

# МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Горно-Алтайский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО ГАГУ, ГАГУ, Горно-Алтайский государственный университет)

## Туризм и способы выживания рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	<b>кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности</b>
Учебный план	49.03.01_2024_1144-3Ф.plx 49.03.01 Физическая культура Физкультурное образование
Квалификация	<b>бакалавр</b>
Форма обучения	<b>заочная</b>
Общая трудоемкость	<b>3 ЗЕТ</b>

Часов по учебному плану	108	Виды контроля на курсах:
в том числе:		зачеты 5
аудиторные занятия	28	
самостоятельная работа	74,8	
часов на контроль	3,85	

### Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	5		Итого	
	УП	РП		
Лекции	12	12	12	12
Практические	16	16	16	16
Консультации (для студента)	1,2	1,2	1,2	1,2
Контроль самостоятельной работы при проведении аттестации	0,15	0,15	0,15	0,15
В том числе инт.	3	3	3	3
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	29,35	29,35	29,35	29,35
Сам. работа	74,8	74,8	74,8	74,8
Часы на контроль	3,85	3,85	3,85	3,85
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

*доцент, Козлов Александр Васильевич*

Рабочая программа дисциплины

**Туризм и способы выживания**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

49.03.01 Физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 01.02.2024 протокол № 2.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры

**кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от 11.04.2024 протокол № 8

Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2025 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2026 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2027-2028 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2027 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2028-2029 учебном году на заседании кафедры **кафедра физического воспитания и спорта, физиологии и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2028 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Попова Елена Викторовна

<b>1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
1.1	<b>Цели:</b> формирование у студентов теоретических знаний и практических навыков по обеспечению безопасности при различных видах туризма и правилам и способам поведения в экстремальных ситуациях в туризме.
1.2	<b>Задачи:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> изучить объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самостоятельном туризме;</li> <li><input type="checkbox"/> рассмотреть особенности подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода;</li> <li><input type="checkbox"/> определить особенности организации отдыха на природе;</li> <li><input type="checkbox"/> изучить правила и способы обеспечения личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха наземными видами транспорта;</li> <li><input type="checkbox"/> изучить правила и способы обеспечения безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов;</li> <li><input type="checkbox"/> изучить правила и способы обеспечения безопасности туристов при проведении велосипедных походов;</li> <li><input type="checkbox"/> изучить правила и способы обеспечения безопасности туристов при проведении водных походов;</li> <li><input type="checkbox"/> выявить основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе;</li> <li><input type="checkbox"/> изучить правила и способы обеспечения безопасности туристов в различных природно-климатических условиях;</li> <li><input type="checkbox"/> изучить правила и способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании;</li> <li><input type="checkbox"/> изучить основные способы ориентирования и определения направления выхода к населенному пункту;</li> <li><input type="checkbox"/> изучить правила и способы подачи сигналов бедствия.</li> </ul>

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП</b>	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.05
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Методика обучения физической культуре
2.1.2	Спортивные единоборства
2.1.3	Спортивное ориентирование
2.1.4	Методика преподавания плавания
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Водный туризм
2.2.2	
2.2.3	Новые физкультурно-спортивные виды

<b>3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
<b>УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
<b>ИД-1.УК-7: Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</b>	
Знать: практические основы здорового образа жизни.	
Уметь: применять на практике основные умения базовых и новых физкультурно-спортивных видов.	
Владеть: навыками двигательных умений базовых и новых физкультурно-спортивных видов.	
<b>ПК-3: Способен осуществлять преподавание по дополнительным общеобразовательным программам в сфере физической культуры, спорта и туризма</b>	

<b>ИД-1.ПК-3: Осуществляет педагогическую деятельность, направленную на освоение дополнительных общеобразовательных программы в сфере физической культуры, спорта и туризма</b>
Знает: имеет знания в сфере физической культуры, спорта и туризма. Умеет: осуществлять педагогическую деятельность, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы. Владеет: знаниями и умениями для осуществления педагогической деятельности в сфере физической культуры, спорта и туризма.
<b>ИД-3.ПК-3: Организует педагогическое сопровождение дополнительных общеобразовательных программ в сфере физической культуры, спорта и туризма</b>
Знает: имеет знания для организации педагогического сопровождения реализации дополнительной общеобразовательной программы детей и взрослых в сфере физической культуры, спорта и туризма. Умеет: организует педагогическое сопровождение дополнительной общеобразовательной программы. Владеет: знаниями и умениями для реализации дополнительной общеобразовательной программы детей и взрослых в сфере физической культуры, спорта и туризма

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте пакт.	Примечание
	<b>Раздел 1. Объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самостоятельном туризме</b>						
1.1	Объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самостоятельном туризме /Лек/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	2	
1.2	Объективные и субъективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в самостоятельном туризме /Ср/	5	6	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	<b>Раздел 2. Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода</b>						
2.1	Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода /Лек/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	1	
2.2	Подготовка к безопасному отдыху в природной среде на примере туристского похода /Ср/	5	6	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	<b>Раздел 3. Организация отдыха на природе</b>						
3.1	Организация отдыха на природе /Лек/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
3.2	Организация отдыха на природе /Ср/	5	6	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	<b>Раздел 4. Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха видами транспорта</b>						

4.1	Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха видами транспорта /Ср/	5	6	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
4.2	Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха видами транспорта /Пр/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
4.3	Обеспечение личной безопасности туристов при следовании к месту отдыха видами транспорта /Лек/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
<b>Раздел 5. Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов</b>							
5.1	Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов /Пр/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
5.2	Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов /Ср/	5	4,6	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
5.3	Обеспечение безопасности туристов при проведении пеших (лыжных) походов /Лек/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
<b>Раздел 6. Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных походов</b>							
6.1	Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных походов /Пр/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
6.2	Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных походов /Ср/	5	4,2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
6.3	Обеспечение безопасности туристов при проведении велосипедных походов /Лек/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
<b>Раздел 7. Обеспечение безопасности туристов при проведении водных походов</b>							
7.1	Обеспечение безопасности туристов при проведении водных походов /Пр/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
7.2	Обеспечение безопасности туристов при проведении водных походов /Ср/	5	6	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
<b>Раздел 8. Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе</b>							
8.1	Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе /Пр/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
8.2	Основные причины и проблемы вынужденного автономного существования человека в природе /Ср/	5	6	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
<b>Раздел 9. Обеспечение безопасности туристов в различных природно-климатических условиях</b>							
9.1	Обеспечение безопасности туристов в различных природно-климатических условиях /Пр/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
9.2	Обеспечение безопасности туристов в различных природно-климатических условиях /Ср/	5	6	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	

	<b>Раздел 10. Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании</b>						
10.1	Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании /Ср/	5	8	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
10.2	Способы обеспечения жизнедеятельности и правила поведения человека при вынужденном автономном существовании /Пр/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	<b>Раздел 11. Основные способы ориентирования и определение направления выхода к населенному пункту</b>						
11.1	Основные способы ориентирования и определение направления выхода к населенному пункту /Ср/	5	8	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
11.2	Основные способы ориентирования и определение направления выхода к населенному пункту /Пр/	5	2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	<b>Раздел 12. Правила подачи сигналов бедствия</b>						
12.1	Правила подачи сигналов бедствия /Ср/	5	8	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	<b>Раздел 13. Консультации</b>						
13.1	Консультация по дисциплине /Конс/	5	1,2	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3 ИД-1.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
	<b>Раздел 14. Промежуточная аттестация (зачёт)</b>						
14.1	Подготовка к зачёту /Зачёт/	5	3,85	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3 ИД-1.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	
14.2	Контактная работа /КСРАТТ/	5	0,15	ИД-1.ПК-3 ИД-3.ПК-3 ИД-1.УК-7	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3	0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Пояснительная записка

1. Назначение фонда оценочных средств. Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «Туризм и способы выживания».

2. Фонд оценочных средств включает контрольные материалы для проведения текущего контроля в форме тестовых заданий и промежуточной аттестации в форме вопросов к зачету и зачету с оценкой.

### 5.2. Оценочные средства для текущего контроля

Примерные тесты входного контроля:

Тестовое задание № 1

Туризм развивает ...

- любознательность;
- патриотизм;
- смелость, решительность;
- волю, настойчивость
- комплекс перечисленных качеств.

Тестовое задание № 2

Холм – это ...

- округлая возвышенность менее 200 м;
- возвышенность менее 300 м;
- возвышенность более 50 м;
- невысокая гора с круглыми склонами.

Тестовое задание № 3

Долина – это ...

- окружённый лесом участок, лишённый растительности;
- вытянутое понижение местности с отрывистыми склонами;
- пересекающаяся полая форма рельефа;
- вытянутая в длину форма рельефа, имеющая уклон в одном направлении.

Тестовое задание № 4

При постановке палатки зимой снег ...

- расчищается до земли;
- застилается полиэтиленом;
- утрамбовывается и застилается лапником;
- остаётся нетронутым.

Тестовое задание № 5

На скалах и льду страховка осуществляется с помощью ...

- вспомогательной верёвки;
- основной верёвки;
- репшнура
- всеми доступными средствами.

Тестовое задание № 6

Туризм формирует навыки и умения ...

- переноски тяжестей;
- приготовления пищи;
- ориентации по звёздам;
- необходимые в походе и быту

Тестовое задание № 7

В «Единой всероссийской спортивной классификации» разрядные нормы по туризму...

- предусмотрены;
- не предусмотрены;
- планируются;
- исключены.

Тестовое задание № 8

Звание «Юный турист» присваивается за ...

- поход третьей категории;
- поход третьей степени;
- двухдневный поход с длиной маршрута 25 км.

Тестовое задание № 9

Наиболее сложные походы - это...

- походы выходного дня;
- степенные;
- категорийные.

Тестовое задание № 10

Рельеф местности - это ...

- система гор и хребтов;
- совокупность пространственных форм земной поверхности;
- система отрицательных форм земной поверхности.

Тестовое задание № 11

Котловина – это ...

- понижение местности, открытое с какой-либо стороны;
- понижение местности, замкнутое со всех сторон;
- овраг с плоским дном.

Тестовое задание № 12

При масштабе 1: 100000 на 1 см карты приходится ...

- 100 м местности;
- 100 км местности;
- 1000 м местности

Тестовое задание № 13

Предпочтение при комплектации туристской группы отдаётся ...

- полу;
- благосостоянию;
- наличию снаряжения;
- опыту, возрасту и физическим возможностям.

Тестовое задание № 14

К личному снаряжению туриста не относится ...

- рюкзак;
- палатка;
- спальник;
- спортивный костюм.

Тестовое задание № 15

Мусор после стоянки ...



- выбрасывается в кусты или водоем;
- уносится с собой;
- сжигается и зарывается в землю;
- оставляется на месте.

Тестовое задание № 16

В горном походе потеря сил происходит в основном от ...

- голода;
- холода;
- обезвоживания организма.

Тестовое задание № 17

Туристский слёт - это ...

- собрание турактива;
- конкурс туристской песни;
- соревнования по туристской технике;
- комплексные соревнования по туртехнике и туристским умениям.

Тестовое задание № 18

Туристская команда снимается с соревнований за ...

- потерю личного снаряжения;
- потерю группового снаряжения;
- сбитый флажок;
- нарушение последовательности прохождения этапов.

Тестовое задание № 19

Азимутальный бег - это ...

- бег по карте;
- бег по тени;
- бег за лидером;
- бег по компасу.

Тестовое задание № 20

Основная заповедь ориентировщика гласит ...

- чем быстрее, тем скорее;
- не бегай быстрее, чем думаешь;
- тише едешь – дальше будешь;
- поспешишь – людей насмешишь.

Критерии оценки:

«отлично», повышенный уровень - если студент выполнил 90–100 % заданий

«хорошо», пороговый уровень - если студент выполнил 75–89 % заданий

«удовлетворительно», пороговый уровень - если студент выполнил 60–74 % заданий

«неудовлетворительно», уровень не сформирован - если студент выполнил менее 60 % заданий

### 5.3. Темы письменных работ (эссе, рефераты, курсовые работы и др.)

Тематика рефератов:

1. Воспитательное, образовательное и прикладное значение туризма.
2. Возникновение и развитие туризма в России, современное руководство туризмом.
3. Самодельный и плановый туризм, характеристика походов.
4. Характеристика способов ориентирования и основных работ с картой и на местности.
5. План подготовки туристского похода и обязанности участников.
6. Особенности составления сметы похода и питания.
7. Личное и групповое снаряжение в пешем походе.
8. Личное и групповое снаряжение в лыжном походе.
9. Личное и групповое снаряжение в горном походе.
10. Личное и групповое снаряжение в водном походе.
11. Техника и тактика передвижения в пешем походе.
12. Особенности быта, бивачных работ и признаки определения погодных условий.
13. Особенности организации и проведения лыжного похода.
14. Особенности горных походов.
15. Особенности водных походов.
16. Распределение туристских обязанностей в походе.
17. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха наземным транспортом.
18. Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях (пожаре, столкновении, перевороте, опрокидывании) в наземных видах транспорта (автомобиль, автобус).
19. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха железнодорожным транспортом.
20. Правила безопасности во время поездки. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде; при сильном задымлении.
21. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха водным транспортом. Краткая характеристика водного транспорта.

22. Действия пассажиров при кораблекрушении и объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна.
23. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха воздушным транспортом.
24. Правила безопасного поведения на воздушном транспорте.
25. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при вынужденной посадке; при декомпрессии (разгерметизации салона); при пожаре в самолете; при вынужденной (аварийной) посадке на воду.
26. Факторы выживания в природных условиях.
27. Причины вынужденного автономного существования.
28. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий.
29. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.
30. Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования.

Критерии оценки:

«отлично», повышенный уровень (90-100%) - Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией в области теории эволюции. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

«хорошо», пороговый уровень (75-89%) - Студент показал умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

«удовлетворительно», пороговый уровень (60-74%) - Затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии в рамках данной темы; неполное знакомство с рекомендованной литературой.

«неудовлетворительно», уровень не сформирован (менее 60%) - Незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе; недостаточное знакомство с рекомендованной литературой.

#### **5.4. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

Перечень вопросов к зачету.

1. Объективные факторы возникновения экстремальных ситуаций в условиях природной среды: личные качества руководителя группы; ошибки, свершенные в период подготовки к походу, ошибки при проведении походов.
2. Субъективные (природные) факторы возникновения экстремальных ситуаций в условиях природной среды и несчастных случаев.
3. Воздействие климата и погоды на туристов.
4. Гидрологические ресурсы и места отдыха туристов. Природные катастрофы.
5. Микробное загрязнение окружающей среды и меры профилактики.
6. Предупреждение инфекционных заболеваний и туристов.
7. Контакты туристов с биопаразитами.
8. Опасные для жизни туристов растения и грибы.
9. Опасные для туриста животные и насекомые
10. Разработка маршрута туристского похода.
11. Разработка плана похода, схемы и графика маршрута.
12. Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах; подготовка запросов в местные образовательные и другие учреждения; получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.
13. Оформление походной документации.
14. Распределение туристских обязанностей в походе.
15. Выбор необходимого снаряжения для похода.
16. Личное и групповое снаряжение туриста.
17. Требования к туристскому снаряжению.
18. Подготовка личного и группового снаряжения, его проверка.
19. Правила размещения снаряжения в рюкзаке.
20. Выбор места для бивака и организация бивачных работ. Основные требования к месту организации привала.
- Требования к месту бивака
21. Организация работы по развешиванию лагеря
22. Разведение костра. Виды и типы костров. Правила выбора места для костра и его разведения.
23. Приготовление пищи в походе. Варианты режима питания в походе и его изменение в зависимости от условий маршрута. Приготовление пищи на костре.
24. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха наземным транспортом.
25. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха железнодорожным транспортом.
26. Правила безопасности во время поездки. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде; при сильном задымлении.
27. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха водным транспортом. Краткая характеристика водного транспорта.
28. Действия пассажиров при кораблекрушении и объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна.
29. Безопасность туристов при следовании к месту отдыха воздушным транспортом.
30. Правила безопасного поведения на воздушном транспорте.
31. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при вынужденной посадке; при декомпрессии (разгерметизации салона); при пожаре в самолете; при вынужденной (аварийной) посадке на воду.
32. Подготовка к лыжным походам.

33. Организация движения туристов в лыжном походе.
34. Подготовка к велосипедным походам.
35. Организация движения велотуристов на маршруте.
36. Подготовка к водным походам.
37. Факторы выживания в природных условиях.
38. Причины вынужденного автономного существования.
39. Первоочередные действия попавших в экстремальные условия на природе.
40. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий.
41. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.
42. Выбор места для сооружения временного укрытия. Виды и способы сооружения временных укрытий в летнее и зимнее время. Факторы, влияющие на выбор типа укрытия. Особенности укрытий в горах.
43. Способы добывания огня при отсутствии источника зажигания
44. Правила обеспечения питанием и выживание в условиях вынужденного голодания.
45. Использование природных водных источников при вынужденном автономном существовании.
46. Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования.
47. Понятие об ориентировании. Потеря ориентировки, как наиболее частая экстремальная ситуация в природе.
48. Правила определения направления выхода. Действия в случае потери ориентировки или отставания от группы. Определение местонахождения.
49. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки.
50. Способы ориентирования на местности.

#### Критерии оценивания

«зачтено» - студентом дан полный, в логической последовательности развернутый ответ на поставленный вопрос, где он продемонстрировал знания предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину, самостоятельно, и исчерпывающе отвечает на дополнительные вопросы.

«не зачтено» - студентом дан ответ, который содержит ряд серьезных неточностей, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы, незнанием основных вопросов теории, не сформированными навыками анализа явлений, процессов, неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Выводы поверхностны. Решение теоретических заданий не выполнено. Студент не способен ответить на вопросы даже при

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л1.1	Махов С.Ю.	Безопасность в туризме: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020	<a href="http://www.iprbookshop.ru/95385.html">http://www.iprbookshop.ru/95385.html</a>
Л1.2	Рубис Л.Г., Тарасеня Т.Ю.	Безопасность в спортивном туризме: учебное пособие	Саратов: Ай Пи Ар Медиа, 2019	<a href="http://www.iprbookshop.ru/86333.html">http://www.iprbookshop.ru/86333.html</a>

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Эл. адрес
Л2.1	Нусс Н.А.	Безопасность в туризме: учебное пособие	Новосибирск: НГТУ, 2011	<a href="http://www.iprbookshop.ru/44900.html">http://www.iprbookshop.ru/44900.html</a>
Л2.2	Махов С.Ю.	Основы активного туризма: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2020	<a href="http://www.iprbookshop.ru/95408.html">http://www.iprbookshop.ru/95408.html</a>
Л2.3	Трофимов Е. Н.	Особенности многонациональной России и туризм: учебно-методическое пособие. Курс лекций	Москва: Российская международная академия туризма, Логос, 2023	<a href="https://www.iprbookshop.ru/138390.html">https://www.iprbookshop.ru/138390.html</a>

### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	MS Office
6.3.1.2	MS WINDOWS
6.3.1.3	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса СТАНДАРТНЫЙ

6.3.1.4	Яндекс.Браузер
6.3.1.5	LibreOffice
6.3.1.6	NVDA
6.3.1.7	РЕД ОС
<b>6.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>	
6.3.2.1	База данных «Электронная библиотека Горно-Алтайского государственного университета»
6.3.2.2	Электронно-библиотечная система IPRbooks
6.3.2.3	Межвузовская электронная библиотека

<b>7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ</b>	
	проблемная лекция

<b>8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>		
Номер аудитории	Назначение	Основное оснащение
207 А4	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы	Персональные компьютеры. Рабочее место преподавателя. Посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся)

<b>9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>
<p>Практические занятия и семинары</p> <p>Для эффективного проведения занятий и высококачественного выполнения практических работ в группе должно быть не более 15 человек.</p> <p>К практическим занятиям студенты могут приступить только после того, как прослушают лекции по соответствующему разделу темы (модулю) и разберут теоретический материал в начале проведения работы. Это обеспечит должную теоретическую подготовку и пониманию полученных результатов.</p> <p>Для лучшего усвоения методики проведения практической работы студенты работают либо индивидуально, либо в парах. Для выполнения практической работы студент получает необходимое оборудование и самостоятельно выполняет работу в соответствии с планом. Ход работы и ее теоретическое обоснование необходимо фиксировать в тетради. Преподаватель в течение всего занятия следит за выполнением каждой работы, консультирует студентов, а в конце занятия принимает работу. Пропущенное занятие должно быть отработано. При отработке студент полностью сдает теоретический материал по соответствующей теме, проводит практическую работу и защищает ее.</p> <p>Примерные задания для самостоятельной работы студентов</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Завязать максимальное количество узлов за 1 мин.</li> <li>2. Разжечь костер с 1 спички или с использованием подручных средств.</li> <li>3. Соорудить названный тип костра.</li> <li>4. Установить палатку за 2 мин.</li> <li>5. Определить азимут на указанное направление.</li> <li>6. Сориентировать карту.</li> <li>7. Определить точку стояния.</li> <li>8. Определить высоту или расстояние до объекта.</li> <li>9. Оказать доврачебную помощь при травме, заболевании.</li> <li>10. Использовать средства для очистки воды.</li> <li>11. Упаковать продукты в подходящую тару.</li> <li>12. Составить схему пройденного маршрута.</li> <li>13. Преодолеть трассу ориентирования.</li> <li>14. Преодолеть трассу тур. полосы.</li> <li>15. Упаковать рюкзак.</li> <li>16. Подогнать и использовать страховочную систему.</li> <li>17. Навести веревочную переправу.</li> <li>18. Освоить переправы маятником, с шестом, вброд, по бревну.</li> <li>19. Преодолеть бурелом.</li> <li>20. Преодолеть «мышеловку».</li> <li>21. Преодолеть «болото».</li> <li>22. Определить топонимы.</li> <li>23. Азимутальный бег.</li> <li>24. Ориентирование по выбору.</li> <li>25. Ориентирование по рельефу.</li> </ol>

Примерные контрольные вопросы для проверки знаний студентов

1. Как влияют занятия туризмом на организм занимающегося?
2. Туризм в системе воспитания школьников.
3. Возникновение и развитие туризма в России.
4. Характеристика степенных и категорийных походов.
5. Разнообразии целей и задач походов.
6. Что отражает рельеф, основные формы рельефа?
7. Какие вы знаете способы изображения рельефа?
8. Что такое горизонтали (основные, вспомогательные, утолщенные)?
9. Нарисуйте условные топографические знаки.
10. Топографическая карта. Масштаб карты.
11. Компас и виды работы с ним.
12. Способы ориентирования на местности.
13. Как измерить расстояние по карте на местности?
14. Способы измерения недоступных расстояний.
15. Особенности пешего туризма.
21. Назовите что входит в бивачные работы?
22. Какие вы знаете признаки хорошей и плохой погоды.
23. Тактика движения в походе.
24. Техника преодоления наземных препятствий.
25. Действия участников при преодолении водной преграды различными способами.
26. Снаряжение туриста-лыжника.
27. Особенности организации питания в лыжном походе.
28. Организация ночлега в лыжном походе.
29. Техника передвижения на лыжах.
30. Техника преодоления препятствий на лыжах.
31. Чем характеризуется категоричность горных походов?
32. Снаряжение лыжника-горника.
33. Туристские узлы и их назначение.
34. Особенности передвижения по снежному склону.
35. Движение по ледовому склону и скалам.
36. Характеристика равнинных, болотных и горных рек.
37. Какие вы знаете типы судов?
38. Назовите инструмент и материал для ремонта судов.
39. Как составить план подготовки для ремонта судов?
40. Каким требованиям должно отвечать место проведения соревнования?
41. Суть спортивного ориентирования и его развитие.
50. Условные спортивные топографические знаки.
51. Разновидности соревнований по спортивному ориентированию., их характеристика.
52. Чем отличается спортивная карта от обычной топографической.
54. Главные «операции» глазомерной съемки при создании спортивной карты.
55. Измерение расстояний на местности при глазомерной съемке.
56. Топографическая съемка рельефа.

#### МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

При выполнении самостоятельной работы с литературой у студента должен присутствовать навык теоретического анализа и обобщения специальной научной литературы по проблемам физической культуры.

Умение применить приобретенные знания для решения комплексных задач практического характера (составить таблицу, подготовить доклад, грамотно составить конспект).

Студент при самостоятельном изучении дисциплины главное внимание должен уделять реферированию и конспектированию литературных источников и выполнению письменной работы по одному из разделов учебной программы. Информационная база факультета обеспечивает студентам доступ к информационным ресурсам методического кабинета. Студент должен понимать роль истории физической культуры в развитии цивилизации и связанные с ней современные социальные и этические проблемы. Иметь представление об истории в системе гуманитарного знания, владеть основами исторического мышления. Знания, полученные при самостоятельном изучении истории физической культуры и спорта позволяют студентам выражать и обосновывать свою позицию и отношения к историческому прошлому.

При составлении библиографического списка воспользуйтесь ГОСТ 7.0.5-2008.

При подготовке реферата следует воспользоваться методическими рекомендациями.