. Выберите и отметьте правильные утверждения для продолжения следующей фразы:
При переломе костей конечностей необходимо...:
а снять одежду и обувь с поврежденной конечности
б попытаться сопоставить отломки костей
в наложить шину из палок, прутьев, пучков камыша
г зафиксировать шину в месте, где выступает кость
д придать конечности возвышенное положение
е приложить холодный компресс
ж при открытом переломе наложить на рану асептическую повязку
8. Какой знак Международной кодовой таблицы воздушных сигналов показывает, что пострадавшие не могут двигаться?
а Х
б L
в Y
г K
д F
е П
9. Средством для сигнализации в ясный солнечный день для обнаружения с вертолета терпящей бедствие туристской группы может служить:
а дымовой сигнальный костер
б свет электрического фонарика
в яркий костер
г свист
д полоски фольги
е крик
ж яркая одежда пострадавших
з ветки деревьев
и обертка от шоколада
к зеркало
л сигналы международной кодовой системы
м консервная банка
10. К основным стрессорам выживания относятся все ниже перечисленные, кроме:
а боль
б холод
в жара
г переутомление
д возбуждение
11. Как следует действовать группе во время пурги, если необходимо идти вперед по равнинной местности а выслать часть группы для тропления лыжни. Остальным, не теряя времени, сворачивать лагерь и по проложенной лыжне быстро догонять ушедших вперед
б двигаться всем вместе, имея постоянную связь между участниками
в идти вперед парами со страховкой по мере готовности двоек
12. Какой крутизны склон наиболее лавиноопасен:



а 50 – 80 градусов

б до 25 градусов

в 25 – 50 градусов

13. Туристская группа организовала переправу реки в брод стенкой. Куда поставить самого низкорослого участника:

а снизу по течению

б сверху по течению

в в середину стенки

14. Отметьте признаки ухудшения погодных условий:

а Солнце садится в сплошной слой перистых облаков

б Утро ясное

в При закате солнца на западе видны полосы перистых облаков, которые кажутся выходящими из одной точки горизонта

г Ветер к вечеру усиливается

д Ночью тихо и прохладно. В лесу значительно теплее, чем в поле

е На небе одновременно видны облака всех ярусов: кучевые, волнистые, перистые

ж Ветер к вечеру стихает. На закате заря золотистая

з Утром появляются кучевые облака, которые растут и к полудню принимают форму высоких башен или гор

Темы докладов, сообщений

1. Способы оказания первой помощи при температурной травме. Профилактика обморожений.

2. Способы оказания первой помощи при утоплении. Спасение утопающих

3. Способы оказания первой помощи при укусах пресмыкающихся и насекомых

4. Способы оказания первой помощи при отравлениях растительными ядами

5. Профилактика простудных заболеваний. Обеспечение личной гигиены в условиях

автономного существования

6. Способы добычи воды

7. Способы добычи пищи

8. Способы добычи огня. Виды костров

9. Способы оборудования простейших укрытий различное время года

10. Способы оказания первой помощи при механической травме

11. Способы транспортировке пострадавших в условиях автономного существования

12. Типичные психические реакции при катастрофах.

13. Первичные реакции на экстремальную ситуацию.

14. Алгоритм помощи при возникновении непродуктивных реакций на экстремальную ситуацию.

15. Основные методы самопомощи в стрессе..

16. Основные причины, осложняющие лечение заболеваний в условиях природы.

17. В чём состоит оказание первой помощи при механической травме?

18. Перечислите четыре основных этапа оказания помощи.

19. Перечислите основные виды туризма.

20. Назовите степени сложности и категории сложности туристских походов?

10. Организация и проведение туристских походов

Темы презентаций

1. Виды туристского снаряжения для различных видов туризма (пешеходный, горный, водный и т. д.) с учетом степени сложности и категоричности.

2. Безопасность дальнего и международного туризма. Характерные опасности для различных регионов мира, стран и туристических объектов

3.2. Оценочные средства промежуточной аттестации

В данном разделе представляются теоретические вопросы (для оценки знаний), типовые контрольные задания (для оценки умений), типовые практические задания (для оценки навыков и (или) опыта деятельности).

1. Перечень теоретических вопросов (для оценки знаний):

Вопросы к экзамену по дисциплине

1. Какие виды факторов выживания вы знаете?

2. Какова роль антропологических факторов в обеспечении безопасности жизнедеятельности человека?

3. Какова роль материально–технических факторов в обеспечении безопасности жизнедеятельности человека?

4. Каков характер воздействия природно–средовых факторов на человека при автономном существовании в природной среде?

5. Каково воздействие экологических факторов на человека при автономном



существовании в природной среде?

6. Что такое «стрессоры выживания»? Каково их влияние на состояние человека?
7. Каковы первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортного средства?
8. Каковы первоочередные действия попавших в экстремальные условия на природе?
9. Что необходимо знать (определить), чтобы правильно оценить обстановку для принятия решения о дальнейших действиях попавших в экстремальную ситуацию?
10. Перечислите правила безопасного поведения при уходе с места происшествия.
11. Перечислите правила безопасного поведения при ожидании помощи на месте происшествия.
12. Какие мероприятия включаются в план действий по организации временного лагеря?
13. Каковы роль и задачи руководителя группы в условиях вынужденного автономного существования?
14. Перечислите основные требования к временным укрытиям.
15. В каких местах не рекомендуется строить укрытия?
16. Какие факторы влияют на выбор типа укрытия?
17. Какими естественными укрытиями можно воспользоваться для организации ночлега в экстремальной ситуации?
18. Что может послужить простейшим укрытием в теплое время года?
19. Каким образом можно переночевать под навесом при низких температурах?
20. Какие укрытия и как можно построить из снега?
21. В чем заключается проблема голодания в условиях вынужденного автономного существования?
22. Каковы основные источники пищи в условиях выживания?
23. Как определить пригодность растения к употреблению в пищу?
24. Какие части деревьев можно использовать в пищу?
25. По каким признакам можно определить съедобные и несъедобные грибы?
26. Назовите и охарактеризуйте ядовитые растения.
27. Как можно приготовить снасти для рыбалки из подручных и природных средств?
28. В каких местах и в какое время удобнее ловить рыбу?
29. Перечислите основные способы ловли рыбы.
30. Перечислите простейшие способы добычи пищи охотой.
31. Расскажите об основных способах приготовления пищи в условиях вынужденного автономного существования.
32. Каким образом можно изготовить посуду и приспособления для приготовления и принятия пищи в условиях вынужденного автономного существования?
33. Назовите основные правила поведения в джунглях.
34. Как необходимо выбирать место для стоянки в джунглях?
35. Назовите основные способы добывания воды в джунглях.
36. Назовите основные источники пищи при автономном выживании в лесисто-болотистой местности.
37. Перечислите меры по профилактике заболеваний в условиях автономного выживания в лесисто-болотистой местности.
38. Назовите основные правила поведения в арктической зоне.
39. Какие негативные факторы наиболее сильно влияют на здоровье человека в условиях Арктики?
40. Назовите основные правила передвижения в пустыне.
41. Перечислите основные способы добывания воды в пустыне.
42. В каких количествах можно употреблять морскую воду?
43. Перечислите основные действия терпящих кораблекрушение.
44. Перечислите факторы, влияющие на восприятие человеком ситуации как высокоопасной.
45. Какова роль мотивационно-потребностной сферы в формировании реакции на экстремальную ситуацию?
46. Перечислите типичные психические реакции при катастрофах.
47. Дайте характеристику психическому напряжению и его влиянию на поведение в экстремальных ситуациях.
48. Охарактеризуйте первичные реакции на экстремальную ситуацию.
49. Опишите алгоритм помощи при возникновении непродуктивных реакций на экстремальную ситуацию.
50. Дайте характеристику основным методам самопомощи в стрессе.
51. Назовите основные причины, осложняющие лечение заболеваний в условиях природы.
52. Перечислите профилактические мероприятия, предупреждающие тепловой удар.
53. Раскройте содержание профилактических мероприятий и первой помощи при снежной слепоте.
54. Назовите основные виды механических травм.
55. Как оказывается первая медицинская помощь при механической травме?
56. По каким критериям определяется тяжесть ожогов у человека?
57. Опишите порядок первой медицинской помощи при отморожении.
58. Перечислите основные виды утоплений.
59. Раскройте последовательность проведения реанимации.
60. Опишите механизм действия змеиного яда.



61. Как оказывается первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей и насекомых?
62. Перечислите ядовитые растения, наиболее часто встречающиеся в умеренном климате.
63. В чем заключается профилактика острых отравлений растительными ядами?
64. Назовите основные виды табельных приборов и средств ориентирования.
65. Как осуществляется чтение карты?
66. Классифицируйте топографические карты.
67. Перечислите основные элементы рамочного оформления карты.
68. Как осуществляется оценка карты?
69. Раскройте порядок склеивания карты.
70. Перечислите способы измерения расстояний по карте.
71. Как осуществляется ориентирование на местности с помощью табельных средств и подручных предметов?
72. Перечислите основные виды туризма.
73. Назовите категории туристских походов.
74. Опишите порядок формирования туристских групп.
75. В чем заключается специфика определения цели и задачи туристского похода, а также выбора маршрута?
76. Раскройте содержание типового распорядка дня туристского похода.
77. В чем разница между привалами, дневками и ночлегом?
78. Каковы требования мер безопасности к привалам и ночлегам?
79. Опишите порядок установки палаток.
80. Какие бывают костры?
81. Как осуществляется выбор места и вид костра?
82. Перечислите основные виды простейших укрытий.

6.4. Критерии оценивания

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее 50 баллов из 100 возможных.

Критерием успешности освоения учебного материала по окончании учебного семестра является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение двигательными умениями и навыками, уровень физической подготовленности, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области физической культуры и спорта (тестирование проводится на бумажном носителе, время проведения теста 20 минут), глубину вовлеченности в ФО и/или СМ среду. Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объемов рабочей программы, успешности сдачи тестов общей физической или спортивной подготовки для отдельных групп спортивной или физкультурно-оздоровительной направленности.

А. Критерии оценивания вовлеченности в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую (ФО и/или СМ) среду
Максимальный балл за вовлеченность в физкультурно-оздоровительную и спортивно массовую среду – 40 баллов.

Описание шкалы оценивания:

36–40 баллов (отлично) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и организация спортивно-массового или физкультурно-оздоровительного мероприятия (выступление в качестве соорганизатора, волонтера); либо участие во Всероссийских и/или окружных соревнованиях.

28–35 баллов (хорошо) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях (в качестве судьи, помощника судьи, арбитра, непосредственного участника региональных и/или муниципальных соревнований, волонтера, комментатора соревнований и т.п.);

10–27 баллов (удовлетворительно) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и содействие в организации (опосредованно) либо в проведении (опосредованно) спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятий (в качестве журналиста, фотокорреспондента и т.п.).

Менее 10 баллов (неудовлетворительно) – участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятиях.

Б. Критерии оценивания результатов тестирования уровня теоретических и методических знаний в области физической культуры и спорта

Тест формируется на бумажном носителе. Максимальный балл за тест – 20 баллов.

Оценка Отлично/зачтено/ - 18–20 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - высокий

Оценка Хорошо/зачтено/ - 14–17 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - средний

Оценка Удовлетворительно/зачтено/ - 10–13 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - базовый



Оценка Неудовлетворительно/не зачтено - 0–9 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - низкий

Д. Критерии оценивания письменной работы (реферата) для студентов, временно освобождённых от практических занятий физической культуры и спортом

Максимальный балл за письменную работу – 30 баллов.

Оценивается умение найти в отечественной и зарубежной литературе, в том числе в сети Интернет и выделение наиболее важных и современных работ по теме реферата, структурирование изложения темы, а также уровень владения понятиями, качество представления работы, умение ответить на вопросы.

Оценка Отлично/зачтено/ - 25–30 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - высокий

Оценка Хорошо/зачтено/ - 20–24 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - средний

Оценка Удовлетворительно/ зачтено/ - 7–19 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - базовый

Оценка Неудовлетворительно/не зачтено - 0–6 баллов - Уровень освоения проверяемых компетенций - низкий

Критерии оценивания:

25–30 баллов - Знания отличаются глубиной и содержательностью, даны логично построенные, полные, исчерпывающие ответы на вопросы. Обучающийся демонстрирует способность к анализу положений существующих научных теорий, оперирует научными понятиями. Реферат иллюстрируется примерами из практики, подтверждающими теоретические положения.

20–24 баллов - знания имеют достаточный содержательный уровень; раскрыто содержание работы, однако имеются определенные затруднения в ответе на уточняющие вопросы.

В реферате имеют место несущественные фактические неточности. Недостаточно раскрыто содержание реферата.

7–19 баллов - знания имеют фрагментарный характер, имеются определенные неточности и погрешности в формулировках, возникают затруднения при ответе на уточняющие вопросы.

При ответе на вопросы обучающийся не может обосновать закономерности, принципы, объяснить суть явления.

Обучающимся допущены фактические ошибки.

Обучающийся продемонстрировал слабое умение формулировать выводы и обобщения, приводить примеры практического использования научных знаний.

0–6 баллов - не раскрыто содержание реферата, обнаружено незнание или непонимание сущности вопросов. Допущены существенные фактические ошибки при ответах на вопросы.

Обучающийся обнаруживает неумение оперировать научной терминологией, незнание положений существующих научных теорий. В ответе не приводятся примеры практического использования научных знаний. На большую часть вопросов преподавателя студент затрудняется дать ответ или дает неверные ответы. Из представления реферата видно, что студент слабо ориентируется в тексте.

Результаты промежуточной аттестации и уровни сформированности компетенций

При подведении итогов учитываются результаты текущей аттестации. Полученные за текущую аттестацию баллы, суммируются с баллами, полученными за каждый этап при прохождении промежуточной аттестации:

0–49 баллов – неудовлетворительно (не зачтено);

50–69 баллов – удовлетворительно (зачтено);

70–90 баллов – хорошо (зачтено);

91–100 баллов – отлично (зачтено).

Критерии оценивания обучающегося на экзамене

зачтено/

Оценка Критерии

«отлично».

Знание по дисциплине демонстрируется на фоне понимания в системе данной науки и междисциплинарных связей.

Полный, развернутый ответ на поставленный вопрос изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Показана совокупность осознанных знаний по дисциплине и возможность их применения в решении практических задач, доказательно раскрыты основные положения вопросов. В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные обучающимся самостоятельно в процессе ответа.

«хорошо».

Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии.

Обучающимся дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показаны глубокие знания теоретических вопросов. Умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи, проиллюстрировать



быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, указывающие на наличие несистематичности и пробелов в знаниях.

«удовлетворительно»

Знание основных положений теории при наличии существенных пробелов в деталях, испытывающим затруднения при практическом применении теории, допустившим существенные ошибки при ответе на вопросы. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Изложение полученных знаний неполное, однако, это не препятствует усвоению последующего программного материала. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправляемые с помощью преподавателя.

«неудовлетворительно»

Изложение учебного материала неполное, бессистемное, что препятствует усвоению последующей учебной информации; существенные ошибки. Обучающийся показал существенные пробелы в знаниях основных положений теории, не умеет применять теоретические знания на практике, не ответил на ряд вопросов преподавателя. Отсутствует представление о возможности применения знаний в решении практических задач. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Обучающимся допускаются грубые ошибки, не исправляемые даже с помощью преподавателя.

Уровни сформированности компетенций определяется следующим образом:

1. Высокий уровень сформированности компетенций соответствует оценке отлично, предполагает готовность к самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности:

- знание научно-практических основ физической культуры и спорта, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- знание правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;
- знание основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования;
- умение проявлять уважение к партнёрам по занятиям физической культуры и спортом;
- умение и владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и организация спортивно-массового или физкультурно-оздоровительного мероприятия (выступление в качестве организатора, волонтёра); либо участие во Всероссийских и/или Окружных соревнованиях.

2. Средний уровень соответствует оценке хорошо, предполагает формирование компетенций на менее высоком уровне:

- знание основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования и правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;
- владение недостаточными навыками выполнения базовых физических упражнений, физической выносливости, подготовленности организма к физическим нагрузкам;
- недостаточное умение и владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
- участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях (в качестве судьи, помощника судьи, арбитра, непосредственного участника региональных и/или муниципальных соревнований, волонтера, комментатора соревнований и т.п.).

3. Базовый уровень соответствует оценке удовлетворительно, предполагает формирование компетенций на начальном уровне:

- знание фрагментарного характера научно-практических основ физической культуры и спорта, способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- неуверенные знания правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;
- недостаточные знания основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования;
- умение проявлять уважение к партнёрам по занятиям физической культуры и спортом;
- опосредованное умение и владение средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных мероприятиях и содействие в организации (опосредованно) либо в проведении (опосредованно) спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятий (в качестве журналиста, фотокорреспондента и т.п.).

4. Низкий уровень соответствует оценке неудовлетворительно, не сформирован начальный уровень компетенций:

- незнание основных принципов составления комплексов физических упражнений для самосовершенствования и



правил работы в коллективе при решении задач физкультурно-оздоровительного или спортивного характера;
–отсутствие навыков выполнения базовых физических упражнений, физической выносливости, подготовленности организма к физическим нагрузкам;
– неумение владения средствами и методами физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
– участие в учебных и внеучебных спортивно-массовых или физкультурно-оздоровительных внутривузовских мероприятиях.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л1.1	Ветошкин А.Г.	Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие (https://znanium.com/catalog/document?id=433424)	Вологда : Инфра-Инженерия, 2023	ЭБС

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л2.1	Минаев В. Н., Ветров Л. С.	Выживание в экстремальных условиях: учебное пособие для подготовки бакалавров по направлению 250100 «лесное дело» (http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=45211)	Санкт-Петербург : СПбГЛТУ, 2013	ЭБС
Л2.2	Ревякин А. А., Ревякина Г. А., Иванов О. Н.	Автономное выживание человека: учебное пособие по специальности "Безопасность жизнедеятельности"	Шадринск : Издательство Шадринского пединститута, 2003	
Л2.3	Техтереков С.А.	Выживание в природной среде: учебное пособие (https://znanium.com/catalog/document?id=365970)	Железногорск : ФГБОУ ВО Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2019	ЭБС
Л2.4	Эмерсон К.	Выживание в дикой природе и экстремальных ситуациях по методике спецслужб: 100 ключевых навыков: практическое пособие (https://znanium.ru/catalog/document?id=441137)	Москва : ООО "Альпина нон-фикшн", 2018	ЭБС
Л2.5	Эмерсон К.	Выживание по методике спецслужб. 100 ключевых навыков: практическое пособие (https://znanium.ru/catalog/document?id=441164)	Москва : ООО "Альпина нон-фикшн", 2018	ЭБС
Л2.6	Беляков Г. И.	Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для спо (https://urait.ru/bcode/537858)	Москва : Юрайт, 2024	ЭБС

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU» - раздел "Журналы открытого доступа" (https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_free.asp) на 01.10.2018 г. содержит более 6000 научных журналов http://www.elibrary.ru http://www.elibrary.ru
Э2	Лекториум - просветительский проект: массовые открытые онлайн-курсы, открытый видеоархив лекций вузов России https://www.lektorium.tv https://www.lektorium.tv
Э3	Национальная электронная библиотека (НЭБ) (https://rusneb.ru/) Национальная электронная библиотека (НЭБ) : объединенный электронный каталог фондов российских библиотек : сайт. – URL: http://нэб.рф . – Режим доступа: из читальных залов библиотеки ЧелГУ. – Текст : электронный. (https://rusneb.ru/)
Э4	Центральная отраслевая библиотека по Физической культуре и спорту [Электронный ресурс] : [сайт] . - Режим доступа: http://lib.sportedu.ru http://lib.sportedu.ru



Э5	Юрайт [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Юрайт. – URL: https://biblio-online.ru https://biblio-online.ru
Э6	Университетская библиотека онлайн [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО Директмедиа Паблишинг. – URL: http://biblioclub.ru/ http://biblioclub.ru/

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

Adobe Connect Acrobat

LMS Moodle

Adobe Reader

WinDjView

ПО Kaspersky

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (<https://elibrary.ru/defaultx.asp?>) eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . – URL: <https://elibrary.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.
2. Консультант Плюс [Электронный ресурс] : справочно-правовая система : база данных / Регион. центр правовой информ. Информправо - <https://www.consultant.ru/>
3. Справочник «Информо» (<http://www.informio.ru/>) ИНФОРМИО : электронный справочник [обеспечение всех типов образовательных учреждений нормативными, методическими, научнопрактическими материалами]. – URL: <http://www.informio.ru/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей ЧелГУ. – Текст : электронный.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для реализации дисциплины используются учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Лекционные занятия проводятся в аудиториях, рассчитанных на 100 – 200 обучающихся с возможностью использования мультимедийного оборудования (мультимедийный проектор, проекционный экран, акустическая система, ПК для мультимедийного комплекса).

Используется электронный читальный зал научной библиотеки ЧелГУ для самостоятельной работы студента, оснащенный персональными компьютерами, мультимедийной аппаратурой. В аудитории обеспечен доступ к различной справочной литературе, энциклопедиям, библиографическим и полнотекстовым базам данных, информационным ресурсам «Интернет».

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В течение семестра для оценки знаний, умений, навыков, получаемых в ходе изучения дисциплины, применяется балльно-рейтинговая система оценки достижений студента. Для получения зачета студенту необходимо набрать не менее 60 баллов из 100 возможных.

При изучении данной дисциплины используются лекционные, практические занятия и самостоятельная работа студента. На лекционных занятиях преподаватель излагает основное содержание тем программы.

Критерием успешности освоения учебного материала по окончании учебного семестра является экспертная оценка преподавателя, учитывающая: владение двигательными умениями и навыками, и/или навыками составления комплексов упражнений оздоровительно-прикладной направленности, уровень физической подготовленности, уровень владения теоретическими и методическими знаниями в области прикладной и оздоровительной физической культуры (тестирование проводится на бумажном носителе или в системе дистанционного обучения Moodle, время проведения теста 25 минут), глубину вовлеченности в ФО и/или СМ среду. Экспертная оценка преподавателя может основываться на регулярности посещения обязательных учебных занятий, успешности выполнения установленных на данный семестр объемов рабочей программы, успешности сдачи тестов общей физической или спортивной подготовки для отдельных групп спортивной или физкультурно-оздоровительной направленности.

Перечень требований и тестов по каждому разделу, система их оценки в баллах разрабатываются кафедрой физического воспитания и спорта в структуре 100–балльной системы.

Формирование физической культуры студентов, освобожденных от практических занятий прикладной и оздоровительной физической культурой по состоянию здоровья на длительный срок или на весь период обучения по дисциплине, складывается из расширенного курса теоретической подготовки и самостоятельных занятий. Итогом теоретической подготовки является написание реферативной работы, защита которой происходит в период зачетной



сессии. В реферативной работе студент должен показать умение выявлять и формулировать актуальные для теории и практики физической культуры и спорта цели и задачи, анализировать учебную, научную и методическую литературу, материалы, отражающие практику физкультурно-спортивной деятельности, интерпретировать и оформлять результаты изучаемого материала, делать выводы и давать практические рекомендации по изучаемой теме.

Работа должна включать обоснование выбора темы и ее актуальность, постановку задач, обзор информационных источников, описание методов и результатов исследования, обсуждение полученных данных и библиографический указатель, приложения.

Объем работы должен быть 15–20 страниц стандартизированного текста компьютерной верстки, выполненный в соответствии с ГОСТом.

По согласованию с преподавателем допускается представление реферативной работы в электронном виде, в форме презентаций, видеофильмов, разрешается использование для подготовки работы Интернет-ресурсов с указанием полного URL-адреса первоисточника информации. Возможен самостоятельный выбор студентом темы реферативной работы, согласованной с преподавателем. При очевидных некорректных заимствованиях чужого текста в объеме свыше 40% контрольной работы, выявленных при использовании программы «анти-плагиат» преподаватель имеет право отказать обучающемуся в данной форме контроля.

Кроме этой работы студент выполняет предложенные ему тесты.

В случае применения при обучении дисциплины электронного обучения, дистанционных образовательных технологий общение обучающихся и преподавателя осуществляется в режиме реального времени (онлайн-лекции (вебинары), чаты, видеоконференции и др.) или отложенного времени (система дистанционного обучения Moodle, MSOffice365, форумы, электронная почта и др.).

Большую часть времени обучающиеся самостоятельно работают с учебно-методическими материалами. Студенты имеют возможность консультироваться с преподавателем по всем вопросам, возникающим в ходе самостоятельной работы посредством электронной почты, социальных сетей и т.п.

Доступ обучающегося к учебным ресурсам в режиме отложенного времени, самостоятельной работы осуществляется через сеть Интернет в удобном для него месте, времени и темпе.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение, дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Реализация дисциплины с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (далее – ЭО, ДОТ) осуществляется на основании «Положения о реализации основных и дополнительных образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Челябинский государственный университет», «Положения о порядке зачета обучающимися по основным профессиональным образовательным программам высшего образования в ФГБОУ ВО «ЧелГУ» результатов освоения в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик, дополнительных образовательных программ» посредством электронной информационно-образовательной среды ФГБОУ ВО «ЧелГУ». В исключительных случаях (форс-мажор и т.п.) при реализации образовательной деятельности с применением ЭО, ДОТ могут применять компоненты, не входящие в перечень электронной информационно – образовательной среды.

10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и голо информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося.

1. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения: портативный компьютер с вводом/выводом шрифтом Брайля с синтезатором речи «ElBraille-W14J G2»; ноутбуки с программой экранного доступа NVDA; электронные увеличители для удаленного просмотра; видеоувеличители портативные; тифлоплеер; цифровые диктофоны.

2. Мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями слуха: система свободного звукового поля со встроенной совместимостью с FM-устройствами; радиоклассы «Сонет-PCM» с передатчиком, заушным индуктором и индукционной петлей; система информационная для слабослышащих переносная «Исток» А2 со встроенным плеером – звуковым информатором; документ-камера; программируемые слуховые аппараты индивидуального пользования.

3. Ассистивные информационные технологии: программное обеспечение экранного доступа с синтезом речи NVDA; программы экранного увеличения; программы речевого синтеза для компьютеров и ноутбуков; программы речевого синтеза для мобильных устройств; экранная клавиатура; экранная лупа.



При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации NVDA, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах, с помощью специальных технических и программных средств (рабочее место для незрячего пользователя с программным обеспечением экранного доступа с синтезом речи NVDA, рабочее место с компьютерным роллером и клавиатурой CleVu с большими кнопками и с разделяющей клавиши накладкой).

Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме шрифтом Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий (Moodle, Adobe Connect Pro и пр.).

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья используется индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации направлены на индивидуализацию обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

- а) инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, в письменной форме шрифтом Брайля, устно с использованием услуг сурдопереводчика);
- б) доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в печатной форме шрифтом Брайля, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);
- в) доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Эти средства могут быть предоставлены ЧелГУ или могут использоваться собственные технические средства. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм, Направленность (профиль) Экскурсионная и инструкторская деятельность, Присваиваемая квалификация (степень) Бакалавр, рабочая программа по дисциплине «Теория выживания в экстремальных средах», Год(ы) набора 2024, Форма обучения очная

Проректор по учебной работе утверждено 21.02.2024 г. А.А. Саламатов

И. о. декана факультета
индустрии спорта и туризма согласовано С.Н. Талызов

Автор (составитель) В.Д. Иванов

Структура рабочей программы соответствует приказу ректора ФГБОУ ВО «ЧелГУ» от «13» апреля 2021 г. №247-1