

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Орский гуманитарно-технологический институт (филиал)
федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Оренбургский государственный университет»
(Орский гуманитарно-технологический институт (филиал) ОГУ)**

Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры (ОГТИ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Д.В.7 Безопасный отдых и туризм»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

(код и наименование направления подготовки)

"Безопасность жизнедеятельности", "Физическая культура"

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

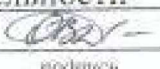
Бакалавр

Форма обучения

Очная, заочная

Рабочая программа дисциплины «Б1.Д.В.7 Безопасный отдых и туризм»
рассмотрена и утверждена на заседании кафедры
безопасности жизнедеятельности и физической культуры (ОГТИ)
наименование кафедры

протокол № 6 от "5" февраля 2025г.

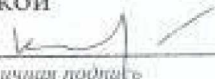
Заведующий кафедрой
безопасности жизнедеятельности и физической культуры (ОГТИ)
наименование кафедры  подпись О.В. Даниленко расшифровка подписи

Исполнители:

должность доцент  подпись О.В. Даниленко расшифровка подписи
должность подпись расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки
44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)
код наименование  личная подпись С.М. Абрамов расшифровка подписи

Заведующий библиотекой
 личная подпись М.В. Камышанова расшифровка подписи

Начальник ОИТ
 личная подпись М.В. Сапрыкин расшифровка подписи

© Даниленко О.В., 2025
© Орский гуманитарно-
технологический
институт (филиал) ОГУ,
2025

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цель (цели) освоения дисциплины: совершенствование педагогического мастерства, овладение методикой организации и проведения туристических походов с учащимися, обучение их безопасному поведению в природной среде.

Задачи:

- формирование у студентов понимания значимости и ответственного отношения к организации и проведению туристических походов с учащимися;
- овладение основными методическими рекомендациями, знаниями, умениями и навыками по проведению некатегорийных и категорийных туристических походов;
- формирование и развитие умений использовать полученные знания и навыки в практической педагогической деятельности;

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к обязательным дисциплинам (модулям) вариативной части блока Д «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.25 Опасные ситуации природного характера и защита от них*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	УК-5-В-1 Проявляет толерантное восприятие социальных и культурных различий, уважительное и бережное отношение к историческому наследию и культурным традициям УК-5-В-2 Демонстрирует уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира, включая мировые религии, философские и этические учения УК-5-В-3 Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп УК-5-В-4 Сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументировано обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера	Знать: - особенности педагогической коммуникации; - особенности комплектования туристических групп учащихся; - основы разрешения конфликтных ситуаций. Уметь: - осуществлять педагогически оправданное взаимодействие между участниками образовательного процесса; - эффективно разрешать конфликтные ситуации; - организовывать и привлекать к активному участию всех членов тургруппы в подготовке к походу, в том числе по комплектации всего комплекта походного снаряжения, продуктов питания и т.д.; Владеть: - навыками управления педагогическим процессом; - навыками осуществления взаимодействия между субъектами и объектами образовательного процесса. - навыками тактики и техники похода, в том числе в экстремальных ситуациях.
ПК*-1 Способен осваивать и использовать базовые научно-	ПК*-1-В-1 Знает содержание, сущность, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области;	Знать: - особенности организации туристических походов с обучающимися; - вредные и опасные факторы,

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
теоретические знания и практические умения по предмету в профессиональной деятельности по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях	закономерности, определяющие место предмета в общей картине мира; основы общетеоретических дисциплин в объеме, необходимом для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач ПК*-1-В-2 Анализирует базовые предметные научно-теоретические представления о сущности, закономерностях, принципах и особенностях изучаемых явлений и процессов ПК*-1-В-3 Владеет навыками понимания и системного анализа базовых научно-теоретических представлений для решения профессиональных задач ПК*-1-В-4 Уметь использовать и апробировать специальные подходы к обучению математики в целях включения в образовательный процесс всех категорий обучающихся; применять психолого-педагогические технологии (в том числе, инклюзивные), необходимые для адресной работы с различными контингентами учащихся: одаренные дети, социально-уязвимые дети, дети, попавшие в трудные жизненные ситуации, дети-мигранты, дети-сироты, дети с отклонениями в развитии	угрожающие участникам турпоходов; - методы и приемы обеспечения безопасности участников турпоходов. Уметь: - использовать полученные знания для организации походов с обучающимися. Владеть: - навыками анализа научной и методической информации по организации безопасного отдыха и туризма.

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 академических часов).

а) очная форма обучения

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	1 семестр	всего
Общая трудоёмкость	108	108
Контактная работа:	43,25	43,25
Лекции (Л)	20	20
Практические занятия (ПЗ)	22	22
Консультации	1	1
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
Самостоятельная работа:	64,75	64,75
- <i>самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий;</i>	34	34
- <i>подготовка к практическим занятиям;</i>	20	20
- <i>подготовка к рубежному контролю и т.п.)</i>	10,75	10,75
Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)	экзамен	

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Введение	10	2			8
2	Нормативные требования по туристско-краеведческой деятельности	22	4	4		14
3	Организация и подготовка к туристическому походу.	28	6	6		16
4	Проведение туристического похода.	24	4	6		14
5	Подведение итогов путешествий и походов.	24	4	6		14
	Итого:	108	20	22		66
	Всего:	108	20	22		66

б) заочная форма обучения

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	2 семестр	всего
Общая трудоёмкость	108	108
Контактная работа:	19,25	19,25
Лекции (Л)	8	8
Практические занятия (ПЗ)	10	10
Консультации	1	1
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
Самостоятельная работа:	88,75	88,75
- самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий;	52	52
- подготовка к практическим занятиям;	28	28
- подготовка к рубежному контролю и т.п.	8,75	8,75
Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)	экзамен	

Разделы дисциплины, изучаемые в 2 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Введение	20	2			18
2	Нормативные требования по туристско-краеведческой деятельности	22	2	2		18
3	Организация и подготовка к туристическому походу.	22	2	2		18
4	Проведение туристического похода.	24	2	4		18
5	Подведение итогов путешествий и походов.	20		2		18
	Итого:	108	8	10		90
	Всего:	108	8	10		90

4.2 Содержание разделов дисциплины

1 Введение Предмет, цель, задачи изучения курса.

2 Нормативные требования по туристско-краеведческой деятельности. Инструкция по организации и проведению туристических походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами РФ. Классификация походов с учащимися. Опыт участия и руководства в походах по данному виду туризма, категория их сложности. Основные требования к участникам, руководителю и заместителю туристических, в том числе, туристско-спортивных

походов. Минимальный возраст, количественный состав группы. Разрядные требования категорийности походов.

3 Организация и подготовка к туристическому походу. Цели похода и комплектование туристической группы. Познавательные, оздоровительные, военно-патриотические, туристско-спортивные цели. Единство и конкретность цели похода. Подбор состава группы с учетом возрастных, психологических особенностей учащихся, физического развития и здоровья. Организация работы, обучения группы, распределение должностных обязанностей в группе. Разработка маршрута, плана-графика, сметной документации. Организация закупки комплекта походного снаряжения и продуктов питания. Разработка маршрута похода согласно его категорийности, изучение по топографической карте местности, составление сметы расходов, состоящей из приходной и расходной части с учетом душевого показателя и на всех членов группы. Походное снаряжение: личное и групповое. Походная медицинская аптечка. Составление рациона питания согласно калорийности основных продуктов питания. Аварийный запас. Закупка продуктов, их упаковка и хранение. Общий и индивидуальный инструктаж членов тургруппы. Проверка готовности каждого члена группы, в том числе, проверка личного и группового снаряжения. Предпоходная проверка – важное звено в процессе обучения и воспитания юного туриста.

4 Проведение туристического похода. Сбор участников группы. Переезд или переход к начальному пункту маршрута в благоприятное время с учетом правил безопасности для учащихся. Отметка маршрутного листа. Движение группы по маршруту: его режим, техника и тактика передвижения. Осмотр группы, ее построение в туристическую цепочку согласно индивидуальным особенностям физического здоровья членов группы.

Режим движения согласно нормам и правилам туристических походов, а также плана-графика с учетом возрастных особенностей детей и других факторов. "Техника" похода: сумма приемов и правил, которые позволяют туристам безопасно с меньшей потерей сил и времени преодолеть маршрут и все на нем препятствия. Походный туристический бивак. Требования к месту организации бивака. Планировка бивака. Фронт бивачных работ. Утро. Уход с бивака. Некоторые моменты воспитательной работы в походе. Самоуправление и самообслуживание в походе. Работа штаба. Доверительность, здоровое общественное мнение. Популярные меры воздействия на нерадивых и нарушителей дисциплины. Внеочередные наряды и другие меры. "Принцип соревновательности". Особенности водного, лыжного, велосипедного и горного туризма. Сравнительная характеристика и особенности водного туризма. Тренировочные занятия. Поход на лыжах. Особенности снаряжения и оборудования, природно-климатические условия зимнего периода года и правила безопасности. Оборудование велотуризма, его положительные и негативные моменты. Горный туризм с учащимися. Специальное оборудование и снаряжение. Учет природно-климатических условий и экстремальных ситуаций.

5 Подведение итогов путешествий и походов. Составление финансового отчета, оформление и обработка экспедиционного масштаба. Экспонирование образцов на выставке. Составление паспорта маршрута и другой документации. Проведение итогового собрания

4.3 Практические занятия (семинары)

а) очная форма обучения

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	2	Нормативно-правовое регулирование турпоходов с обучающимися	2
2	2	Классификация походов по категориям сложности	2
3	3	Разработка маршрута похода	2
4-5	3	Туристическое снаряжение и требования к нему	4
6	4	Проведение пешего похода	2
7-8	4	Особенности водного, лыжного, велосипедного и горного туризма.	4
9	5	Отчетная документация по турпоходу	4
10-11	5	Подведение итогов турпохода	2
		Итого:	22

б) заочная форма обучения

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	2	Нормативно-правовое регулирование турпоходов с обучающимися	2
2	3	Туристическое снаряжение и требования к нему	2
3	4	Особенности водного, лыжного, велосипедного и горного туризма.	2
4	4	Проведение пешего похода	2
5	5	Подведение итогов турпохода	2
		Итого:	10

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

1. Кравчук, Т.А. Теория и методика спортивно-оздоровительного туризма [Электронный ресурс] : учебное пособие / Т.А. Кравчук, И.А. Зданович, В.Н. Агальцов ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики туризма и социально-культурного сервиса. - Издание 2-е, переработанное и дополненное. - Омск : Издательство СибГУФК, 2009. - Ч. II. - 136 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=298125>
2. Нусс, Н.А. Безопасность в туризме [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.А. Нусс. - Новосибирск : НГТУ, 2011. - 68 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228784>
3. Соловьев, С.С. Безопасный отдых и туризм: учеб.пособие для вузов / Соловьев, С.С. . - М. : Академия, 2008. - 288с.. - (Рек.УМО) (Коэффициент книгообеспеченности = 0,7)
4. Маслова, Л.Ф. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.Ф. Маслова ; ФГБОУ ВПО «Ставропольский государственный аграрный университет». - Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет, 2014. - 87 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277462>

5.2 Дополнительная литература

1. Братановский, С.Н. Правовое регулирование туризма в Российской Федерации [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.Н. Братановский, М.С. Братановская, С.А. Кочерга. - М. : Директ-Медиа, 2014. - 180 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=239972>
2. Никифоров, Л. Л. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Л. Л. Никифоров, В. В. Персиянов. – 4-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2022. – 492 с. : ил., табл., схем. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684399>
3. Бгатов, А. П. Безопасность в туризме: учебное пособие для вузов / А. П. Бгатов . - М. : Форум, 2007. - 176 с. - ISBN 978-5-91134-175-6. (Коэффициент книгообеспеченности = 0,28)
4. Махов, С.Ю. Организация безопасности активного туризма [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С.Ю. Махов ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИВ, 2014. - 126 с. – Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428625>

5.3 Периодические издания

1. Журнал ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ (Россия). Печатная версия архив 2008-2012, 2014-2020г.
2. Журнал ОБЖ. Всё для учителя! (16+) архив 2016г.

5.4 Интернет-ресурсы

5.4.1. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Oxford University Press - <http://archive.neicon.ru/> Доступсвободный
2. Научная библиотека - <http://niv.ru/> Доступ свободный

3. eLIBRARY.RU - www.elibrary.ru Доступ свободный. Необходима индивидуальная регистрация в локальной сети вуза.

4. КиберЛенинка - <https://cyberleninka.ru/> Доступ свободный

5. Базы данных ИНИОН РАН - <http://inion.ru/resources/bazy-dannykh-inion-ran/> Доступ свободный

5.4.2. Тематически профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Фундаментальная электронная библиотека – <http://feb-web.ru/>

2. Международная Академия наук экологии и безопасности жизнедеятельности - <http://www.maneb.ru/>

3. ОБЖ.ру - <http://www.obzh.ru/>

4. МЧС России - <https://www.mchs.gov.ru/>

5.4.3. Электронные библиотечные системы

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» – <http://www.biblioclub.ru/> После регистрации доступ возможен из любой точки сети Интернет.

ЭБС «Рукопт» <http://rucont.ru/> После регистрации доступ возможен из любой точки сети Интернет.

ЭБС Znanium.com <http://znanium.com/> После регистрации доступ возможен из любой точки сети Интернет.

5.4.4. Дополнительные Интернет-ресурсы

- <http://survivalist.ru/> - Школа выживания в экстремальных ситуациях. Все о выживании в экстремальных ситуациях

- <http://survival.com.ua/> - сайт о тактике и способах выживания на различной местности в различных природных и погодных условиях. Об особенностях автономного существования в дикой природе и проблемах адаптации человека в аварийных и экстремальных условиях.

- <http://www.chtoby-zhit.ru/> - Энциклопедия выживания. Один на один с природой. Природные условия выживания.

- <http://www.survive.ru/> - Выживание в экстремальных ситуациях.

- <http://uran92.narod.ru/> - Все о безопасности, туризме и путешествиях. Безопасность в городе, безопасность на природе, защита от насекомых и животных, медицинская помощь, походное снаряжение, ориентирование.

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Тип программного обеспечения	Наименование	Схема лицензирования, режим доступа
Операционная система	РЕД ОС «Стандартная» для Рабочих станций	Образовательная лицензия от 11.07.2022 г. на 3 года для 240 рабочих мест в рамках соглашения о сотрудничестве с ООО «Ред Софт» № 305/06-22У от 28.06.2022 г.
Альтернативная реализация среды исполнения программ Microsoft Windows для ОС на базе ядра Linux	WINE	Свободное ПО, https://wiki.winehq.org/Licensing
Офисный пакет	LibreOffice	Свободное ПО, https://libreoffice.org/download/license/
Интернет-браузер	Chromium	Свободное ПО, https://www.chromium.org/Home/
Медиапроигрыватель	VLC	Свободное ПО, https://www.videolan.org/legal.html
Комплекс программ для создания тестов, организации онлайн тестирования и предоставления доступа к учебным материалам	SunRav WEB Class	Лицензионный сертификат от 12.02.2014 г., сетевой доступ через веб-браузер к корпоративному portalу http://sunrav.org-ti.ru/

Тип программного обеспечения	Наименование	Схема лицензирования, режим доступа
Информационно-правовая система	Консультант Плюс	Комплект для образовательных учреждений по договору № 337/12 от 04.10.2012 г., сетевой доступ

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещения	Материальное-техническое обеспечение
Учебные аудитории 2-408, 2-403: - для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, - для групповых и индивидуальных консультаций; - для текущего контроля и промежуточной аттестации	Аудиторная доска, учебная мебель (столы ученические, стулья ученические). Мультимедийное оборудование (ноутбук переносной, проектор переносной, экран переносной)
Помещение для самостоятельной работы обучающихся, для курсового проектирования (выполнения курсовых работ)- аудитория 1-314	Учебная мебель, компьютеры с выходом в сеть «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Орского гуманитарно-технологического института (филиала) ОГУ, программное обеспечение

Для проведения занятий лекционного типа используются следующие наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядные пособия:

- презентации к курсу лекций.