

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Ганеев Винер Валиахметович  
Должность: Директор  
Дата подписания: 01.11.2023 10:30:04  
Уникальный программный ключ:  
fceab25d7092f3bfff743e8ad3f8d57fddc1f5e66

ФГБОУ ВО «УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»  
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ УУНиТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИКИ

Утверждено:  
на заседании кафедры физической культуры и спорта  
протокол № 4 от 21.11.2022 г.  
Зав. кафедрой подписано ЭЦП /Кругликова В.С.

Согласовано:  
Председатель УМК  
факультета педагогики  
подписано ЭЦП /Маштакова Л.Ю.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
для очной формы обучения**

Безопасный отдых и туризм  
*Часть, формируемая участниками образовательных отношений*

**программа бакалавриата**

Направление подготовки (специальность)  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) подготовки  
Физическая культура, Безопасность жизнедеятельности

Квалификация  
Бакалавр

Разработчик (составитель) <u>Старший преподаватель</u> (должность, ученая степень, ученое звание)	<u>подписано ЭЦП /Закиров И.М.</u> (подпись, Фамилия И.О.)
---	---

Для приема: 2019-2020 г.

Бирск 2022 г.

Составитель / составители: Закиров И.М.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры физической культуры и спорта протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры \_\_\_\_\_, протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Ф.И.О/

## Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций.....	4
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы.....	6
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся).....	6
4. Фонд оценочных средств по дисциплине .....	14
4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.....	14
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.....	17
4.3. Рейтинг-план дисциплины .....	26
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....	26
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.....	26
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины.....	27
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	27

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций**

По итогам освоения дисциплины обучающийся должен достичь следующих результатов обучения:

Категория (группа) компетенций (при наличии ОПК)	Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
	Способен использовать базовые научно-теоретические знания, практические умения и навыки по предмету для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования (ПК-1);	ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области
		ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области
		ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования
Безопасность жизнедеятельности	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной	УК-8.1. Знать методы создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности,	Знать способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества

	среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов (УК-8);	критерии сохранения природной среды, устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
	УК-8.2. Уметь создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Уметь оперировать знаниями о поддержании безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества	
	УК-8.3. Владеть навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Владеть навыками моделирования безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества	

## **2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Безопасный отдых и туризм» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре.

Цель изучения дисциплины: формирование у студентов знаний об опасных и экстремальных ситуациях в природной среде, об обеспечении безопасности туризма, порядке организации и проведении туристических походов; умений и навыков безопасного поведения и выживания в природных условиях разных климатических зон для проектирования и реализации образовательного процесса.

## **3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)**

ФГБОУ ВО «УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»  
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ УУНиТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИКИ

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины «Безопасный отдых и туризм» на 5 семестр

очная

форма обучения

<b>Вид работы</b>	<b>Объем дисциплины</b>
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	34.2
лекций	12
практических/ семинарских	22
лабораторных	0
контроль самостоятельной работы (КСР)	0
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) ФКР	0.2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СРС)	37.8
Учебных часов на подготовку к зачету (Контроль)	0

Форма контроля:

Зачет 5 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов:				Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		лекции,	практические занятия,	семинарские занятия,	лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)			
		Лек	П	Зч	СР С			
3 курс / 5 семестр								
1	Теоретические основы дисциплины безопасный отдых и туризм							
1.1	<p>Основные понятия и история развития путешествия и туризма</p> <p>1. Основные понятия дисциплины Безопасный отдых и туризм 2. Федеральный закон «Об основах туристской деятельности Российской Федерации». 3. Путешествие древних. Первооткрытие. 4. Паломничество. 5. Путешествие в современности и начала туризма. 6. История развития туризма в России от зарождения до 1917 г. 7.</p>	1			6	Осн. лит-ра №№ 1,2 Доп. лит-ра № 2	Тестирование, Реферат	Тестирование, Кейс-задания



	<p>Российское общество туризма (РОТ).          Общество пролетарского туризма (ОПТ). 8.          Общество пролетарского туризма и          экскурсий (ОПТЭ). 9. Три этапа развития          спортивного туризма в СССР. 10.          Туристско-спортивные союзы. 11. Система          детско-юношеского туризма в России.</p>							
1.2	<p>Цели и формы туризма. Виды и          разновидности туризма</p> <p>1. Цели оздоровления и отдыха          2. Гуманитарные цели          3. Эксплуатация туристских ресурсов          4. Политика и туризм          5. Цели туриста          6. Коммерческий и самодеятельный туризм          7. Дальний и международный туризм          8. Плановые, спортивные, экстремальные, эксклюзивные и приключенческие маршруты          9. Инструктор, инструктор-проводник и их аттестация          10. Правила соревнований по спортивному туризму.          11. Правила поведения и меры по обеспечению безопасности          12. Формирование туристской группы          13. Требования к её участникам и руководителю (инструктору)          14. Определение категории сложности туристского похода или путешествия          15. Права и обязанности руководителя (инструктора-проводника) и участников туристской группы.</p>	1		6	<p>Осн. лит-ра № 1          Доп. лит-ра № 2</p>	<p>Реферат, Тестирование</p>	<p>Тестирование, Кейс-задания</p>	
2	<p>Организация отдыха и туризма</p>							

2.1	<p>Основы организация отдыха и туристского похода или путешествия</p> <p>1. Подготовка выезда на природу и на туристский маршрут 2. Определение цели маршрута, выбор района и времени маршрута похода в зависимости от подготовки и туристского опыта его участников 3. Определение категории сложности туристского похода 4. Формирование туристской группы и распределение обязанностей 5. Разработка маршрута и календарного плана похода 6. Оформление маршрутных документов 7. Организация дневных переходов и привалов в различных условиях местности 8. Организация работы при установке и снятие бивака 9. Приготовление пищи на костре 10. Основы организации питания</p>	2	6		6	<p>Осн. лит-ра №№ 1,2,3 Доп. лит-ра № 2</p>	<p>Реферат, Тестирование</p>	<p>Кейс-задания, Семинар, Тестирование</p>
2.2	<p>Материальное обеспечение туристских походов и путешествий</p> <p>1. Снаряжение личное, групповое (общественное) и специальное. 2. Выбор снаряжения в зависимости от характера маршрута. 3. Неприкосновенный аварийный запас (НАЗ) 4. Энергетические основы организации сбалансированного питания. Режим питания. Требования к разнообразию питания и к весу продуктов 5. Составление меню и раскладки продуктов. Нормы закладки основных продуктов. Учет расхода</p>	2	4		6	<p>Осн. лит-ра №№ 1,2,3 Доп. лит-ра № 2</p>	<p>Реферат, Тестирование</p>	<p>Кейс-задания, Семинар, Тестирование</p>

	продуктов6. Сбережение продуктов в пути и способы расфасовки продуктов							
3	Основы безопасного поведения на отдыхе и в туристическом походе							
3.1	<p>Безопасность туристского мероприятия</p> <p>1. Наиболее распространенные опасности во время отдыха на природе и в туристских по-ходах. 2. Объективные опасности: природные особенности региона и характерные стихийные бедствия, особенности сложного рельефа местности, опасные хищные животные, насекомые и ядовитые растения.3. Значение страховки и самостраховки4. Основные правила безопасности при движении на маршруте. 5. Общие принципы соблюдения безопасности при передвижении по лесисто-травянистым склонам.6. Правила передвижения по осыпям и моренам. 7. Характерные опасности и правила передвижения по снегу и ледовым склонам 8. Правила организации переправ через горные и горно-таежные реки. 9. Значение топографии и ориентирования для туристов при прохождении туристского маршрута</p>	2	4		7.8	Осн. лит-ра №№ 1,2,3 Доп. лит-ра № 2	Реферат, Тестирование	Семинар, Тестирование, Кейс-задания
3.2	Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения при вынужденном автономном существовании	2	4		6	Осн. лит-ра № 1 Доп. лит-ра №№ 1,2,3	Реферат, Тестирование	Кейс-задания, Семинар, Тестирование

	<p>1. Возможные случаи автономного существования человека в природных условиях. Факторы выживания. 3. Экстремальные ситуации, возникающие во время прогулок, туристских походов, путешествий и исследований пещер4. Защита от неблагоприятного воздействия факторов окружающей природной среды (низких или высоких температур, ветра, солнечной радиации и т.д.). 5. Сигналы бедствия и сигнальные средства. Установление связи и подготовка средств сигнализации6. Поведение и действия человека попавшего в экстремальную ситуацию</p>							
3.3	<p>Проблемы вынужденного автономного существования</p> <p>1. Ориентирование на местности. 2. Обеспечение пищей и проблемы выживания в условиях голодания. 3. Обеспечение водой и сроки существования в условиях ограниченного потребления. 4. Сооружение временного укрытия из подручных средств. 5. Способы разведения огня и виды костров6. Профилактика возможных заболеваний и оказание доврачебной помощи пострадавшим7. Способы транспортировки и переноски пострадавшего</p>	2	4			Осн. лит-ра № 1 Доп. лит-ра №№ 1,2,3	Реферат, Тестирование	Кейс-задания, Семинар, Тестирование
4	Зачет			1	0.2			

Итого по 3 курсу 5 семестру	12	22	1	38			
Итого по дисциплине	12	22	1	38			

#### 4. Фонд оценочных средств по дисциплине

##### 4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и формулировка компетенции: Способен использовать базовые научно-теоретические знания, практические умения и навыки по предмету для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования (ПК-1);

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения (Зачет)	
		Незачтено	Зачтено
ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знания не сформированы	Знания полностью сформированы
ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Умения не сформированы	Умения в основном сформированы
ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательно	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательно	Владение навыками не сформировано	Владение навыками в основном сформировано

го процесса в образовательных организациях общего образования	го процесса в образовательных организациях общего образования		
---	---	--	--

Код и формулировка компетенции: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов (УК-8);

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения (Зачет)	
		Незачтено	Зачтено
УК-8.1. Знать методы создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, критерии сохранения природной среды, устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Знать способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества	Знания не сформированы	Знания полностью сформированы
УК-8.2. Уметь создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной	Уметь оперировать знаниями о поддержании безопасных условий жизнедеятельности	Умения не сформированы	Умения в основном сформированы

<p>деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>ости для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества</p>		
<p>УК-8.3. Владеть навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>Владеть навыками моделирования безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества</p>	<p>Владение навыками не сформировано</p>	<p>Владение навыками в основном сформировано</p>

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины. Баллы, выставляемые за конкретные виды деятельности представлены



ниже.

**4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.**

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Оценочные средства
ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Реферат, Семинар, Тестовые задания 3-1
ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Семинар, Тестовые задания У-1, Реферат
ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	Владеть опытом (для практики) и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	Кейс-задания В-1
УК-8.1. Знать методы создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, критерии сохранения природной среды, устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Знать способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества	Реферат, Семинар, Тестовые задания 3-2
УК-8.2. Уметь создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении	Уметь оперировать знаниями о поддержании безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества	Тестовые задания У-2, Реферат, Семинар

чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов		
УК-8.3. Владеть навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Владеть навыками моделирования безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества	Кейс-задания В-2

Критериями оценивания при модульно-рейтинговой системе являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины

для зачета: текущий контроль – максимум 50 баллов; рубежный контроль – максимум 50 баллов, поощрительные баллы – максимум 10).

Шкалы оценивания:

для зачета:

зачтено – от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),  
не зачтено – от 0 до 59 рейтинговых баллов.

### Тестовые задания

Описание тестовых заданий: тестовые задания включают тесты закрытого типа (с одним правильным ответом), тесты на установлении последовательности и на установление соответствия. Оценка за выполнение тестовых заданий выставляется на основании процента заданий, выполненных студентами в процессе прохождения промежуточного и рубежного контроля знаний

#### Тестовые задания 3-1

1. Под туристическим походом понимается:

- а) групповое или индивидуальное мероприятие
- б) групповое или индивидуальное мероприятие, связанное с перемещением по некому маршруту в рекреационных спортивных, познавательных целях.
- в) групповое мероприятие, связанное с перемещением по некому маршруту
- г) индивидуальное мероприятие, связанное с перемещением по некому маршруту

2. Современный туризм включает следующие виды:

- а) пешеходный, лыжный, горный
- б) водный, велосипедный, спелеологический
- в) мотоциклетный, автомобильный
- г) все ответы верны

3. Снаряжение подразделяется на:

- а) личное, смешанное
- б) групповое, смешанное
- в) смешанное, личное
- г) личное и групповое

### Тестовые задания 3-2

1. Руководитель похода обязан сообщить о маршруте туристической группы в поисково-спасательную службу (ПСС) для того, чтобы:
  - а) ПСС могла контролировать прохождение группой маршрута и в случае экстремальной ситуации или несвоевременного завершения маршрута оперативно оказать ей помощь
  - б) от ПСС был выделен представитель для сопровождения группы на маршруте
  - в) ПСС могла контролировать прохождение группой населённых пунктов, отмеченных в маршруте
  - г) ПСС могла контролировать прохождение
2. Как следует действовать группе во время пурги, если необходимо идти вперед по равнинной местности  
выслать часть группы для тропления лыжни. Остальным, не теряя времени, сворачивать лагерь и по проложенной лыжне быстро догонять ушедших вперед  
двигаться всем вместе, имея постоянную связь между участниками  
идти вперед парами со страховкой по мере готовности двоек
3. При вынужденном движении по тонкому льду необходимо выдерживать интервал между участниками не менее:
  - 2 м
  - 10 м
  - 20 м
  - 30 м
  - 40 м
  - 50 м

### Тестовые задания У-1

1. Установите соответствие признака классификации и вида туризма:
  - а) Финансово-экономический принцип 1. Межрегиональный
  - б) Территориальный принцип 2. Молодежный
  - в) Субъектный принцип 3. Рецептивный
  - г) Организационный принцип 4. Социальный
  - д) Направленность турпотоков 5. Групповой

А	Б	В	Г	Д

2. Установите соответствие типов костров



- а б в г
- 1) «Шалаш»
  - 2) «Колодец»
  - 3) «Звездочка»
  - 4) «Нодья»

А	Б	В	Г

3. Установите соответствие между видами и формами туризма
  - а) по назначению

- б) по целям путешествий
- в) по продолжительности
- г) по интенсивности туристского потока
- д) по способу передвижения
- е) по характеру нагрузок
- 1) лечебный (санитарно-курортное лечение), деловой, познавательный, экскурсионный, религиозный, культурно-развлекательный, спортивный (пешеходный, горный, велотуризм, водный, автомобильный)
- 2) кратковременный и продолжительный, выходного дня или отпускного периода
- 3) постоянный и сезонный
- 4) пешеходный, лыжный, комбинированный, водный, железнодорожный, автобусный, автомобильный
- 5) пассивный и активный
- б) на внутренний и иностранный; внутренний – на местный и дальний; иностранный – по масштабу охвата территории – на внутриконтинентальный, международный, кругосветный

а	б	в	г	д	е

#### Тестовые задания У-2

1. Установите последовательность, если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы? Разместите указанные действия в необходимой последовательности: 1) искать следы своих товарищей; 2) ждать, когда за вами вернутся; 3) не сходить с трассы; 4) остановиться на развилке тропы; 5) построить временное жилище; 6) развести костер
2. Как следует действовать группе во время пурги, если необходимо идти вперед по равнинной местности. Определите последовательность действий.
  - 1) выслать часть группы для тропления лыжни;
  - 2) не теряя времени, сворачивать лагерь и по проложенной лыжне быстро догонять ушедших вперед;
  - 3) двигаться всем вместе, имея постоянную связь между участниками;
  - 4) идти вперед парами со страховкой по мере готовности двоек.
3. Определите последовательность этапов построения туристического маршрута?
  - 1) определение типа маршрута;
  - 2) пробная обкатка маршрута;
  - 3) построение трассы маршрута;
  - 4) разработка схемы безопасности на маршруте;
  - 5) утверждение паспорта маршрута.
  - 6) исследование туристских ресурсов по предлагаемой трассе маршрута.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения тестовых заданий

Описание методики оценивания выполнения тестовых заданий: оценка за выполнение тестовых заданий ставится на основании подсчета процента правильно выполненных тестовых заданий.

#### Критерии оценки (в баллах):

- **9-10** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 81 – 100 %;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 61 – 80 %;
- **4-6** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 41 – 60 %;
- **до 4** баллов выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 40 %;

## Кейс-задания

Описание кейс-заданий: кейс-задание представляет собой ситуационную задачу, требующую осмысления, анализа, а затем решения. Решение кейс-задания должно быть аргументированным, содержать пояснения.

### Кейс-задания В-1

1. Ваша задача подготовиться к безопасному путешествию. Ваши действия.
2. Вы выбрали страну для путешествия. Что следует предпринять, для того, чтобы не столкнуться с вещами, которые могут не понравиться.
3. Вы решили путешествовать на железнодорожном транспорте. Бронируя место, согласно личной безопасности просите кассира учесть следующие особенности. Перечислите.

### Кейс-задания В-2

1. Группа туристов начала переправляться через реку по бревну, пристегнувшись к организованным перилам схватывающим узлом в грудной карабин и организовав веревку сопровождения. На середине реки один из участников сорвался с бревна и завис на перилах. Руководитель сразу же отдал распоряжение освободить один конец веревки, а за другой подтянуть сорвавшегося туриста к берегу. Какие ошибки допущены при организации данной переправы?
2. Вы — руководитель зимнего похода. Дневка. Утром трое участников группы ушли на разведку подходов к перевалу. Еще до истечения контрольного срока возвращения неожиданно началась пурга. Что следует предпринять? Ответ поясните:
3. Вы — руководитель зимнего похода. Пройден последний перевал, вдали показалась полоса леса, до которого 1-1,5 часа хода, а там — через день — группа выходит на станцию. Неожиданно поднялся ветер, видимость начала резко ухудшаться. Каковы Ваши действия? Ответ поясните (слова-подсказки: палатка, темп движения, пурга, остановка)

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения кейс-заданий

Описание методики оценивания: при оценке решения кейс-задания наибольшее внимание должно быть уделено тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны ли определения, раскрыто содержание понятий, верно ли использованы научные термины, использованы ли аргументированные доказательства, опыт деятельности, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли причинно-следственные связи, насколько высок уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации, владения навыками практической деятельности.

**Критерии оценки (в баллах)** (должны строго соответствовать рейтинг плану по макс. и мин. колич. баллов и только для тех, кто учится с использованием модульно-рейтинговой системы обучения и оценки успеваемости студентов):

- 2 балла выставляется студенту, если задание грамотно проанализировано, установлены причинно-следственные связи, демонстрируются умения работать с источниками информации, владение навыками практической деятельности, найдено оптимальное решение кейс-задание;
- 1 балл выставляется студенту, если задание проанализировано поверхностно, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируются слабые умения работать с источниками информации, неуверенное владение навыками практической деятельности, найдено решение кейс-задания, но имеет значительные недочеты;
- 0 баллов выставляется студенту, если задание не проанализировано, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируется отсутствие умения работать с источниками информации, не сформированы навыки практической деятельности, решение кейс-задания не найдено.

## Вопросы для семинаров

Основные понятия и история развития путешествия и туризма

1. Основные понятия дисциплины Безопасный отдых и туризм 2. Федеральный закон «Об основах туристской деятельности Российской Федерации». 3. Путешествие древних. Первооткрывательство. 4. Паломничество. 5. Путешествие в современности и начала туризма. 6. История развития туризма в России от зарождения до 1917 г. 7. Российское общество туризма (РОТ). Общество пролетарского туризма (ОПТ). 8. Общество пролетарского туризма и экскурсий (ОПТЭ). 9. Три этапа развития спортивного туризма в СССР. 10. Туристско-спортивные союзы. 11. Система детско-юношеского туризма в России.

Основы организация отдыха и туристского похода или путешествия

1. Подготовка выезда на природу и на туристский маршрут 2. Определение цели маршрута, выбор района и времени маршрута похода в зависимости от подготовки и туристского опыта его участников 3. Определение категории сложности туристского похода 4. Формирование туристской группы и распределение обязанностей 5. Разработка маршрута и календарного плана похода 6. Оформление маршрутных документов 7. Организация дневных переходов и привалов в различных условиях местности 8. Организация работы при установке и снятие бивака 9. Приготовление пищи на костре. 10. Основы организации питания 11. Материальное обеспечение туристских походов Материальное обеспечение туристских походов и путешествий

1. Снаряжение личное, групповое (общественное) и специальное. 2. Выбор снаряжения в зависимости от характера маршрута. 3. Кухонный инвентарь. 4. Ремонт, ремонтный набор, уход за снаряжением. 5. Состав медицинской аптечки. 6. Неприкосновенный аварийный запас (НАЗ). 7. Энергетические основы организации сбалансированного питания. 8. Режим питания и нормы закладки основных продуктов. 9. Требования к разнообразию питания и к весу продуктов. 10. Составление меню и раскладки продуктов. Учет расхода продуктов. 11. Сбережение продуктов в пути и способы расфасовки продуктов, их преимущества и недостатки.

Безопасность туристского мероприятия

1. Наиболее распространенные опасности во время отдыха на природе и в туристских походах. 2. Объективные опасности: природные особенности региона и характерные стихийные бедствия, особенности сложного рельефа местности, опасные хищные животные, насекомые и ядовитые растения. 3. Значение страховки и самостраховки 4. Основные правила безопасности при движении на маршруте. 5. Общие принципы соблюдения безопасности при передвижении по лесисто-травянистым склонам. 6. Правила передвижения по осыпям и моренам. 7. Характерные опасности и правила передвижения по снегу и ледовым склонам 8. Правила организации переправ через горные и горно-таежные реки. 9. Значение топографии и ориентирования для туристов при прохождении туристского маршрута

Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения при вынужденном автономном существовании

1. Возможные случаи автономного существования человека в природных условиях. 2. Факторы выживания. 3. Потеря ориентировки в лесу, в горах, в степи. Потеря участника в туристском походе. 4. Преодоление страха и возможного стресса. 5. Влияние на автономное существования климата и среды. 6. Последовательность действий при вынужденной автономии в условиях природной среды. 7. Сроки автономного существования в зависимости от климата и среды. 8. Сигналы бедствия и сигнальные средства. 9. Действия при происшествии за границей. 10. Методика обучения правилам поведения на отдыхе и в туристском походе.

Проблемы вынужденного автономного существования

1. Ориентирование на местности. 2. Обеспечение пищей и проблемы выживания в условиях голодания. 3. Обеспечение водой и сроки существования в условиях ограниченного потребления. 4. Сооружение временного укрытия из подручных средств. 5. Способы добывания огня без спичек. 6. Способы разведения огня и виды костров. 7. Одежда и обувь. 8. Акклиматизация человека к различным природным условиям. 9. Профилактика возможных заболеваний и оказание само и взаимопомощи в различных случаях. 10. Проблемы вынужденной автономии в городских условиях.

## Методические материалы, определяющие процедуру оценивания ответа на семинаре

При оценивании ответа на семинаре следует уделять внимание тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто ли содержание понятий, верно ли использованы научные термины; использованы ли при ответе ранее приобретенные знания; раскрыты ли в процессе причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать знаниями, анализировать информацию.

### **Критерии оценки (в баллах):**

- **5** баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания; раскрыты причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- **4** балла выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; демонстрируются хороший уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- **3** балла выставляется студенту, если недостаточно раскрыто основное содержание учебного материала, не последовательно; определения понятий недостаточно четкие; допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию низкий;
- **0-2** балла выставляется студенту, если не раскрыто содержание учебного материала, изложено фрагментарно, определения понятий не четкие; допущены значительные ошибки в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию очень низкий.

### **Реферат**

1. Физическая выносливость организма
2. Климатогеографические зоны РФ.
3. Исторические и литературные примеры автономного существования человека.
4. Виды сигналов бедствия и способы их подачи.
5. Разновидность кодовых сигнальных таблиц.
6. Неблагоприятные погодные условия, как фактор риска
7. Способы предсказания погоды.
8. Обезвоживание организма и его преодоление
9. Поиски воды в природе с помощью насекомых, животных, птиц.
10. «Столовая» в лесу Прибайкалья.
11. Голодание и его переносимость
12. «Аптека» в лесу Прибайкалья.
13. Способы защиты человека в природных условиях от насекомых.
14. Укусы ядовитых животных
15. Опасности ядовитых растений
16. История создания поисково-спасательных служб.
17. Задачи поисково-спасательной службы Прибайкалья.
18. Экстремальный туризм в Прибайкалье.
19. Опасности путешествий в неизвестные страны.
20. Опыт автономного выживания известных путешественников.
21. Интегральная туристская подготовка.
22. Походы и соревнования туристов как сущность (форма осуществления) интегральной подготовки туристов.

23. Реализация полученных туристами на теоретических, методических и практических занятиях знаний, умений и навыков в походных и соревновательных условиях.
24. Походы и соревнования, как важнейший вид туристской подготовки, главный источник туристского опыта (суммы знаний, умений и навыков).
25. Физическая подготовка и формирование необходимых личностных качеств у людей, занимающихся туризмом.
26. Общефизическая и специальная физическая подготовка туристов в рекреационном и спортивном туризме.
27. Требования к общей и специальной физической подготовленности участников турпоходов и к их двигательным навыкам.
28. Принципы организации, методы и средства спортивной тренировки в туризме.
29. Организация питания и режим питания в походных условиях.
30. Понятие туристской кухни.
31. Особенности техники приготовления горячего питания и выбора соответствующего бивачного снаряжения для туристской группы в лесной и безлесной зоне, зимой и в межсезонье, в горах и на равнинной местности.
32. Ночлег в палатках, как универсальный тип туристского бивака.
33. Требования, предъявляемые к палаткам для активного туризма и личному бивачному снаряжению.
34. Классификация туристских палаток по назначению, конструкции, форме и материалы, применяемые для изготовления туристских палаток.
35. Основные принципы экипировки туристов и выбора личной одежды и обуви.
36. Одежда и обувь туристов - требования к качеству, материалам.
37. Ориентирование на местности.
38. Топографические условные знаки и общие правила их применения.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения рефератов

Описание методики оценивания: при оценке выполнения студентом реферата максимальное внимание следует уделять следующим аспектам: насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию.

#### **Критерии оценки**

- **9-10** баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание темы; демонстрируются высокий уровень умения анализировать информацию, владение навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **7-8** баллов выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки в умении анализировать информацию, есть недочеты во владении навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы по исследуемой проблеме;
- **5-6** баллов выставляется студенту, если усвоено основное содержание материала, но не последовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы выводы и обобщения; уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы невысокий;
- **менее 5** баллов выставляется студенту, если не изложено основное содержание материала, изложение фрагментарное, не последовательное; не использованы выводы и обобщения из наблюдений, уровень умения анализировать информацию, владения навыками логичного изложения материала и анализа специальной, научной и научно-методической литературы очень низкий.



## Зачет

Зачет является оценочным средством для всех этапов освоения компетенций.

Примерные вопросы к зачету, 3 курс / 5 семестр

1. История развития туризма в России.
2. Коммерческий и самодеятельный туризм.
3. Ориентирование с помощью карты и компаса.
4. Изготовление самодеятельного компаса.
5. Ориентирование по Солнцу и звездам.
6. Ориентирование по местным приметам.
7. Определение своего местоположения.
8. Основы топографии.
9. Чтение карты.
10. Организация водопотребление в аварийной ситуации.
11. Способы обеззараживания воды.
12. Способы добывания огня.
13. Виды костров и их назначение.
14. Способы приготовления пищи.
15. Организация бивака.
16. Способы защиты от неблагоприятных климатических условий в безлесье.
17. Способы защиты от неблагоприятных климатических условий в тайге.
18. Способы защиты от неблагоприятных климатических условий на сильно увлажненной почве.
19. Выживание в условиях жаркого климата.
20. Выживание в северных широтах.
21. Выживание в тайге.
22. Выживание в горах.
23. Международные сигналы бедствия.
24. Узлы для связывания веревок одинакового диаметра.
25. Узлы для связывания веревок разного диаметра.
26. Схватывающие узлы.
27. Узлы на конце веревки.
28. Вспомогательные узлы.
29. Понятие: спортивный туризм и виды туризма.
30. Права участника и руководителя спортивного маршрута.
31. Обязанности участника и руководителя спортивного маршрута.
32. Общие требования к участникам и руководителю спортивных туристских маршрутов.
33. Методика расчета продуктов питания.
34. Объективные и субъективные опасности во время прохождения спортивных маршрутов.
35. Экстремальная ситуация в туристском походе: болезнь участника.
36. Экстремальная ситуация в туристском походе: потеря участника.
37. День в туристском походе.
38. Организация движения на туристском маршруте.
39. Отчет о пройденном маршруте.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания ответа на зачете

Зачет выставляется по рейтингу, в зависимости от эффективности работы в процессе изучения дисциплины, что определяется количеством набранных баллов за все виды заданий текущего и рубежного контроля

**зачтено** – от 60 до 110 баллов

не зачтено – от 0 до 59 баллов.

### 1.3. Рейтинг-план дисциплины

Таблица перевода баллов текущего контроля в баллы рейтинга

	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1	5	3	2	2	1	1	1	1	1	1
2		5	4	3	2	2	2	2	2	1
3			5	4	3	3	3	2	2	2
4				5	4	4	3	3	3	2
5					5	5	4	4	3	3
6						5	5	4	4	3
7							5	5	4	4
8								5	5	4
9									5	5
10										5

Рейтинг-план дисциплины представлен в Приложении 1.

## 2. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

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

#### Основная литература

1. Безопасный отдых и туризм: учебно-методическое пособие для студентов (направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование с двумя профилями «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности») / Авт.-сост. И.М. Закиров, В.Ф. Усманов – Бирск: Бирский филиал Баш ГУ, 2018 – 203 с.
2. Махов, С.Ю. Организация безопасности активного туризма : учебно-методическое пособие для профессионального образования / С.Ю. Махов ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 126 с. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428625>
3. Ланда, Б.Х. Туристский поход с проверкой приобретенных навыков: организация, подготовка и проведение : учебно-методическое пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань : Познание, 2014. - 52 с. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364177>

#### Дополнительная литература

1. Практикум по курсу «Безопасность жизнедеятельности» : учебное пособие / под общ. ред. Р.И. Айзман, И.В. Омельченко. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2007. - 248 с. - (Университетская серия). - ISBN 5-94087-442-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57330>
2. Безопасный отдых и туризм : учеб. пособ. для студ. вузов / С. В. Петров , О. Л. Жигарев , О. Н. Токарева ; Мин. образ. и науки, ФГБОУ ВПО НГПУ, ФГБОУ ВПО МПГУ .— Новосибирск: М. : АРТА, 2011 .— 295 с.
3. Способы автономного выживания человека в природе : учеб. для вузов, обуч. по напр. 050100 "Естественнонаучное образование" / Л. А. Михайлов [и др.] ; под ред. Л. А. Михайлова .— СПб. : Питер, 2008 .— 270 с.

## 5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/>.
2. Электронная библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>.
3. Университетская библиотека онлайн biblioclub.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>.
4. Электронная библиотека УУНиТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elib.bashedu.ru/>.
5. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.rsl.ru/>.
6. Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://xn--90ax2c.xn--p1ai/viewers/>.
7. Национальная платформа открытого образования proed.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://npoed.ru/>.
8. Электронное образование Республики Башкортостан [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://edu.bashkortostan.ru/>.
9. Информационно-правовой портал Гарант.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.garant.ru/>.

### Программное обеспечение

1. Браузер Google Chrome - Бесплатная лицензия  
[https://www.google.com/intl/ru\\_ALL/chrome/privacy/eula\\_text.html](https://www.google.com/intl/ru_ALL/chrome/privacy/eula_text.html)
2. Office Professional Plus - Договор №0301100003620000022 от 29.06.2020, Договор № 2159-ПО/2021 от 15.06.2021, Договор №32110448500 от 30.07.2021
3. Windows - Договор №0301100003620000022 от 29.06.2020, Договор № 2159- ПО/2021 от 15.06.2021, Договор №32110448500 от 30.07.2021

## 6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитория 1 а (компьютерный класс)(БФ)	Семинарская, Для контроля и аттестации	Компьютеры в сборе, учебная мебель. Программное обеспечение 1. Office Professional Plus 2. Браузер Google Chrome
Аудитория 214(ФМ)	Лекционная, Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Учебная мебель, доска классная, настенный экран, проектор beq, учебно-методические пособия "первая медицинская помощь", учебно-методические пособия "действия при пожаре".

Аудитория 214 а(ФМ)	Для хранения оборудования	Учебно-методические пособия, компас.
Аудитория 301 Читальный зал (электронный каталог)(ФМ)	Для самостоятельной работы	Компьютеры в сборе, учебная мебель, принтер samsung, сканер hp scanjet g2410. Программное обеспечение <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Браузер Google Chrome</li> <li>2. Office Professional Plus</li> </ol>
Читальный зал(ФМ)	Для самостоятельной работы	Ксерокс kyosera, принтер canon lbr 810, компьютеры в сборе, учебная мебель на 100 посадочных мест, учебно-методические материалы. Программное обеспечение <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Office Professional Plus</li> <li>2. Windows</li> </ol>