

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева»  
(Астраханский государственный университет им. В. Н. Татищева)

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП



Б.М. Насибулина

«04» апреля 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой экологии,  
природопользования, землеустройства и  
безопасности жизнедеятельности



М.В. Валов

«04» апреля 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Способы автономного выживания человека»**

Составитель	<b>Колчин Е.А., доцент, к.г.н, доцент кафедры экологии, природопользования, землеустройства и безопасности жизнедеятельности</b>
Направление подготовки / специальность	<b>20.03.01 Техносферная безопасность</b>
Направленность (профиль) ОПОП	<b>Безопасность жизнедеятельности в техносфере</b>
Квалификация (степень)	<b>бакалавр</b>
Форма обучения	<b>Очная</b>
Год приема	<b>2023</b>
Курс	<b>3</b>
Семестр	<b>5</b>

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**1.1. Цели освоения дисциплины (модуля)** «Способы автономного выживания человека»: научить обучающихся владеть средствами, в том числе подручными и навыками необходимого жизнеобеспечения в условиях автономного существования в экстремальных природно-климатических условиях; оперативно оценивать ситуацию сложившуюся в условиях автономного существования и разрабатывать стратегию деятельности по решению проблем; оценивать степень опасности природных, эпидемиологических условий места пребывания; владеть навыками оповещения, сигнализации о своем местонахождении, а так же способами ориентирования на местности.

**1.2. Задачи освоения дисциплины (модуля):** изучение способов защиты от неблагоприятного воздействия факторов окружающей среды; изучение методов организации жизнедеятельности в автономных условиях существования; изучение способов сооружения укрытий; изучение способов обеспечения водой и пищей; изучение способов ориентирования на незнакомой местности; изучение способов установления связи и подготовки средств сигнализации; изучение тактико-технических характеристик аварийно-спасательного имущества и бортового аварийно-спасательного оборудования, правила их эксплуатации в соответствии с нормативными правовыми актами, устанавливающими правила эксплуатации аварийно-спасательного имущества и бортового аварийно-спасательного оборудования.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

**2.1. Учебная дисциплина (модуль)** «Способы автономного выживания человека» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, и осваивается в 5 семестре.

**2.2. Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы следующие знания, умения, навыки, формируемые предшествующими учебными дисциплинами (модулями):** «Физика»; «Химия»; «Науки о Земле», «Прикладная экология», «Устойчивое развитие человечества», «Природопользование», «Источники загрязнения среды обитания», «Социальные аспекты безопасности жизнедеятельности».

**Знания:** базовые знания по правовым, нормативно-техническим и организационным основам обеспечения безопасности жизнедеятельности.

**Умения:** выбирать методы защиты от опасностей применительно к сфере своей профессиональной деятельности и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности.

**Навыки:** использования подручных средств для защиты в чрезвычайных ситуациях.

**2.3. Последующие учебные дисциплины (модули) и (или) практики, для которых необходимы знания, умения, навыки, формируемые данной учебной дисциплиной (модулем):** «Физико-химические процессы в техносфере»; «Надежность технических систем и техногенный риск»; «Надзор и контроль в сфере безопасности»; «Мониторинг среды обитания»; «Система защиты среды обитания».

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование элементов следующей(их) компетенции(ий) в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки / специальности:

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

**Таблица 1 – Декомпозиция результатов обучения**

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)		
	Знать (1)	Уметь (2)	Владеть (3)
УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	ИУК-8.1.1 основы безопасности жизнедеятельности. Формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности, обеспечивая безопасные и или комфортные условия жизнедеятельности, труда на рабочем месте	ИУК-8.2.1 выявлять возможные угрозы для жизни и здоровья человека, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций, оказать первую помощь в чрезвычайных ситуациях, создавать безопасные условия реализации профессиональной деятельности	ИУК-8.3.1 в случае возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов навыками защиты жизнедеятельности человека, принимает участие в спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Объем дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, в том числе 36 часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (из них 18 часов – лекции; 18 часов – практические, семинарские занятия) и 36 часов – на самостоятельную работу обучающихся.

**Таблица 2 – Структура и содержание дисциплины (модуля)**

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Семестр	Контактная работа (в часах)			Самостоят. работа		Форма текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации
		Л	ПЗ	ЛР	КР	СР	
Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе	5	2	2	-	-	5	Устный и письменный опрос
Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях	5	2	2	-	-	5	Реферат
Тема 3. Особенности автономного выживания в различных	5	3	3	-	-	5	Доклад- презентация

климатогеографических условиях							
Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе	5	3	3	-	-	5	Устный и письменный опрос
Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания	5	3	3	-	-	6	Доклад- презентация
Тема 6. Ориентирование на местности	5	3	3	-	-	5	Контрольная работа
Тема 7. Организация туристских походов	5	2	2	-	-	5	Устный и письменный опрос
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>18</b>			<b>36</b>	<b>Зачет</b>

*Примечание:* Л – лекция; ПЗ – практическое занятие, семинар; ЛР – лабораторная работа; КР – курсовая работа; СР – самостоятельная работа.

**Таблица 3 – Матрица соотнесения разделов, тем учебной дисциплины (модуля) и формируемых компетенций**

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Кол-во часов	Код компетенции	Общее количество компетенций
		УК-8	
Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе	9	+	1
Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях	9	+	1
Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях	11	+	1
Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе	11	+	1
Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания	12	+	1
Тема 6. Ориентирование на местности	11	+	1
Тема 7. Организация туристских походов	9	+	1
<b>Итого</b>	<b>72</b>		

**Краткое содержание каждой темы дисциплины (модуля):**

**Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе**

Аварийные ситуации в природе, меры предупреждения и первоочередные действия. Факторы выживания человека в дикой природе. Комплектация. Носимый аварийный запас в максимальной комплектации

**Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях**

Организация питания в условиях автономного выживания. Резервные возможности человеческого организма. Неприкосновенный продуктовый запас. Голодание и его переносимость. Переход в голодном режиме. Способы добычи и обеззараживания воды в условиях автономного существования

### **Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях**

Особенности автономного существования в джунглях. Выживание в лесисто-болотистой местности. Профилактика заболеваний. Особенности автономного выживания в арктических, субарктических зонах и условиях зимы.

Особенности выживания в пустыне. Особенности выживания в условиях вынужденной автономии на море. Спасательные средства индивидуального пользования.

### **Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе**

Особенности формирования отношения к экстремальным ситуациям. Типы отношения человека к самому себе. Психоэмоциональные реакции на экстремальную ситуацию. Психические нарушения при остро возникших жизнеопасных ситуациях. Адаптация к экстремальной ситуации.

### **Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания**

Рекомендации по сохранению здоровья в условиях дикой природы. Профилактика теплового удара. Солнечный удар, ожог, снежная слепота. Охлаждение от ветра. Первая медицинская помощь при механической травме. Температурная травма. Утопление. Реанимация. Укусы пресмыкающихся и насекомых. Отравления продуктами питания и желудочно-кишечные заболевания.

### **Тема 6. Ориентирование на местности**

Понятие «ориентирование» и географическая проекция. Виды табельных приборов и средств ориентирования. Работа с картой. Планы городов и специальные карты. Приемы ориентирования при помощи табельных средств и приборов. Ориентирование без карты и компаса. Ориентирование по местным предметам. Использование визуальных и слуховых маркеров ориентировки.

### **Тема 7. Организация туристских походов**

Общие подходы к организации туристских походов. Формирование группы. Выбор маршрута. Организация привалов и ночлегов. Требования безопасности к местам привалов и ночлегов. Ночлеги и дневки в населенных пунктах и на турбазах. Костры и очаги. Виды простейших укрытий.

## **5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРЕПОДАВАНИЮ И ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **5.1. Указания для преподавателей по организации и проведению учебных занятий по дисциплине (модулю)**

Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем-лектором учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

При чтении лекций преподаватель имеет право самостоятельно выбирать формы и методы изложения материала, которые будут способствовать качественному его усвоению. При этом преподаватель в установленном порядке может использовать технические средства обучения, имеющиеся на кафедре и в университете.

Лекция включает следующие этапы:

1. формулировку темы лекции;

2. указание основных изучаемых разделов или вопросов и предполагаемых затрат времени на их изложение;
3. изложение основной части лекции;
4. краткие выводы по каждому из вопросов;
5. заключение;
6. рекомендации литературных источников по излагаемым вопросам.

Практические занятия. В ходе занятий обучающиеся самостоятельно проводят наблюдения, оценивают полученные результаты, анализируют ход работы, делают выводы и обобщения, ведут исследования. Практические занятия, обучающиеся выполняют под руководством преподавателя в соответствии с планом учебных занятий. На каждое практическое занятие обучающимся предоставляются указания по его проведению.

Указания содержат информацию о теме, цели занятия; порядке выполнения работы; оформления результатов и выводов, контрольные вопросы; список литературы. Практическое занятие засчитывается, если студент выполнил задания и получил удовлетворительную оценку.

## 5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины (модулю)

Каждую тему необходимо изучать, отвечая на вопросы для собеседования. Для подготовки используйте лекции, материал учебников из раздела 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины). При подготовке к практическим занятиям, контрольным работам нужно обращать внимание не только на текст, но и на рисунки и схемы, приведенные в учебниках и лекциях, т.к. вопросы собеседований и тестовых заданий могут быть связаны с графическим материалом. Обучающиеся должны узнавать объекты, изображенные на рисунках или фотографиях, уметь их характеризовать. Для решения типовых задач необходимо теоретическое знание материала.

**Таблица 4 – Содержание самостоятельной работы обучающихся**

Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Кол-во часов	Форма работы
Тема 1. «Стрессоры выживания», их влияние на состояние человека. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортного средства. Первоочередные действия попавших в экстремальные условия на природе. Знания, необходимые для правильной оценки обстановки для принятия решения о дальнейших действиях попавших в экстремальную ситуацию. Правила безопасного поведения при уходе с места происшествия. Правила безопасного поведения при ожидании помощи на месте происшествия. Мероприятия для включения в план действий по организации временного лагеря. Роль и задачи руководителя группы в условиях вынужденного автономного существования.	5	Анализ основной учебной и дополнительной литературы. Систематизация полученной информации.
Тема 2. Проблема голодания в условиях вынужденного автономного существования. Основные источники пищи в условиях выживания. Определение пригодности растения к употреблению в пищу. Признаки определения съедобных и несъедобных грибов. Ядовитые растения. Средства для рыбалки из подручных и природных средств. Основные способы ловли рыбы. Простейшие способы добычи пищи охотой. Основные способы приготовления пищи в условиях вынужденного автономного существования.	5	Анализ основной учебной и дополнительной литературы. Систематизация полученной информации.
Тема 3. Основные правила поведения в джунглях. Основные способы добывания воды в джунглях. Основные источники пищи при автономном выживании в лесисто-болотистой местности.	5	Анализ основной учебной и

Меры по профилактике заболеваний в условиях автономного выживания в лесисто–болотистой местности. Основные правила поведения в арктической зоне. Негативные факторы наиболее сильно влияющие на здоровье человека в условиях Арктики. Основные правила передвижения в пустыне. Основные способы добывания воды в пустыне. Основные действия терпящих кораблекрушение.		дополнительной литературы. Систематизация полученной информации.
Тема 4. Факторы, влияющие на восприятие человеком ситуации как высокоопасной. Роль мотивационно–потребностной сферы в формировании реакции на экстремальную ситуацию. Типичные психические реакции при катастрофах. Характеристика психического напряжения и его влияния на поведение в экстремальных ситуациях. Первичные реакции на экстремальную ситуацию. Алгоритм помощи при возникновении непродуктивных реакций на экстремальную ситуацию. Характеристика основных методов самопомощи в стрессе.	5	Анализ основной учебной и дополнительной литературы. Систематизация полученной информации.
Тема 5. Первая медицинская помощь при механической травме. Порядок первой медицинской помощи при отморожении. Основные виды утоплений. Последовательность проведения реанимации. Механизм действия змеиного яда. Первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей и насекомых. Ядовитые растения, наиболее часто встречающиеся в умеренном климате. Профилактика острых отравлений растительными ядами.	6	Анализ основной учебной и дополнительной литературы. Систематизация полученной информации.
Тема 6. Основные виды табельных приборов и средств ориентирования. Чтение карты. Основные элементы рамочного оформления карты. Оценка карты. Порядок склеивания карты. Способы измерения расстояний по карте. Ориентирование на местности с помощью табельных средств и подручных предметов	5	Анализ основной учебной и дополнительной литературы. Систематизация полученной информации.
Тема 7. Основные виды туризма. Категории туристских походов. Порядок формирования туристских групп. Специфика определения цели и задачи туристского похода, а также выбора маршрута. Содержание типового распорядка дня туристского похода. Разница между привалами, дневками и ночлегом. Требования мер безопасности к привалам и ночлегам. Выбор места и вид костра. Основные виды простейших укрытий.	5	Анализ основной учебной и дополнительной литературы. Систематизация полученной информации.

### **5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины, выполняемые обучающимися самостоятельно**

Для преподавателя при планировании и организации самостоятельной работы одной из самых сложных задач выступает отбор и конструирование заданий для самостоятельной работы по дисциплине (модулю).

Виды и формы самостоятельной работы утверждаются на кафедре при разработке учебно-методического комплекса (рабочей программы) учебной дисциплины (модуля) основной образовательной программы.

### Подготовка к практическим занятиям

Серьезная теоретическая подготовка необходима для проведения практических занятий. Самостоятельность обучающихся может быть обеспечена разработкой методических указаний по проведению этих занятий с четким определением цели их проведения, вопросов для определения готовности к работе.

Указания по выполнению заданий практических занятий будут способствовать проявлению в ходе работы самостоятельности и творческой инициативы.

### Написание рефератов

Реферат – форма письменной работы, которую рекомендуется применять при освоении вариативных (профильных) дисциплин профессионального цикла. При подготовке реферата обучающиеся самостоятельно изучают группу источников по определённой теме, которая, как правило, подробно не освещается на лекциях. Цель написания реферата – овладение навыками анализа и краткого изложения изученных материалов в соответствии с требованиями, предъявляемыми к научным отчетам.

Основные этапы подготовки реферата:

- выбор темы;
- консультации научного руководителя;
- подготовка плана реферата;
- работа с источниками, сбор материала;
- написание текста реферата;
- оформление рукописи и предоставление ее научному руководителю;
- защита реферата.

Требования к письменным работам могут трансформироваться в зависимости от конкретной дисциплины, однако, качество работы должно оцениваться по следующим критериям: самостоятельность выполнения, способность аргументировать положения и выводы, обоснованность, четкость, лаконичность, оригинальность постановки проблемы, уровень освоения темы и изложения материала (обоснованность отбора материала, использование первичных источников, способность самостоятельно осмысливать факты, структура и логика изложения).

### Подготовка к тестированию

Подготовка требует акцентирования внимания на определениях, терминах, содержании понятий, датах, алгоритмах, именах ученых в той или иной области.

### Самостоятельное изучение отдельных тем (вопросов) в соответствии со структурой дисциплины (модуля), составление конспектов

Активизация учебной деятельности и индивидуализация обучения предполагает вынесение для самостоятельного изучения отдельных тем или вопросов. Выбор тем (вопросов) для самостоятельного изучения – одна из ключевых проблем организации эффективной работы обучающихся по овладению учебным материалом. Основанием выбора может быть наилучшая обеспеченность литературой и учебно-методическими материалами по данной теме, ее обобщающий характер, сформированный на аудиторных занятиях алгоритм изучения. Обязательным условием результативности самостоятельного освоения темы (вопроса) является контроль выполнения задания. Результаты могут быть представлены в форме конспекта, реферата, хронологических и иных таблиц, схем. Также могут проводиться блиц - контрольные и опросы. С целью проверки отработки материала, выносимого на самостоятельное изучение, могут проводиться домашние контрольные работы.

## 6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки / специальности реализация компетентного подхода должна предусматривать широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных симуляций, деловых и ролевых игр, разбора конкретных ситуаций, психологических и иных тренингов, диспутов, дебатов, портфолио, круглых столов и пр.) в сочетании с внеаудиторной работой.

### 6.1. Образовательные технологии

Формы учебных занятий по дисциплине (модулю), развивают у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерские качества.

**Таблица 5 – Образовательные технологии, используемые при реализации учебных занятий**

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Форма учебного занятия		
	Лекция	Практическое занятие, семинар	Лабораторная работа
Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе	Лекция-диалог	Фронтальный опрос	Не предусмотрено
Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях	Лекция-диалог	Обсуждение рефератов	Не предусмотрено
Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях	Лекция-диалог	Обсуждение докладов-презентаций	Не предусмотрено
Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе	Лекция-диалог	Фронтальный опрос	Не предусмотрено
Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания	Лекция-диалог	Обсуждение докладов-презентаций	Не предусмотрено
Тема 6. Ориентирование на местности	Лекция-диалог	Выполнение контрольной работы	Не предусмотрено
Тема 7. Организация туристских походов	Лекция-диалог	Фронтальный опрос	Не предусмотрено

### 6.2. Информационные технологии

- использование возможностей интернета в учебном процессе (использование сайта преподавателя (рассылка заданий, предоставление выполненных работ, ответы на вопросы, ознакомление обучающихся с оценками и т. д.));
- использование электронных учебников и различных сайтов (например, электронных библиотек, журналов и т. д.) как источников информации;
- использование возможностей электронной почты преподавателя;
- использование средств представления учебной информации (электронных учебных пособий и практикумов, применение новых технологий для проведения очных (традиционных) лекций и семинаров с использованием презентаций и т. д.);
- использование интегрированных образовательных сред, где главной составляющей являются не только применяемые технологии, но и содержательная часть, т. е. информационные ресурсы (доступ к мировым информационным ресурсам, на базе которых строится учебный процесс);
- использование виртуальной обучающей среды (LMS Moodle «Электронное образование») или иных информационных систем, сервисов и мессенджеров.

### 6.3. Программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

#### 6.3.1. Программное обеспечение

Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Платформа дистанционного обучения LMS Moodle	Виртуальная обучающая среда
Mozilla FireFox	Браузер
Microsoft Office 2013	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Google Chrome	Браузер

#### 6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО "ИВИС". <http://dlib.eastview.com>
- Электронные версии периодических изданий, размещенные на сайте информационных ресурсов [www.polpred.com](http://www.polpred.com)
- Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем». <https://library.asu-edu.ru>
- Электронный каталог «Научные журналы АГУ»: <http://journal.asu-edu.ru>
- Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) - сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. <http://mars.arbicon.ru>

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

### 7.1. Паспорт фонда оценочных средств

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Способы автономного выживания человека» проверяется сформированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением дисциплин (модулей) и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины (модуля) – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

**Таблица 6 – Соответствие разделов, тем дисциплины (модуля), результатов обучения по дисциплине (модулю) и оценочных средств**

Контролируемый раздел, тема дисциплины (модуля)	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе	УК-8	Устный и письменный опрос
Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях	УК-8	Реферат

Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях	УК-8	Доклад- презентация
Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе	УК-8	Устный и письменный опрос
Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания	УК-8	Доклад- презентация
Тема 6. Ориентирование на местности	УК-8	Контрольная работа
Тема 7. Организация туристских походов	УК-8	Устный и письменный опрос

## 7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

**Таблица 7 – Показатели оценивания результатов обучения в виде знаний**

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует глубокое знание теоретического материала, умение обоснованно излагать свои мысли по обсуждаемым вопросам, способность полно, правильно и аргументированно отвечать на вопросы, приводить примеры
4 «хорошо»	демонстрирует знание теоретического материала, его последовательное изложение, способность приводить примеры, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует неполное, фрагментарное знание теоретического материала, требующее наводящих вопросов преподавателя, допускает существенные ошибки в его изложении, затрудняется в приведении примеров и формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	демонстрирует существенные пробелы в знании теоретического материала, не способен его изложить и ответить на наводящие вопросы преподавателя, не может привести примеры

**Таблица 8 – Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений**

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы
4 «хорошо»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание по подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов

Шкала оценивания	Критерии оценивания
2 «неудовлетворительно»	не способен правильно выполнить задания

### 7.3. Контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине (модулю)

#### Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе

*Вопросы для устного и письменного опроса:*

1. Какие виды факторов выживания вы знаете?
2. Какова роль антропологических факторов в обеспечении безопасности жизнедеятельности человека?
3. Какова роль материально–технических факторов в обеспечении безопасности жизнедеятельности человека?
4. Каков характер воздействия природно–средовых факторов на человека при автономном существовании в природной среде?
5. Каково воздействие экологических факторов на человека при автономном существовании в природной среде?
6. Что такое «стрессоры выживания»? Каково их влияние на состояние человека?
7. Каковы первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортного средства?
8. Каковы первоочередные действия попавших в экстремальные условия на природе?
9. Что необходимо знать (определить), чтобы правильно оценить обстановку для принятия решения о дальнейших действиях попавших в экстремальную ситуацию? 10. Перечислите правила безопасного поведения при уходе с места происшествия.
10. Перечислите правила безопасного поведения при ожидании помощи на месте происшествия.
11. Какие мероприятия включаются в план действий по организации временного лагеря?
12. Каковы роль и задачи руководителя группы в условиях вынужденного автономного существования?
13. Перечислите основные требования к временным укрытиям.
14. В каких местах не рекомендуется строить укрытия?
15. Какие факторы влияют на выбор типа укрытия?
16. Какими естественными укрытиями можно воспользоваться для организации ночлега в экстремальной ситуации?
17. Что может послужить простейшим укрытием в теплое время года?
18. Каким образом можно переночевать под навесом при низких температурах?
19. Какие укрытия и как можно построить из снега?

#### Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях

*Подготовьте реферат по одной из предложенных тем:*

1. Проблема голодания в условиях вынужденного автономного существования.
2. Основные источники пищи в условиях выживания.
3. Определение пригодности растений к употреблению в пищу.
4. Признаки определения съедобные и несъедобные грибов.
5. Определение и характеристика ядовитых растений.
6. Изготовление снастей для рыбной ловли из подручных и природных средств.
7. Простейшие способы добычи пищи охотой.
8. Основные способы приготовления пищи в условиях вынужденного автономного существования.

9. Изготовление посуды и приспособлений для приготовления и принятия пищи в условиях вынужденного автономного существования.

### **Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях**

*Подготовьте доклад-презентацию по одной из предложенных тем:*

1. Основные правила поведения в джунглях.
2. Выбор места для стоянки в джунглях.
3. Основные способы добывания воды в джунглях.
4. Основные источники пищи при автономном выживании в лесисто–болотистой местности.
5. Меры по профилактике заболеваний в условиях автономного выживания в лесисто–болотистой местности.
6. Основные правила поведения в арктической зоне.
7. Негативные факторы влияния на здоровье человека в условиях Арктики.
8. Основные правила передвижения в пустыне.
9. Основные способы добывания воды в пустыне.
10. Основные действия терпящих кораблекрушение.

### **Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе**

*Вопросы для устного и письменного опроса:*

1. Перечислите факторы, влияющие на восприятие человеком ситуации как высокоопасной.
2. Какова роль мотивационно–потребностной сферы в формировании реакции на экстремальную ситуацию?
3. Перечислите типичные психические реакции при катастрофах.
4. Дайте характеристику психическому напряжению и его влиянию на поведение в экстремальных ситуациях.
5. Охарактеризуйте первичные реакции на экстремальную ситуацию.
6. Опишите алгоритм помощи при возникновении непродуктивных реакций на экстремальную ситуацию.
7. Дайте характеристику основным методам самопомощи в стрессе.

### **Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания**

*Подготовьте доклад-презентацию по одной из предложенных тем:*

1. Основные причины, осложняющие лечение заболеваний в условиях природы.
2. Профилактические мероприятия, предупреждающие тепловой удар.
3. Содержание профилактических мероприятий и первой помощи при снежной слепоте.
4. Основные виды механических травм.
5. Способы оказания первой медицинской помощи при механической травме.
6. Критериям определения тяжести ожогов у человека.
7. Порядок первой медицинской помощи при отморожении.
8. Основные виды утоплений.
9. Последовательность проведения реанимации.
10. Механизм действия змеиного яда.
11. Способы оказания первой медицинской помощи при укусах ядовитых змей и насекомых.
12. Ядовитые растения, наиболее часто встречающиеся в умеренном климате.
13. Профилактика острых отравлений растительными ядами.

### **Тема 6. Ориентирование на местности**

*Письменно кратко ответьте на поставленные вопросы:*

1. Назовите основные виды табельных приборов и средств ориентирования.
2. Как осуществляется чтение карты?
3. Классифицируйте топографические карты.
4. Перечислите основные элементы рамочного оформления карты.
5. Как осуществляется оценка карты?
6. Раскройте порядок склеивания карты.
7. Перечислите способы измерения расстояний по карте.
8. Как осуществляется ориентирование на местности с помощью табельных средств и подручных предметов?

### **Тема 7. Организация туристских походов**

*Вопросы для устного и письменного опроса:*

1. Перечислите основные виды туризма.
2. Назовите категории туристских походов.
3. Опишите порядок формирования туристских групп.
4. В чем заключается специфика определения цели и задачи туристского похода, а также выбора маршрута?
5. Раскройте содержание типового распорядка дня туристского похода.
6. В чем разница между привалами, дневками и ночлегом?
7. Каковы требования мер безопасности к привалам и ночлегам?
8. Опишите порядок установки палаток.
9. Какие бывают костры?
10. Как осуществляется выбор места и вид костра?
11. Перечислите основные виды простейших укрытий.

### **Перечень вопросов, выносимых на экзамен**

*Теоретические вопросы*

1. Организованное и неорганизованное вынужденное существование: маршрутно-квалификационные комиссии: задачи и обязанности.
2. Особенности организации, подготовки и проведения туристских походов. Материально-техническое оснащение туристского мероприятия. Личное, групповое и специальное снаряжение.
3. Топография. Классификация карт. Масштаб. Классификация топографических знаков. Масштабные и внесматштабные. Линейные, площадные, точечные. Приведите примеры.
4. Ориентирование: по компасу, карте, окружающим предметам. Классификация и принцип работы компаса.
5. Правила движения на маршруте. Виды препятствий на маршруте и их безопасное преодоление.
6. Определение и классификация болот. Правила передвижения по болоту. Выживание при попадании в трясину. Помощь человеку, попавшему в болотную трясину.
7. Выживание в горах. Акклиматизация. Способы ориентирования в горах. Безопасное передвижение по горной местности.
8. Лавины: классификация лавин. Признаки лавиноопасного участка. Правила передвижения по лавиноопасному участку. Выживание в лавине.
9. Автономное выживание в холодных условиях. Способы добычи огня без спичек. Способы изготовления временного укрытия в условиях холодного климата.
10. Аварийные сигналы: специализированные и самодельные. Международная система подачи сигналов бедствия (кодовая и жестовая).
11. Способы очистки воды в природных условиях. Способы разведения огня. Типы костров.
12. Опасные животные и насекомые в лесах Сибири и способы защиты от них. Съедобные растения и животные Сибири и способы их добычи и приготовления.

13. Автономное выживание в условиях пустыни. Опасные животные пустыни и способы защиты от них. Ориентирование в пустыне.
14. Способы поиска воды в пустыне. Устройство убежищ в пустыне.
15. Особенности выживания в океане. Опасные животные океана и способы защиты от них. Ориентирование в открытом океане.
16. Водообеспечение в океане. Способы добычи пищи в океане. Выживание при попадании в воду. Помощь при «морской болезни».
17. Последовательность действий при вынужденной автономии в экстремальных условиях. Определение направления выхода к населенному пункту.
18. Первая помощь в условиях автономного существования: отравления, переохлаждения, перегрев, механические травмы, укусы ядовитых животных.
19. Классификация факторов выживания. Факторы риска. Стрессоры. Психотравмирующие факторы.
20. Выживание в зоне стихийного бедствия природного или техногенного характера.

### *Практические задания*

1. Назовите классификацию туристских узлов. Завяжите прямой, стремя и булинь.
2. Назовите классификацию туристских узлов. Завяжите проводник, встречный и схватывающий.
3. Завяжите восьмерку, прямой и булинь. Назовите способы применения данных туристских узлов.
4. Назовите виды и назначение компасов. Расскажите и покажите, как устроен компас. Возьмите азимут на указанный предмет.
5. Покажите, как работать с компасом: определите нахождение сторон света, сориентируйте карту по компасу, покажите азимут на 240°.
6. Покажите, как работать с компасом: определите нахождение сторон света, сориентируйте карту по компасу, возьмите азимут на указанный предмет.
7. Перечислите виды страховки. Покажите, как подниматься и спускаться по склону с помощью веревки.
8. Назовите классификацию топографических знаков. Нарисуйте следующие топографические знаки: болото, пешеходная тропа, смешанный лес, луг, родник.
9. Назовите классификацию топографических знаков. Нарисуйте следующие топографические знаки: шоссе, река, хвойный лес, фруктовый сад, колодец.
10. Перечислите и охарактеризуйте сигналы бедствия.
11. Дайте определение масштабу карты. Расшифруйте, что означают следующие масштабы: 1:500, 1:200000, 1: 1000000.
12. Назовите способы определения длины маршрута. По заданию определите по карте длину маршрута.
13. Изготовление плавательных средств
14. Назовите способы измерения расстояния на местности. Как шаговым способом измерить расстояние.
15. Назовите способы определения сторон света на местности. Как с помощью солнца и часов определить направление сторон света.
16. Назовите способы определения сторон света на местности. Как с помощью солнца и тени определить направление сторон света.
17. Назовите способы определения сторон света на местности.
18. Назовите способы ориентирования ночью в южном и северном полушарии. Покажите полярную звезду на картинке.
19. Назовите способы добычи и обеззараживания воды.
20. Назовите способы добычи пищи в разных климатических зонах.

Таблица 9 – Оценочные средства с ключами правильных ответов

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
<b>УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</b>				
1.	Задание закрытого типа	Укажите ВСЕ верные варианты ответа. В условиях вынужденной автономии в природных условиях человек может оказать если он: а) заблудился в лесу; б) заблудился в горах; в) потерялся в торговом центре; г) отстал от туристической группы.	а,б,г	1
2.		Укажите верное утверждение: а) вынужденная автономия подразумевает активный отдых на природе; б) при добровольной автономии деятельность человека направлена на возвращение к людям и привычной жизни; в) при вынужденной автономии деятельность человека направлена на возвращение к людям и привычной жизни; г) вынужденная автономия не несет никакой угрозы и стресса для человека.	в	1
3.		Наиболее эффективной подготовкой к автономному существованию может являться: а) прохождение теста в школе; б) прочтение специализированной книги; в) однодневный турпоход на природу; г) следование советам знакомых.	в	1
4.		Чтобы прожить несколько дней в условиях автономного существования в природе нужно: а) не спать ночью; б) иметь навыки самообороны; в) быстро бегать;	г	1

№ n/n	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		г) обеспечить себя едой и водой, соорудить укрытие.		
5.		<p>Выберите один вариант ответа</p> <p>Если человек пошел в лес с туристической группой, отстал от нее и потерялся, собирая ягоды, такая автономия называется:</p> <p>а) вынужденная; б) добровольная; в) ягодная; г) потерянная.</p>	а	1
6.	Задание открытого типа	<p>Дайте определение</p> <p>Автономное существование – это ...</p>	нахождение человека в сложных природных и других условиях изолированности, когда полностью исключена помощь со стороны и отсутствуют достижения цивилизации	3-5
7.		<p>Дайте определение</p> <p>Выживание – это ...</p>	борьба человека за жизнь при резкой перемене условий окружающей среды, в отсутствие привычных бытовых удобств;	3-5
8.		<p>Дайте определение</p> <p>Ориентирование – это ...</p>	определение своего местонахождения относительно сторон горизонта	3-5
9.		Каковы требования к месту сооружения временного жилища?	ровная возвышенная продуваемая площадка, возле - источник воды и достаточно топлива, вблизи поляны для подачи сигналов бедствия	3-5
10.		По каким местным приметам можно определить стороны света	стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов, муравейникам, таянию снега	3-5

Полный комплект оценочных материалов по дисциплине (модулю) (фонд оценочных средств) хранится в электронном виде на кафедре, утверждающей рабочую программу дисциплины (модуля), и в Центре мониторинга и аудита качества обучения.

#### 7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

По дисциплине, итоговой формой отчетности для которой является **зачет**, отводится 100 баллов (90 баллов на текущие формы контроля и до 10 баллов отводится на бонусы), которые накапливаются студентом в течение всего семестра изучения дисциплины и распределяются по возможности равномерно по всему семестру.

Проведение практических занятий должно быть организовано таким образом, чтобы на каждом занятии каждый студент группы получил хотя бы одну оценку.

**Таблица 10 – Технологическая карта рейтинговых баллов по дисциплине (модулю)**

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий / баллы	Максимальное количество баллов	Срок представления
<b>Основной блок</b>				
1	Ответ на занятия	3/15	45	В соответствии с расписанием учебного занятия
2	Доклад	2/12	24	
3	Реферат	1/10	10	
4	Контрольная работа	1/11	11	
<b>Всего</b>			<b>90</b>	
<b>Блок бонусов</b>				
1.	Посещение аудиторных занятий	7/0,7	5	В соответствии с расписанием учебного занятия
2.	Своевременное выполнение всех заданий	7/0,7	5	
<b>Всего</b>			<b>10</b>	
<b>ИТОГО</b>			<b>100</b>	

**Таблица 11 – Система штрафов (для одного занятия)**

Показатель	Балл
Опоздание на аудиторное занятие	-10
Нарушение учебной дисциплины	-5
Неготовность к аудиторному занятию	-5
Пропуск аудиторного занятия без уважительной причины	-10

**Таблица 12 – Шкала перевода рейтинговых баллов в итоговую оценку за семестр по дисциплине (модулю)**

Сумма баллов	При выставлении зачёта
90–100	Зачтено
85–89	
75–84	
70–74	
65–69	
60–64	

Сумма баллов	При выставлении зачёта
Ниже 60	Не зачтено

При реализации дисциплины (модуля) в зависимости от уровня подготовленности обучающихся могут быть использованы иные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации.

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

### **8.1. Основная литература:**

1. Защита населения в чрезвычайных ситуациях. Вып. N 2. (Темы с 8 по 14) : сборник методических разработок. - М., 2000. - 80 с. : ил. - (Б-ка журнала "Военные знания"). - ISBN 5-93802-019-0: 20-00 : 20-00. (5 экз.)
2. Безопасность жизнедеятельности : Доп. УМО по направлениям пед. образования в качестве учеб. для вузов / Под ред. Л.А. Михайлова. - 2-е изд. - М.- СПб. [и др.] : Питер, 2008. - 461 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 978-5-91180-521-0: 97-00, 181-00 : 97-00, 181-00. (51 экз.)
3. Дарман, Питер Учебник выживания в экстремальных ситуациях: Опыт специальных подразделений мира : пер. с англ. - М. : ООО Изд-во Яуза, Формула-Пресс, 2001. - 352 с. - ISBN 5-8153-0223-6: 19-10 : 19-10. (4 экз.)
4. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] / И.П. Левчук, А.А. Бурлаков - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970429693.html>
5. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие. - М.: Книжный мир, 2011 - 232 с. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785804105465.html>
6. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : Учебник для бакалавров / Под ред. проф. Э. А. Арустамова. - 19-е изд., перераб. и доп. - М. : Дашков и К, 2016. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785394024948.html>
7. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Морозова О.Г. - Красноярск : СФУ, 2016. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785763834727.html>

### **8.2. Дополнительная литература:**

1. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий при чрезвычайных ситуациях : Рек. М-вом образования РФ в качестве учеб. пособия для студентов вузов / Под ред. В.В. Денисова. - М.; Ростов н/Д : МарТ, 2007. - 720 с. - ISBN 978-5-241-00821-3: 198-00, 175-00 : 198-00, 175-00. (6 экз.)
2. Занько, Н.Г. Безопасность жизнедеятельности : рек. Центром стратег. исслед. гражданской защиты МЧС России в качестве учеб. для исполз. в образоват. учреждениях, реализующих образоват. прогр. ВПО по дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" для всех направлений подгот. и спец. / под ред. О.Н. Русака. - 12-е изд. ; перераб. и доп. - СПб.; М.; Краснодар : Лань, 2008. - 672 с. : ил. - (Учеб. для вузов. Спец. литература). - ISBN 978-5-8114-0284-7: 382-47, 50-00 : 382-47, 50-00. (46 экз.)
3. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник для вузов / Сергеев В.С. - М. : ВЛАДОС, 2018. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906992888.html>
4. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Т. А. Хван, П. А. Хван. - Изд. 11-е. - Ростов н/Д : Феникс, 2014. - (Высшее образование) - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN978522222379.html>
5. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е.В. Пантелеева, Д.В. Альжев - М. : ФЛИНТА, 2013. - <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976517271.html>

### **8.3. Интернет-ресурсы, необходимые для освоения дисциплины (модуля)**

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru).

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

Для проведения занятий необходимы аудитории для проведения практических занятий, оборудованные учебной мебелью и персональными компьютерами.

Рабочая программа дисциплины (модуля) при необходимости может быть адаптирована для обучения (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий) лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов. Для этого требуется заявление обучающихся, являющихся лицами с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, или их законных представителей и рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии. Для инвалидов содержание рабочей программы дисциплины (модуля) может определяться также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).