

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Таганрогского института  
имени А.П. Чехова (филиала)  
РГЭУ (РИНХ)  
\_\_\_\_\_ Голобородько А.Ю.  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Рабочая программа дисциплины**  
**Безопасный отдых и туризм. Способы автономного выживания в природе**

направление 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
направленность (профиль) 44.03.05.35 Биология и Безопасность жизнедеятельности

Для набора 2019 2020 года

Квалификация  
Бакалавр

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
	Неделя		18 3/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Лекции	16	16	18	18	34	34
Практические	34	34	18	18	52	52
Итого ауд.	50	50	36	36	86	86
Контактная работа	50	50	36	36	86	86
Сам. работа	58	58	36	36	94	94
Часы на контроль			36	36	36	36
Итого	108	108	108	108	216	216

**ОСНОВАНИЕ**

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 30.08.2021 протокол № 1.

Программу составил(и): канд. геогр. наук, Доц., Жидкова А.Ю. \_\_\_\_\_

Зав. кафедрой: Подберезный В. В. \_\_\_\_\_

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	сформировать у студентов представление об опасных и экстремальных ситуациях в природе и систематизированных знаний в области выживания человека, оказавшегося наедине с природой, в различных климатогеографических условиях.
-----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### 2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ПКО-4.1: Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся
ПКО-4.2: Применяет меры профилактики детского травматизма
ПКО-4.3: Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе
УК-8.1: Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих
УК-8.2: Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения
УК-3.1: Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения
УК-3.2: Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия
УК-3.3: Демонстрирует навыки работы с институтами и организациями в процессе осуществления социального взаимодействия
УК-8.3: Разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций и демонстрирует владение приемами оказания первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях

#### В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

<b>Знать:</b>
ключевые технологические туристские новации; свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели.
<b>Уметь:</b>
оценивать эффективность и обосновывать применение современных информационных и коммуникативных технологий для обеспечения конкурентоспособности предприятий сферы; при реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывать особенности поведения и интересы других участников; анализировать возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, и строить продуктивное взаимодействие с учетом этого; осуществлять обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценивать идеи других членов команды для достижения поставленной цели.
<b>Владеть:</b>
осуществлять экспертизу туристских проектов, выявлять их достоинства и недостатки, разрабатывать план внедрения; навыками разработки норм и установленных правил командной работы; навыками нести личную ответственность за результат.

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
	<b>Раздел 1. Безопасность активного отдыха в природной среде</b>				
1.1	1. Туризм как социальное явление. 2. Объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самостоятельном туризме. 3. Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода. 4. Организация отдыха на природе. /Лек/	1	8	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК-3.1 УК-3.2 УК-3.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л3.1 Л3.2

1.2	<p>1. Человек и природа: безопасность отдыха.</p> <p>2. Объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самодеятельном туризме.</p> <p>3. Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода.</p> <p>4. Организация отдыха на природе.</p> <p>5. Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода.</p> <p>6. Организация отдыха на природе.</p> <p>7. Бивачные работы.</p> <p>8. Разведение костра.</p> <p>9. Продуктовый запас.</p> <p>10. Неприкосновенный продуктовый запас.</p> <p>11. Снаряжение. /Пр/</p>	1	16	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	<p>Л1.1 Л1.2</p> <p>Л1.3Л2.1</p> <p>Л2.2Л3.1 Л3.2</p>
1.3	<p>1. Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода.</p> <p>2. Организация отдыха на природе.</p> <p>3. Бивачные работы.</p> <p>4. Разведение костра.</p> <p>5. Продуктовый запас.</p> <p>6. Неприкосновенный продуктовый запас.</p> <p>7. Снаряжение.</p> <p>/Ср/</p>	1	28	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	<p>Л1.1 Л1.2</p> <p>Л1.3Л2.1</p> <p>Л2.2Л3.1 Л3.2</p>
<b>Раздел 2. Обеспечение безопасности туристов при следовании к месту отдыха и проведении различных видов походов</b>					
2.1	<p>1. Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов.</p> <p>2. Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных походов.</p> <p>3. Обеспечение безопасности туристов при проведении водных походов.</p> <p>4. Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха наземными и иными видами транспорта.</p> <p>/Лек/</p>	1	8	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	<p>Л1.1 Л1.2</p> <p>Л1.3Л2.1</p> <p>Л2.2Л3.1 Л3.2</p>
2.2	<p>1. Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов.</p> <p>2. Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных и водных походов.</p> <p>3. Обеспечение безопасности туристов при проведении водных походов.</p> <p>4. Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха наземными и иными видами транспорта.</p> <p>5. Планирование пешего похода.</p> <p>6. Планирование лыжного похода.</p> <p>7. Планирование велосипедного похода.</p> <p>8. Планирование водного похода.</p> <p>9. Планирование горного похода. /Пр/</p>	1	18	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	<p>Л1.1 Л1.2</p> <p>Л1.3Л2.1</p> <p>Л2.2Л3.1 Л3.2</p>
2.3	<p>1. Планирование пешего похода.</p> <p>2. Планирование лыжного похода.</p> <p>3. Планирование велосипедного похода.</p> <p>4. Планирование водного похода.</p> <p>5. Планирование горного похода.</p> <p>6. Снаряжение, необходимое для пешего похода.</p> <p>7. Снаряжение, необходимое для лыжного похода.</p> <p>8. Снаряжение, необходимое для велосипедного похода.</p> <p>9. Снаряжение, необходимое для водного похода.</p> <p>10. Снаряжение, необходимое для горного похода.</p> <p>11. Особенности бивачных работ на равнинной местности.</p> <p>12. Особенности бивачных работ в горной местности.</p> <p>13. Особенности бивачных работ в холодное время года. /Ср/</p>	1	30	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	<p>Л1.1 Л1.2</p> <p>Л1.3Л2.1</p> <p>Л2.2Л3.1 Л3.2</p>
2.4	Зачет /Зачёт/	1	0	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	

	<b>Раздел 3. Обеспечение безопасности человека при автономном существовании в природной среде</b>				
3.1	1. Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе. 2. Обеспечение безопасности туристов в различных природно-климатических условиях. 3. Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании. 4. Основные способы ориентирования и определение направления выхода к населенному пункту. 5. Правила подачи сигналов бедствия. /Лек/	2	8	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л3.1 Л3.2
3.2	1. Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе. 2. Обеспечение безопасности туристов в различных природно-климатических условиях. 3. Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании. 4. Основные способы ориентирования и определение направления выхода к населенному пункту. 5. Правила подачи сигналов бедствия. /Пр/	2	8	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3	
3.3	1. Радиотехнические средства аварийной связи. 2. Пиротехнические сигнальные средства. 3. Электрические средства сигнализации. 4. Звуковые средства сигнализации. 5. Световые средства сигнализации. 6. Кодовые средства сигнализации. 7. Спасательные действия. Самолет, вертолет. 8. Спасательные действия. Морское судно. /Ср/	2	16	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3	
	<b>Раздел 4. Медицинские аспекты безопасности в туризме</b>				
4.1	1. Болезни адаптации туриста. 2. Инфекционные и иммунные заболевания. 3. Безопасность питания. 4. Медицинское страхование в туризме. /Лек/	2	8	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л3.1 Л3.2
4.2	1. Первая медицинская помощь в туризме. 2. Адаптация туриста при путешествии с севера на юг, с юга на север, при смене часовых поясов. /Пр/	2	4	ПКО-4.1 ПКО-4.2 ПКО-4.3 УК -3.1 УК-3.2 УК-3.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л3.1 Л3.2

4.3	<p>1. Факторы, обеспечивающие выживание.</p> <p>2. Приемы психологической помощи. Психологическая помощь при страхе.</p> <p>3. Приемы психологической помощи. Самопомощь при страхе.</p> <p>4. Приемы психологической помощи. Психологическая помощь при тревоге.</p> <p>5. Приемы психологической помощи. Самопомощь при тревоге.</p> <p>6. Приемы психологической помощи. Психологическая помощь при плаче.</p> <p>7. Приемы психологической помощи. Самопомощь при плаче.</p> <p>8. Приемы психологической помощи. Психологическая помощь при гнев, злости, агрессии.</p> <p>9. Приемы психологической помощи. Самопомощь при гнев, злости, агрессии.</p> <p>10. Приемы психологической помощи. Психологическая помощь при наличии у пострадавшего бреда и галлюцинаций.</p> <p>11. Приемы психологической помощи. Психологическая помощь при ступоре.</p> <p>12. Приемы психологической помощи. Самопомощь при острых реакциях на стресс.</p> <p>13. Приемы психологической помощи. Психологическая помощь при истерике.</p> <p>14. Приемы психологической помощи. Самопомощь при истерике.</p> <p>15. Приемы психологической помощи. Психологическая помощь при апатии.</p> <p>16. Приемы психологической помощи. Самопомощь при апатии.</p> <p>/Ср/</p>	2	20	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	
<b>Раздел 5. Международный туризм и международное сотрудничество России в области обеспечения личной безопасности туристов</b>					
5.1	<p>1. Международный туризм и безопасность.</p> <p>2. Санитарно-эпидемиологические правила в международных путешествиях.</p> <p>3. Законодательная и природно-ресурсная база для развития безопасного отдыха и туризма в Российской Федерации</p> <p>4. Особо охраняемые природные территории как объекты безопасного туризма</p> <p>/Пр/</p>	2	6	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	<p>Л1.1 Л1.2</p> <p>Л1.3 Л2.1</p> <p>Л2.2 Л3.1 Л3.2</p>
5.2	Проведение экзамена. /Экзамен/	2	36	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	<p>Л1.1 Л1.2</p> <p>Л1.3 Л2.1</p> <p>Л2.2 Л3.1 Л3.2</p>
5.3	1. Международный туризм и безопасность. /Лек/	2	2	<p>ПКО-4.1</p> <p>ПКО-4.2</p> <p>ПКО-4.3 УК</p> <p>-3.1 УК-3.2</p> <p>УК-3.3</p>	

#### 4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 5.1. Основная литература

Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
---------------------	----------	-------------------	----------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Нусс Н. А.	Безопасность в туризме: учебное пособие	Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2011	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=228784">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=228784</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.2	Малыгина Н. В.	Экологический туризм: учебник	Москва: Прометей, 2019	<a href="https://e.lanbook.com/book/116152">https://e.lanbook.com/book/116152</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.3	Малыгина Н. В.	Экологический туризм: учебник	Москва: Прометей, 2019	<a href="https://e.lanbook.com/book/116152">https://e.lanbook.com/book/116152</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

### 5.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Бероев Б. М.	Турист: все о спортивном, экскурсионном, экстремальном и экзотическом туризме и оздоровительном отдыхе: журнал	Москва: Турист, 2008	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=118768">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=118768</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.2	Остапенко И. И.	Школьный туризм: монография	Москва: Лаборатория книги, 2011	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=140919">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=140919</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

### 5.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л.1	Трофимов Е. Н.	Особенности многонациональной России и туризм: учебно-методическое пособие	Москва: Логос, 2014	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=258274">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=258274</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л.2	Махов С. Ю.	Организация безопасности активного туризма: учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная академия безопасности и выживания, 2014	<a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428625">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428625</a> неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

### 5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Федерация спортивного туризма России – Туристско – спортивный союз России (ТССР): <https://www.tssr.ru>

Сервер для туристов и путешественников «Скиталец»: <https://www.skitalets.ru>

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: <https://elibrary.ru>

### 5.4. Перечень программного обеспечения

Microsoft Office

### 5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

#### **6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения. Для проведения лекционных занятий используется демонстрационное оборудование. Семинарские занятия проводятся в компьютерных классах, рабочие места в которых оборудованы необходимыми лицензионными программными средствами и выходом в Интернет. Компьютерный класс с интерактивным и мультимедийным оборудованием.

#### **7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.