

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: КУЗНЕЦОВ АЛЕКСАНДР ИГОРЕВИЧ  
Должность: РЕКТОР  
Дата подписания: 24.03.2026 11:21:58  
Уникальный программный ключ:  
0ec0d544ced914f6d2e031d381fc0ed0880d90a0



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ**  
**ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
Б1.В.ДВ	<b>Способы автономного выживания человека в природных условиях</b>

Код направления подготовки	44.04.01
Направление подготовки	Педагогическое образование
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Тьюторство в сфере безопасности жизнедеятельности и в здоровьесбережении
Уровень образования	магистр
Форма обучения	заочная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Доцент	кандидат педагогических наук, доцент		Орехова Ирина Леонидовна

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра безопасности жизнедеятельности и медико-биологических дисциплин	Тюмасева Зоя Ивановна	6	13.02.2025	

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка .....	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю) .....	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....	10
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) .....	11
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .....	19
7. Перечень образовательных технологий .....	21
8. Описание материально-технической базы .....	22

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Способы автономного выживания человека в природных условиях» относится к модулю части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование» (уровень образования магистр). Дисциплина является дисциплиной по выбору.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 час.

1.3 Изучение дисциплины «Способы автономного выживания человека в природных условиях» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися следующих дисциплин: «Педагогическая валеология», «Проектирование внеурочной деятельности обучающихся (по безопасности жизнедеятельности и здоровьесбережению)», «Системы и средства оздоровления», «Современные проблемы безопасности социальной и природной среды», при проведении следующих практик: «производственная практика (педагогическая)», «учебная практика (по безопасности жизнедеятельности /здоровьесбережению)».

1.4 Дисциплина «Способы автономного выживания человека в природных условиях» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «выполнение и защита выпускной квалификационной работы», для проведения следующих практик: «производственная практика (научно-исследовательская деятельность)», «производственная практика (научно-педагогическая)», «производственная практика (технологическая (проектно-технологическая))».

1.5 Цель изучения дисциплины:

формирование компетенций в области выживания в природных условиях в ситуации вынужденной автономии.

1.6 Задачи дисциплины:

- 1) приобретение студентами представлений о личной и коллективной безопасности в условиях природной среды, способах выживания в различных условиях;
- 2) формирование знаний об основных закономерностях прогнозирования и развития опасных ситуаций;
- 3) формирование сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих в ситуации вынужденной автономии;
- 4) формирование готовности к сохранению жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях окружающей среды.

1.7 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
<b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>	
1	ПК-1 способен реализовывать образовательный процесс в системе общего, профессионального и дополнительного образования
	ПК-1.1 Знает психолого-педагогические основы организации образовательного процесса в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования
	ПК-1.2 Умеет использовать современные образовательные технологии, обеспечивающие формирование у обучающихся образовательных результатов по преподаваемому предмету в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования
	ПК-1.3 Владеет опытом реализации образовательной деятельности в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования
2	УК-6 способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки
	УК-6.1 Знает психолого-педагогические основы самооценки, саморазвития, самореализации; направления и источники саморазвития и самореализации; способы самоорганизации собственной деятельности и ее совершенствования
	УК-6.2 Умеет определять приоритеты собственной деятельности и прогнозировать пути ее совершенствования; осуществлять контроль, оценку и рефлексию собственной деятельности на основе личностных и профессиональных приоритетов
	УК-6.3 Владеет навыками осуществления деятельности по самоорганизации и саморазвитию в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами
3	УК-2 способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла
	УК-2.1 Знает основные принципы, закономерности и методы управления проектом на всех этапах его жизненного цикла; требования к проектам и их результатам
	УК-2.2 Умеет разрабатывать проект, реализовывать и контролировать ход его выполнения; организовывать, координировать и контролировать работу участников проекта
	УК-2.3 Владеет опытом организации и управления проектом на всех этапах его жизненного цикла

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
1	ПК-1.1 Знает психолого-педагогические основы организации образовательного процесса в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования	З.1 знает основные виды опасностей в условиях природной среды, правила, способы и средства защиты от опасных ситуаций, нормативно-правовые акты по защите обучаемых с целью организации образовательного процесса по безопасности жизнедеятельности в системе общего образования;
2	ПК-1.2 Умеет использовать современные образовательные технологии, обеспечивающие формирование у обучающихся образовательных результатов по преподаваемому предмету в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования	У.1 умеет использовать основные нормативно-правовые акты по защите обучаемых от опасных факторов природного характера, современные образовательные технологии, обеспечивающие формирование алгоритмов безопасного поведения в опасных ситуациях природного характера;
3	ПК-1.3 Владеет опытом реализации образовательной деятельности в системе общего и/или профессионального, дополнительного образования	В.1 владеет опытом реализации образовательной деятельности по обучению индивидуальной и коллективной защите жизни и здоровья от факторов природной среды в условиях автономного выживания.
1	УК-6.1 Знает психолого-педагогические основы самооценки, саморазвития, самореализации; направления и источники саморазвития и самореализации; способы самоорганизации собственной деятельности и ее совершенствования	З.3 знает особенности, способы и средств самоорганизации собственной деятельности в условиях организованного и вынужденного автономного выживания в природной среде;
2	УК-6.2 Умеет определять приоритеты собственной деятельности и прогнозировать пути ее совершенствования; осуществлять контроль, оценку и рефлексию собственной деятельности на основе личностных и профессиональных приоритетов	У.3 умеет определять оптимальные приоритетные варианты собственной деятельности и прогнозировать пути ее совершенствования в условиях организованного и вынужденного существования в природных условиях;
3	УК-6.3 Владеет навыками осуществления деятельности по самоорганизации и саморазвитию в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами	В.3 владеет навыками осуществления деятельности по самоорганизации автономного выживания в различных условиях природной среды.
1	УК-2.1 Знает основные принципы, закономерности и методы управления проектом на всех этапах его жизненного цикла; требования к проектам и их результатам	З.2 Знает основные принципы, закономерности и методы управления проектом в области способов автономного выживания человека в условиях природы на всех этапах его жизненного цикла; требования к проектам и их результатам
2	УК-2.2 Умеет разрабатывать проект, реализовывать и контролировать ход его выполнения; организовывать, координировать и контролировать работу участников проекта	У.2 Умеет разрабатывать проект в области способов автономного выживания человека в условиях природы, реализовывать и контролировать ход его выполнения; организовывать, координировать и контролировать работу участников проекта
3	УК-2.3 Владеет опытом организации и управления проектом на всех этапах его жизненного цикла	В.2 Владеет опытом организации и управления проектом в области способов выживания человека в условиях природы на всех этапах его жизненного цикла

## 2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Итого часов
	Л	ПЗ	СРС	
<b>Итого по дисциплине</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>85</b>	<b>99</b>
<b>Первый период контроля</b>				
<b><i>Организованное автономное выживание в природных условиях</i></b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>24</b>	<b>28</b>
Туризм и туристская подготовка при автономном существовании в природной среде	2		8	10
Организация безопасного туристского быта		2	8	10
Безопасность туристского мероприятия			8	8
<b><i>Вынужденное автономное выживание в природных условиях</i></b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>61</b>	<b>71</b>
Причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе	2		8	10
Психологические аспекты автономного выживания человека в природе			8	8
Топография и ориентирование при автономном выживании человека в экстремальных ситуациях		2	10	12
Действия при вынужденной автономии в природных условиях		2	14	16
Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях			14	14
Профилактика заболеваний и первая помощь в условиях автономного существования	2	2	7	11
Итого по видам учебной работы	6	8	85	99
<b>Форма промежуточной аттестации</b>				
Экзамен				9
<b>Итого за Первый период контроля</b>				<b>108</b>

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

#### 3.1 Лекции

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Организованное автономное выживание в природных условиях</b>	<b>2</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-1: 3.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3) УК-6: 3.3 (УК-6.1), У.3 (УК-6.2), В.3 (УК-6.3)	
1.1. Туризм и туристская подготовка при автономном существовании в природной среде 1. Основные понятия и определения учебной дисциплины «Способы автономного выживания человека в природных условиях». 2. Правила поведения и меры по обеспечению безопасности в туристических путешествиях. 3. Снаряжение личное, групповое и специальное. 4. Организация и проведение туристского похода. Основные правила безопасности при движении на маршруте  Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4	2
<b>2. Вынужденное автономное выживание в природных условиях</b>	<b>4</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-1: 3.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
2.1. Причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе 1. Причины и проблемы вынужденного автономного существования. Возможные случаи автономного существования человека в природных условиях. 2. Сроки автономного существования в зависимости от климата и среды. Пассивная и активная тактика выживания. 3. Факторы риска (голод, жара, жажда, холод, страх, переутомление, одиночество; место аварии). Факторы выживания: антропологические, природно-средовые, экологические, материально-технические. 4. Специфика опасностей различных климатогеографических зон. Основные способы выживания в различных климатогеографических условиях.  Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	2
2.2. Профилактика заболеваний и первая помощь в условиях автономного существования 1. Основные заболевания, характерные для автономного выживания человека в природных условиях. 2. Меры профилактики заболеваний в условиях автономного выживания. 3. Приемы первой помощи при неотложных состояниях в условиях автономного выживания в природных условиях  Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6	2

#### 3.2 Практические

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Организованное автономное выживание в природных условиях</b>	<b>2</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ПК-1: 3.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3) УК-6: 3.3 (УК-6.1), У.3 (УК-6.2), В.3 (УК-6.3)	
1.1. Организация безопасного туристского быта Задачи занятия: 1. Изучить основные положения организации и проведения туристических походов.	2

<p>2. Ознакомиться с наиболее распространенными опасностями во время отдыха на природе и в туристических походах.</p> <p>3. Изучить основные правила и принципы соблюдения безопасности при движении на туристском маршруте.</p> <p>Теоретические вопросы для обсуждения</p> <p>1. Оформление маршрутных документов, правила утверждения маршрута путешествия.</p> <p>2. Организация туристического быта:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные правила безопасности при устройстве привалов и ночлегов;</li> <li>– факторы, влияющие на выбор места бивуака;</li> <li>– туристские должности в группе;</li> <li>– аварийно-спасательные наборы.</li> </ul> <p>3. Наиболее распространенные объективные опасности во время отдыха на природе и в туристских походах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– природные особенности региона и характерные стихийные бедствия,</li> <li>– особенности сложного рельефа местности,</li> <li>– опасные хищные животные, насекомые</li> <li>– ядовитые растения.</li> </ul> <p>4. Технические приемы, правила передвижения, страховка и само страховка.</p> <p>Задания практической части</p> <p>1. Выберите маршрут (линейный, кольцевой, комбинированный) туристического похода и оформите технологическую карту туристического похода.</p> <p>2. Дать характеристику объективных опасностей на выбранном Вами маршруте.</p> <p>3. Изучить различные виды туристских узлов в соответствии с их назначением и продемонстрировать некоторые из них</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p>	2
<p><b>2. Вынужденное автономное выживание в природных условиях</b></p>	<b>6</b>
<p><b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b></p> <p>ПК-1: 3.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3)</p> <p>УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)</p>	
<p>2.1. Топография и ориентирование при автономном выживании человека в экстремальных ситуациях</p> <p>Задачи занятия:</p> <p>1. Ознакомиться с приемами работы с топографическими картами.</p> <p>2. Изучить основные способы и средства ориентирования на местности.</p> <p>Теоретические вопросы для обсуждения</p> <p>1. Понятие «ориентирование» и «географическая проекция».</p> <p>2. Топографические карты. Масштаб карты. Чтение карты. Классификация топографических знаков. Масштабные и внесматштабные топографические знаки. Группы топографических знаков.</p> <p>3. Ориентирование на местности. Компас. Азимут. Определение направление и движение по азимуту. Определение местоположения. Измерение расстояний на местности.</p> <p>4. Ориентирование по солнцу, луне, звездам. 5. Ориентирование по местным предметам.</p> <p>6. Ориентирование по свету и звукам.</p> <p>Задания практической части (на выбор)</p> <p>1. Подготовьте презентацию по теме «Определение расстояний до недоступных предметов».</p> <p>2. Подготовьте и продемонстрируйте модель самодельного компаса.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6</p>	2
<p>2.2. Действия при вынужденной автономии в природных условиях</p> <p>Задачи занятия:</p> <p>1. Ознакомиться с последовательностью действий при вынужденной автономии в природных условиях.</p> <p>2. Ознакомиться со способами защиты от условий природной среды, обеспечения автономного существования.</p> <p>Теоретические вопросы для обсуждения</p> <p>1. Правила поведения при вынужденном автономном существовании. Определение направления выхода к населенному пункту.</p> <p>2. Сооружение временного укрытия. Типы временных укрытий. Ночевка без убежищ.</p> <p>3. Способы добывания, сохранения огня и разведения костра.</p>	2

<p>4. Добывание и очищение воды в условиях вынужденного автономного существования. 5. Поиск и приготовление пищи в условиях вынужденного автономного существования. 6. Сигналы бедствия и сигнальные средства. Международная кодовая таблица «земля-воздух». Международная жестовая таблица. Задания практической части Подготовьте модель: – временного укрытия; – костра; – фильтра для воды.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6</p>	2
<p>2.3. Профилактика заболеваний и первая помощь в условиях автономного существования Задачи занятия: 1. Ознакомиться с основными неотложными состояниями при вынужденной автономии в природных условиях. 2. Ознакомиться со способами первой помощи при неотложных состояниях. обеспечения автономного существования. Теоретические вопросы для обсуждения 1. Сердечно-легочная реанимация. 2. Кровотечения, первая помощь при различных видах кровотечений. 3. Травмы, первая помощь, способы транспортировки. 4. Отравления, первая помощь. Задания практической части: - отработка приемов оказания первой помощи при остановке дыхания и работы сердца; - отработка приемов первой помощи при кровотечении; - отработка наложения основных видов повязок.</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6</p>	2

### 3.3 СРС

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Организованное автономное выживание в природных условиях</b>	<b>24</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b>	
ПК-1: 3.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3) УК-6: 3.3 (УК-6.1), У.3 (УК-6.2), В.3 (УК-6.3)	
1.1. Туризм и туристская подготовка при автономном существовании в природной среде <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, выполните задание к лекции "Туризм и туристическая подготовка при автономном существовании в природной среде". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	8
1.2. Организация безопасного туристского быта <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, подготовьте доклад с презентацией по одному из вопросов практического занятия "Организация безопасного туристского быта". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	8
1.3. Безопасность туристского мероприятия <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, выполните задание по теме "Безопасность туристского мероприятия". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	8
<b>2. Вынужденное автономное выживание в природных условиях</b>	<b>61</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b>	
ПК-1: 3.1 (ПК-1.1), У.1 (ПК-1.2), В.1 (ПК-1.3) УК-2: 3.2 (УК-2.1), У.2 (УК-2.2), В.2 (УК-2.3)	
2.1. Причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b>	8

<p>Используя литературные источники, выполните задание к лекции "Причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p>	8
<p>2.2. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, выполните задание по теме "Психологические аспекты автономного выживания человека в природе". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p>	8
<p>2.3. Топография и ориентирование при автономном выживании человека в экстремальных ситуациях <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, подготовьте доклад с презентацией по одному из вопросов практической работы "Топография и ориентирование при автономном ". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6</p>	10
<p>2.4. Действия при вынужденной автономии в природных условиях <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, подготовьте доклад с презентацией по одному из вопросов практической работы "Действия при вынужденной автономии в природных условиях". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6</p>	14
<p>2.5. Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, выполните задание к лекции и подготовьте доклад с презентацией по одноу из вопросов практической работы "Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5</p>	14
<p>2.6. Профилактика заболеваний и первая помощь в условиях автономного существования <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, выполните задание к лекции "Профилактика заболеваний и первая помощь в условиях автономного существования". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6</p>	7

## 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
<b>Основная литература</b>		
1	Маслов А.Г. Способы автономного выживания человека в природе: учеб. пособие для вузов / А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов, В.Н. Латчук. – М.: Академия, 2011. – 298 с.	
2	Основы выживания в экстремальных условиях: учебное пособие / А.В. Шевчук, К.С. Фокин, Н.Н. Кизюн, А.С. Иванов; под редакцией О.Ю. Шепелев. – Екатеринбург: Уральский федеральный университет, 2016. – 128 с.	
<b>Дополнительная литература</b>		
3	Айзман Р.И. Основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие / Айзман Р.И., Шульгина Н.С., Ширшова В.М. – Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2010. – 247 с.	
4	Перов, А.П. Человек и экстремальные условия. Часть 1: учебное пособие / А.П. Перов, Н.П. Саввина. – Липецк: Липецкий государственный технический университет, 2013. – 94 с.	
5	Перов, А.П. Человек и экстремальные условия. Часть 2: учебное пособие / А.П. Перов, Н.П. Саввина. – Липецк: Липецкий государственный технический университет, 2014. – 142 с.	
6	Орехова, И.Л. Безопасность и здоровье человека в условиях природной среды: учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, З.И. Тюмасева, Г.В. Валеева. – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос.гуман.-пед. ун-та, 2021. – 202 с.	<a href="http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/10721">http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/10721</a>

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

### 5.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС						
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль					Промежуточная аттестация
	Доклад/сообщение	Задания к лекции	Конспект по теме	Проект	Тест	Зачет/Экзамен
<b>ПК-1</b>						
3.1 (ПК-1.1)	+	+	+	+	+	+
У.1 (ПК-1.2)	+	+	+	+	+	+
В.1 (ПК-1.3)	+	+	+	+	+	+
<b>УК-2</b>						
3.2 (УК-2.1)	+	+	+	+	+	+
У.2 (УК-2.2)	+	+	+	+	+	+
В.2 (УК-2.3)	+	+	+	+	+	+
<b>УК-6</b>						
3.3 (УК-6.1)	+	+	+	+	+	+
У.3 (УК-6.2)	+	+	+	+	+	+
В.3 (УК-6.3)	+	+	+	+	+	+

### 5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

#### 5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Организованное автономное выживание в природных условиях":

##### 1. Доклад/сообщение

Используя литературные источники, подготовьте доклад по одному из вопросов практической работы "Организация безопасного туристского быта".

1. Оформление маршрутных документов, правила утверждения маршрута путешествия.
2. Организация туристического быта:
  - основные правила безопасности при устройстве привалов и ночлегов;
  - факторы, влияющие на выбор места бивуака;
  - туристские должности в группе;
  - аварийно-спасательные наборы.
3. Наиболее распространенные объективные опасности во время отдыха на природе и в туристских походах:
  - природные особенности региона и характерные стихийные бедствия,
  - особенности сложного рельефа местности,
  - опасные хищные животные, насекомые
  - ядовитые растения.
4. Технические приемы, правила передвижения, страховка и самостраховка.

Количество баллов: 5

##### 2. Задания к лекции

Используя литературные источники, выполните задание к лекции "Туризм и туристическая подготовка при автономном существовании в природной среде".

1. Составьте кроссворд на тему «Автономное выживание человека в природных условиях», включающий не менее 10 слов.
2. Охарактеризуйте виды туристских походов, которые можно организовать со школьниками. Какие требования, предъявляются к ним?
3. Опишите порядок выбора маршрута для движения по незнакомой местности.

Количество баллов: 5

### 3. Конспект по теме

Используя литературные источники, выполните задание по теме "Безопасность туристского мероприятия".

1. Наиболее распространенные объективные опасности во время отдыха на природе и в туристских походах: характерные стихийные бедствия, особенности сложного рельефа местности, опасные хищные животные, насекомые, ядовитые растения.
2. Субъективные опасности, связанные с неправильными действиями участников туристской группы или туриста-одиночки.
3. Основные правила безопасности при движении на маршруте.
4. Общие принципы соблюдения безопасности при передвижении по лесисто-травянистым склонам, по осыпям и моренам, передвижения по снегу ледовым склонам.
5. Технические приемы, правила передвижения, страховка и самостраховка. Изучить различные виды туристских узлов в соответствии с их назначением.

Количество баллов: 5

### 4. Проект

Используя литературные источники, выполните практическое задание практической работы "Организация безопасного туристского быта".

1. Выберите маршрут (линейный, кольцевой, комбинированный) туристического похода и оформите технологическую карту туристического похода.
2. Дать характеристику объективных опасностей на выбранном Вами маршруте.
3. Изучить различные виды туристских узлов в соответствии с их назначением и продемонстрировать некоторые из них

Количество баллов: 5

### 5. Тест

Используя литературные источники, подготовьтесь ответить на вопросы теста.

1. Наиболее удобной обувью в походе считаются:
  - а) туристические ботинки, кеды, кроссовки;
  - б) сапоги резиновые или хромовые, легкие спортивные тапочки;
  - в) полуботинки, сапоги, туфли.
2. Приметами хоженной тропы могут быть:
  - а) высокая трава, наличие следов птиц и зверей;
  - б) примятая трава, следы от транспорта, следы деятельности человека;
  - в) растущие на тропе грибы, ягоды, сломанные ветки.
3. Как развести костер:
  - а) поджечь ветки в костре двумя – тремя спичками, а затем сверху положить дрова;
  - б) положить на почву растопку, поджечь ее, а сверху положить ветки и затем дрова;
  - в) приготовить растопку и дрова, сверху веток положить поленья и соблюдать правила пожарной безопасности.
4. Что можно использовать, чтобы заварить чай:
  - а) листья березы;
  - б) волчьи ягоды;
  - в) бузину;
  - г) иван-чай;
5. Как вы будете переправляться, если лед ненадежен, а обойти его нет возможности:
  - а) с шестом, держа его горизонтально на уровне груди;
  - б) ползком;
  - в) обычным шагом, простукивая лед впереди палкой.
6. Что запрещается делать при разведении костра:
  - а) разводить костер возле водоемов;
  - б) использовать для костра сухой травы;
  - в) использовать для костра сухую траву;
  - г) разводить костер на торфяных болотах;
  - д) оставлять дежурить возле костра менее трех человек.
7. Обеззараживание воды в полевых условиях осуществляется:
  - а) очисткой через песочный фильтр;
  - б) очисткой через фильтр из глины, ваты и материи;
  - в) кипячением воды;
8. При движении зимой по льду замерзших рек необходимо:
  - а) идти осторожно плотной группой обязательно на лыжах;
  - б) увеличить интервалы между членами группы, ослабить ремни рюкзаков, приготовить веревку, расстегнуть крепления лыж;
  - в) снять лыжи и двигаться пешком, в случае необходимости лечь на лед и передвигаться по-пластунски.
9. Наиболее безопасные места при сходе оползней, селей, обвалов, лавин:
  - а) склоны гор, где оползневые процессы не очень интенсивны, ущелья и выемки между горами;
  - б) возвышенности, расположенные с противоположной стороны селеопасного направления, склоны гор и

- возвышенностей, не расположенные к оползневому процессу;
- в) долины между гор с селе – и лавиноопасными участками, большие деревья с толстыми стволами, большие камни, за которыми можно укрыться.
10. Если вы оказались в лесу, где возник пожар, то необходимо:
- а) оставаться на месте до приезда пожарных;
- б) определить направление ветра и распространение огня и быстро выходить из леса в наветренную сторону;
- в) определить направление ветра и распространения огня и быстро выходить из леса в подветренную сторону.
11. По каким местным приметам можно определить стороны света:
- а) стволам и коре деревьев, лишайнику и мху» склонам холмов и бугров, муравейникам, таянию снега;
- б) кустарнику и сухой траве, направлению течения ручьев и рек, наезженной колее;
- в) поляньям на водоемах, скорости ветра, направлению комлей валяющихся на дороге спиленных деревьев.
12. Какого цвета должна быть верхняя одежда туриста:
- а) однотонного цвета;
- б) яркая, демаскирующая;
- в) из камуфлированного материала.
13. Каким должно быть место для разведения костра:
- а) место для разведения костра должно быть не далее 10 метров от водного источника;
- б) в ненастную погоду надо разводить костер под деревом, крона которого должна превышать основание костра на 6 метров;
- в) место для разведения костра необходимо очистить от травы, листьев, неглубокого снега.
14. Чтобы правильно преодолеть реку, следует:
- а) преодолевать реку вплавь, использовать надувные матрацы и камеры;
- б) выбрать место, где вода выглядит спокойной, и переходить реку вброд, используя надувные камеры;
- в) выбрать удобное место и переходить реку вброд, используя шест или альпеншток.
15. Если в походе во время движения по маршруту вы отстали от группы, то:
- а) можно сойти с трассы, чтобы найти следы товарищей;
- б) нельзя сходить с трассы, лыжни;
- в) необходимо сойти с трассы и остановиться на развилке тропы.
16. Каковы требования к месту сооружения временного жилища:
- а) место на берегу реки на уровне воды среди сухостоя, который можно использовать для костра;
- б) ровная возвышенная продуваемая площадка, возле источника воды, достаточно топлива, вблизи поляны для подачи сигналов бедствия;
- в) недалеко дорога или наезженная тропа, вблизи много грибов и ягод.
17. Какими насекомыми и пресмыкающимися можно утолить голод в условиях вынужденного автономного существования при отсутствии продуктов питания:
- а) колорадские жуки, бабочки, дождевые черви, земляные жабы;
- б) личинки майского жука, медведка, улитки всех видов, жабы;
- в) саранча и кузнечики, термиты, ящерицы и змеи.
18. Почему при переходе через реку не рекомендуется выбирать местом перехода участок выше камней (по течению):
- а) там часто встречаются водовороты;
- б) там наибольшая глубина;
- в) там очень высокая скорость воды;
- г) там вода выглядит спокойнее, но напор воды наибольший.
19. Если во время движения на маршруте вы заблудились и не можете найти свои следы, то следует:
- а) прислушаться к звукам, чтобы потом двигаться подальше от дорог или рек;
- б) остановиться и оценить ситуацию, искать тропу или дорогу! ручей или реку;
- в) найти возвышенное место и оглядеться, а затем двигаться в направлении захода солнца.
20. При устройстве шалаша крышу следует накрывать:
- а) снизу — вверх;
- б) сверху — вниз;
- в) справа — налево;
- г) безразлично как.
21. Какое время является лучшим для рыбной ловли:
- а) полдень;
- б) ночь (после наступления темноты);
- в) в течение дня;
- г) утро (на рассвете).
22. Допустимая толщина льда при передвижении по нему людей должна быть:
- а) не менее 10 см;
- б) не менее 5 см;
- в) не менее 15 см.
23. При преодолении болот необходимо:
- а) идти осторожно, но широким шагом, предварительно обвязав друг друга страховочной веревкой;
- б) вооружиться шестом, настелить гать из жердей, идти, наступая на кочки или корневища кустов;

в) идти друг за другом, держась за руки, стараясь наступать между кочками.

24. Если вы оказались в зоне лесного пожара, то, прежде всего, необходимо:

- а) накрыть голову и верхнюю часть тела мокрой одеждой и окунуться в ближайший водоем;
- б) не обгонять лесной пожар, а двигаться под прямым углом к направлению распространения огня;
- в) для преодоления недостатка кислорода пригнуться к земле к дышать через мокрый платок (одежду)

Количество баллов: 5

Типовые задания к разделу "Вынужденное автономное выживание в природных условиях":

### 1. Доклад/сообщение

Используя литературные источники, подготовьте доклад с презентацией по одному из вопросов следующих практических работ:

1. Топография и ориентирование при автономном выживании человека в экстремальных ситуациях.
2. Действия при вынужденной автономии в природных условиях.
3. Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях.

"Топография и ориентирование при автономном выживании человека в экстремальных ситуациях":

1. Понятие «ориентирование» и «географическая проекция».
2. Топографические карты. Масштаб карты. Чтение карты. Классификация топографических знаков. Масштабные и внесматбные топографические знаки. Группы топографических знаков.
3. Ориентирование на местности. Компас. Азимут. Определение направление и движение по азимуту. Определение местоположения. Измерение расстояний на местности.
4. Ориентирование по солнцу, луне, звездам.
5. Ориентирование по местным предметам.
6. Ориентирование по свету и звукам.

"Действия при вынужденной автономии в природных условиях":

1. Правила поведения при вынужденном автономном существовании. Определение направления выхода к населенному пункту.
2. Сооружение временного укрытия. Типы временных укрытий. Ночевка без убежищ.
3. Способы добытия, сохранения огня и разведения костра.
4. Добывание и очищение воды в условиях вынужденного автономного существования.
5. Поиск и приготовление пищи в условиях вынужденного автономного существования.
6. Сигналы бедствия и сигнальные средства. Международная кодовая таблица «земля-воздух». Международная жестовая таблица.

"Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях":

1. Автономное выживание в условиях холодного климата (тундра, Арктика и Антарктика): опасности арктической зоны; требования к одежде и обуви; сооружение убежища в условиях холодного климата.
2. Автономное выживание в условиях пустыни: особенности климата пустыни; опасности пустыни; защита организма от обезвоживания, поиски и способы добычи воды; ориентирование в пустыне.
3. Выживание после крушения корабля: безопасное покидание судна; спасательные средства: индивидуальные и коллективные спасательные средства.
4. Автономное выживание в открытом океане: опасности океана; ориентирование в открытом океане; добыча воды и пищи в открытом океане.
5. Выживание в лесисто-болотистой местности: выживание в условиях тайги, опасности тайги; безопасное передвижение по болоту, типы болот; помощь человеку, попавшему в трясину

Количество баллов: 20

### 2. Задания к лекции

Используя литературные источники, выполните задания к лекциям:

1. Причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе.
2. Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях.
3. Профилактика заболеваний и первая помощь в условиях автономного существования.

"Причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе":

1. Опишите наиболее распространенные опасности во время отдыха на природе и при проведении туристских походов на территории Южного Урала.
2. Выделите основные проблемы автономного выживания. Каковы возможности их преодоления?
3. Дайте характеристику резервных возможностей организма человека.

"Основы автономного существования в различных климатогеографических условиях":

1. Охарактеризуйте особенности климата Южного Урала, которые необходимо учитывать при организации и проведении туристских походов в разное время года.
2. Составьте памятку туриста «Приметы устойчивости и меняющейся погоды».
3. Особенности акклиматизации человека к различным природным условиям.

Количество баллов: 15

### 3. Конспект по теме

Используя литературные источники, выполните задание по теме "Психологические аспекты автономного выживания человека в природе".

1. Особенности формирования отношения к экстремальным ситуациям. Факторы, влияющие на восприятие

человеком ситуации как высокоопасной.

2. Типичные психические реакции человека на экстремальные ситуации.
3. Возможные психические нарушения при возникших ситуациях, опасных для жизни.
4. Модели адаптации к экстремальной ситуации.
5. Психологическая помощь после ситуаций с высокой опасностью для жизни: алгоритм помощи при возникновении непродуктивных реакций на экстремальную ситуацию; основные методы самопомощи при стрессе, возникшем в опасной для жизни ситуации природного характера.

Количество баллов: 5

#### 4. Проект

Используя литературные источники, подготовить проект на одну из предложенных тем.

1. Экстремальные условия и экстремальные ситуации в природе: факторы, определяющие успех выживания в природе.
2. Основы адаптации существования в различных климатогеографических условиях.
3. Основные факторы стресса, способы их преодоления.
4. Организация убежищ и укрытий, выбор места, планы укрытий. Основные требования к временному укрытию.
5. Питьевой режим и добывание воды. Правила пользования природными водоисточниками.
6. Питание и добывание пищи. Основные источники пищи, определение пригодности их к употреблению в пищу.
7. Организация, подготовка и проведение турпоходов. Разработка маршрутов. Подготовка снаряжения.
8. Обезвоживание организма. Методы добычи и обеззараживания воды.
9. Зелёная аптека: природные лекарственные средства.
10. Методы ориентирования в природных условиях.
11. Методы психической саморегуляции в экстремальной ситуации.
12. Приметы устойчивой и меняющейся погоды.

Количество баллов: 10

#### 5. Тест

Используя литературные источники, подготовьтесь ответить на вопросы теста по теме "Профилактика заболеваний и первая помощь в условиях автономного существования".

1. Болезненное состояние, связанное с общим понижением температуры тела, под воздействием холода – это...
  - 1 – отморожение.
  - 2 – болевой шок.
  - 3 – переохлаждение.
  - 4 – обморок.
2. Повреждение тканей, вызванное воздействием на них высоких температур – это...
  - 1 – ожог.
  - 2 – тепловой удар.
  - 3 – солнечный удар.
  - 4 – обморок.
3. Восстановите порядок действий при оказании первой помощи пострадавшему от укуса змеи:
  - 1 – обработать место укуса дезинфицирующим средством.
  - 2 – доставить пострадавшего в медпункт.
  - 3 – пострадавшему обеспечить покой и горизонтальное положение.
  - 4 – попытаться выдавить из раны несколько капель крови, удаляя еще не всосавшийся яд.
  - 5 – дать пострадавшему обильное питье.
  - 6 – наложить стерильную повязку.

Ответ \_\_\_\_\_

4. Определите правильную очередность действий при отморожении:
  - 1 – согреть пораженную часть тела, растирая ладонями или мягкой тканью.
  - 2 – дать пострадавшему горячее питье.
  - 3 – на пораженный участок наложить стерильную повязку.
  - 4 – дать пострадавшему обезболивающее средство.
  - 5 – тепло укутать пострадавшего.

Ответ \_\_\_\_\_

5. Восстановите порядок действий при оказании первой помощи пострадавшему от укуса клеща:
  - 1 – место укуса обработать дезинфицирующим средством.
  - 2 – доставить пострадавшего в медпункт.
  - 3 – прокаленным пинцетом раскачивая вынуть клеща из раны.
  - 4 – смазать клеща на месте укуса маслом или вазелином.
  - 5 – тщательно вымыть руки после удаления клеща.
  - 6 – залить кипятком насекомое.

Ответ \_\_\_\_\_

6. Определите правильную очередность действий при ожогах:
  - 1 – дать обильное питье пострадавшему.

- 2 – снять одежду и обувь с пораженного участка.
- 3 – наложить сухую стерильную повязку на обожженный участок.
- 4 – охладить место ожога водой (льдом, снегом).
- 5 – обеспечить покой пострадавшему.

Ответ \_\_\_\_\_

7. Местными признаками раневой инфекции являются ...

- 1 – отёк и покраснение окружающих рану тканей.
- 2 – повышение температуры тела и появление тахикардии.
- 3 – появление тахикардии и слабость.
- 4 – слабость и снижение аппетита.

8. Первая помощь ребенку, получившему ссадины и ушибы, включает ...

- 1 – промывание раны чистой водой, остановку кровотечения прижатием к ране повязки, наложение стерильной повязки с антисептиком.
- 2 – обработку раны антисептическим порошком, остановку кровотечения методом наложения жгута.
- 3 – обработку раны йодом, остановку кровотечения пальцевым прижатием, наложение стерильной повязки.
- 4 – обработку раны перекисью водорода и йодом, наложение на рану лейкопластыря

9. Многочисленные наблюдения показывают, что в течение \_\_\_\_\_ после ранения микроорганизмы находятся в основном на поверхности раны.

- 1 – 6–24 часов.
- 2 – 30–60 минут.
- 3 – 10–15 минут.
- 4 – 1–6 часов.

10. Неотложная помощь при артериальном кровотечении у детей заключается в ...

- 1 – остановке кровотечения путем наложения жгута, обработке раны йодом и наложении стерильной повязки
- 2 – остановке кровотечения путем прижатия ладони к ране, обработке раны спиртом и наложении стерильной повязки
- 3 – остановке кровотечения путем наложения холодного компресса, обработке раны дезинфектантом и наложении стерильной повязки
- 4 – остановке кровотечения путем наложения шины, обработке раны перекисью водорода, наложении давящей повязки

11. Для временной остановки кровотечения в тех случаях, когда использование жгута противопоказано или невозможно, применяют ...

- 1 – метод фиксированного положения конечности.
- 2 – ушивание поврежденных сосудов.
- 3 – поднятие поврежденной конечности.
- 4 – прижатие соответствующей артерии ниже раны.

12. При оказании первой помощи необходимо наложить жгут при кровотечении ...

- 1 – из лучевой артерии.
- 2 – из вен предплечья.
- 3 – в кишечнике.
- 4 – в желудке.

13. При наружном капиллярном и умеренном венозном кровотечении противопоказано ...

- 1 – накладывать артериальный жгут.
- 2 – накладывать тугую асептическую повязку.
- 3 – придавать конечности возвышенное положение.
- 4 – прикладывать к поврежденному месту холод.

14. Обострение гипертонической болезни – гипертонический криз – характеризуется внезапным появлением таких симптомов, как ...

- Укажите не менее двух вариантов ответа
- 1 – резкая головная боль и головокружение
  - 2 – синюшность кожных покровов, угнетенное сознание
  - 3 – нарастающая одышка, липкий холодный пот
  - 4 – тошнота и рвота, не приносящая облегчения

15. К правилам наложения жгута при артериальном кровотечении относится ...

- 1 – жгут следует накладывать поверх одежды выше раны и возможно ближе к ней
- 2 – жгут следует расслаблять через каждые 10 минут на короткое время
- 3 – жгут держат не менее 2 часов
- 4 – жгут следует накладывать поверх одежды ниже раны и возможно ближе к ней

16. У женщины 40 лет, страдающей гипертонической болезнью, носовое кровотечение. Кровь течет струей из одной половины носа. Состояние больной средней тяжести из-за сильной головной боли. Носовое кровотечение началось 30 минут назад.

А. При оказании первой медицинской помощи при носовом кровотечении недопустимо ...

- 1 – капать сосудосуживающие средства.
- 2 – прикладывать холод к переносице.
- 3 – запрокидывать голову.

4 – садиться, наклонив голову вперед.

Б. Для остановки носового кровотечения можно ввести в носовой проход 2 капли \_\_\_\_\_ средств. (Слово введите в поле ответов в форме соответствующего падежа.)

В. Согласно международным критериям ВОЗ, артериальная гипертензия дифференцируется при артериальном давлении на уровне ...

1 – 140/90 мм рт. ст. и ниже.

2 – выше 200/100 мм рт. ст.

3 – 90/60 мм рт. ст. и ниже.

4 – 140/90 мм рт. ст. и выше.

17. Приподнятием конечности и наложением давящей повязки останавливают \_\_\_\_\_ кровотечение.

1 – артериальное.

2 – венозное.

3 – паренхиматозное.

4 – внутреннее.

18. При оказании первой медицинской помощи при легочном кровотечении необходимо ...

1 – наложить холод на низ живота, уложить на носилки с опущенным изголовьем

2 – уложить больного, наложить холод на область желудка

3 – наложить жгут на область грудной клетки и срочно госпитализировать

4 – придать больному полусидячее положение и приложить холод на грудную клетку

19. Ярко-алая пенная кровь, выходящая изо рта синхронно с кашлевыми толчками указывает на \_\_\_\_\_ кровотечение

1 – носовое.

2 – ушное.

3 – легочное.

4 – желудочно-кишечное.

20. Признаками правильно наложенного жгута являются ...

1 – остановка кровотечения, побледнение кожи, отсутствие пульса на периферической артерии

2 – остановка кровотечения, потеря чувствительности на периферии.

3 – остановка кровотечения, синюшный оттенок кожи.

4 – похолодание кожи конечности, остановка кровотечения.

21. К мероприятиям первой медицинской помощи при венозном кровотечении относится:

1 – наложение давящей повязки.

2 – пальцевое прижатие артерии к ближайшему костному выступу.

3 – согревание конечности.

4 – наложение асептической повязки

Количество баллов: 5

### 5.2.2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ».

#### Первый период контроля

##### 1. Экзамен

Вопросы к экзамену:

1. Наиболее распространенные опасности во время отдыха на природе и при проведении туристических походов.

2. Резервные возможности человеческого организма. Температурные и водовоздушные факторы.

3. Резервные возможности человеческого организма. Голодание и его переносимость. Условия и порядок выхода из состояния голодания.

4. Подготовка к автономному существованию. Подбор защитной одежды и экипировки.

5. Общие правила поведения при попадании в условия вынужденной автономии.

6. Возможные заболевания в условиях вынужденной автономии, их профилактика и лечение.

7. Возможные травмы в условиях вынужденной автономии, их профилактика и первая помощь.

8. Средства и способы сигнализации о своем местонахождении и состоянии.

9. Особенности движения по незнакомой местности в одиночку и группой.

10. Автономное существование и выживание. Факторы выживания.

11. Подготовка к автономному существованию. Назначение и состав набора для выживания.

12. Порядок действий при анализе ситуации в режиме автономного существования.

13. Последовательность действий при защите от неблагоприятных факторов внешней среды (холода, ветра).

14. Последовательность действий при защите от неблагоприятных факторов внешней среды (дождя, солнца).

15. Порядок выбора маршрута для движения по незнакомой местности.

16. Определение сторон горизонта по солнцу, звездам, по луне.

17. Ориентирование на месте по местным предметам. Растения – указатели.
18. Требование к выбору места для стоянки, ночевки в условиях жаркого климата. Места не пригодные для стоянки, ночевки.
19. Способы добывания огня. Методы приготовления пищи.
20. Способы добывания огня. Основные типы костров для обогрева. Порядок переноса огня при движении по маршруту.
21. Способы поиска воды в различных грунтах. Признаки близости воды. Способы сбора росы и дождевой воды. Методы обеззараживания и фильтрации воды.
22. Добыча пищи методом охоты. Простейшие ловушки.
23. Добыча пищи методом сбора. Тест на съедобность.
24. Питание и водоснабжение в условиях тайги.
25. Питание и водоснабжение в степных условиях.
26. Питание и водоснабжение в высокогорных условиях.
27. Питание и водоснабжение в условиях крайнего севера.
28. Укусы млекопитающих и змей, ядовитых пауков и жалящих насекомых. Помощь при укусах.
29. Погодные условия. Приметы устойчивости и меняющейся погоды.
30. Потенциально опасные ситуации и их характеристика.
31. Опасные и вредные факторы среды обитания и их характеристика.
32. Голодание и его переносимость.
33. Аклиматизация человека к различным природным условиям.
34. Организации стоянки, ночевки в различных климатогеографических зонах.
35. Ловля рыба. Снасти и методы ловли.
36. Организация лагеря. Традиционные и не традиционные укрытия.
37. Природные лекарственные средства.
38. Основные типы костров для обогрева в холодное время года.
39. Ядовитые растения и грибы.
40. Возможные травмы в условиях автономного существования.

### 5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):

Отметка	Критерии оценивания
"Отлично"	- дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Хорошо"	- дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Удовлетворительно" ("зачтено")	- затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации - неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя - выполнение заданий при подсказке преподавателя - затруднения в формулировке выводов
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	- неправильная оценка предложенной ситуации - отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий

## 6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1. Лекции

Лекция - одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой устное, монологическое, систематическое, последовательное изложение преподавателем учебного материала с демонстрацией слайдов и фильмов. Работа обучающихся на лекции включает в себя: составление или слежение за планом чтения лекции, написание конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой.

Требования к конспекту лекций: краткость, схематичность, последовательная фиксация основных положений, выводов, формулировок, обобщений. В конспекте нужно помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Последующая работа над материалом лекции предусматривает проверку терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. В конспекте нужно обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

### 2. Практические

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

### 3. Экзамен

Экзамен преследует цель оценить работу обучающегося за определенный курс: полученные теоретические знания, их прочность, развитие логического и творческого мышления, приобретение навыков самостоятельной работы, умения анализировать и синтезировать полученные знания и применять их для решения практических задач.

Экзамен проводится в устной или письменной форме по билетам, утвержденным заведующим кафедрой. Экзаменационный билет включает в себя два вопроса и задачи. Формулировка вопросов совпадает с формулировкой перечня вопросов, доведенного до сведения обучающихся не позднее чем за один месяц до экзаменационной сессии.

В процессе подготовки к экзамену организована предэкзаменационная консультация для всех учебных групп.

При любой форме проведения экзаменов по билетам экзаменатору предоставляется право задавать студентам дополнительные вопросы, задачи и примеры по программе данной дисциплины. Дополнительные вопросы, также как и основные вопросы билета, требуют развернутого ответа.

Результат экзамена выражается оценкой «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

### 4. Доклад/сообщение

Доклад – развернутое устное (возможен письменный вариант) сообщение по определенной теме, сделанное публично, в котором обобщается информация из одного или нескольких источников, представляется и обосновывается отношение к описываемой теме.

Основные этапы подготовки доклада:

1. четко сформулировать тему;
2. изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации:
  - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.);
  - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.);
  - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.);
3. написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
4. написать доклад, соблюдая следующие требования:
  - структура доклада должна включать краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы;
  - в содержании доклада общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
5. оформить работу в соответствии с требованиями.

### 5. Задания к лекции

Задания к лекции используются для контроля знаний обучающихся по теоретическому материалу, изложенному на лекциях.

Задания могут подразделяться на несколько групп:

1. задания на иллюстрацию теоретического материала. Они выявляют качество понимания студентами теории;
2. задания на выполнение задач и примеров по образцу, разобранным в аудитории. Для самостоятельного выполнения требуется, чтобы студент овладел рассмотренными на лекции методами решения;
3. задания, содержащие элементы творчества, которые требуют от студента преобразований, реконструкций, обобщений. Для их выполнения необходимо привлечь ранее приобретенный опыт, устанавливать внутривидовые и межпредметные связи, приобрести дополнительные знания самостоятельно или применить исследовательские умения;
4. может применяться выдача индивидуальных или опережающих заданий на различный срок, определяемый преподавателем, с последующим представлением их для проверки в указанный срок.

### 6. Конспект по теме

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то теме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

Этапы выполнения конспекта:

1. определить цель составления конспекта;
2. записать название текста или его части;
3. записать выходные данные текста (автор, место и год издания);
4. выделить при первичном чтении основные смысловые части текста;
5. выделить основные положения текста;
6. выделить понятия, термины, которые требуют разъяснений;
7. последовательно и кратко изложить своими словами существенные положения изучаемого материала;
8. включить в запись выводы по основным положениям, конкретным фактам и примерам (без подробного описания);
9. использовать приемы наглядного отражения содержания (абзацы «ступеньками», различные способы подчеркивания, шрифт разного начертания, ручки разного цвета);
10. соблюдать правила цитирования (цитата должна быть заключена в кавычки, дана ссылка на ее источник, указана страница).

## 7. Проект

Проект – это самостоятельное, развернутое решение обучающимся, или группой обучающихся какой-либо проблемы научно-исследовательского, творческого или практического характера.

Этапы в создании проектов.

1. Выбор проблемы.
2. Постановка целей.
3. Постановка задач (подцелей).
4. Информационная подготовка.
5. Образование творческих групп (по желанию).
6. Внутригрупповая или индивидуальная работа.
7. Внутригрупповая дискуссия.
8. Общественная презентация – защита проекта.

## 8. Тест

Тест это система стандартизированных вопросов (заданий), позволяющих автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающихся. Тесты могут быть аудиторными и внеаудиторными. Преподаватель доводит до сведения студентов информацию о проведении теста, его форме, а также о разделе (теме) дисциплины, выносимой на тестирование.

При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

- проработать информационный материал по дисциплине. Проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;
- выяснить все условия тестирования заранее. Необходимо знать, сколько тестов вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.
- работая с тестами, внимательно и до конца прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов; выбрать правильные (их может быть несколько); на отдельном листке ответов выписать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам. В случае компьютерного тестирования указать ответ в соответствующем поле (полях);
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.
- решить в первую очередь задания, не вызывающие трудностей, к трудному вопросу вернуться в конце.
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

1. Проблемное обучение
2. Проектные технологии
3. Цифровые технологии обучения
4. Технологии эвристического обучения

## **8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ**

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. учебная аудитория для лекционных занятий
3. учебная аудитория для семинарских, практических занятий
4. Лицензионное программное обеспечение:
  - Операционная система Windows 10
  - Microsoft Office Professional Plus
  - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
  - Справочная правовая система Консультант плюс
  - 7-zip
  - Adobe Acrobat Reader DC
5. Специализированное оборудование и технические средства обучения: