Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической
работе
_____ С.Н. Титов
25 июня 2021 г.

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ АВТОНОМНОМ СУЩЕСТВОВАНИИ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ

Программа учебной дисциплины модуля
«Предметно-методический»

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

направленность (профиль) образовательной программы
Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

(очная форма обучения)

Составитель: Постнов Ю.М.,
старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Рассмотрено и одобрено на заседании учёного совета факультета физической культуры и спорта, протокол от «21» июня 2021 г. № 10

Ульяновск, 2021

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 01D77C644FC1E54000000006381D0002
Владелец: Титов Сергей Николаевич
Действителен: с 19.07.2021 до 19.07.2022

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы безопасности при автономном существовании человека в природной среде» относится к дисциплинам обязательной части Блока 1 Дисциплины (модули) Предметно-методического модуля учебного плана основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.05. Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль) образовательной программы «Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности», очной формы обучения.

Результаты изучения дисциплины являются основой для изучения дисциплин и прохождения практик: туризм и спортивное ориентирование, теоретические основы безопасности жизнедеятельности, производственная (педагогическая) общественно-педагогическая практика, производственная (педагогическая) преподавательская по безопасности жизнедеятельности, учебная (технологическая) предметный практикум по безопасности жизнедеятельности

1. Перечень планируемых результатов обучения (образовательных результатов) по дисциплине

Целью освоения дисциплины «Основы безопасности при автономном существовании человека в природной среде» является овладеть знаниями и навыками необходимого жизнеобеспечения в условиях автономного существования в экстремальных природно-климатических условиях,

Задачей дисциплины является умение 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.

В результате освоения программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Основы безопасности при автономном существовании человека в природной среде».

Компетенция и индикаторы ее достижения в дисциплине	Образовательные результаты дисциплины (этапы формирования дисциплины)		
	знает	умеет	владеет
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. УК.8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в	ОР-1 правила пожарной и производственной безопасности в условиях образовательного учреждения; основные медико-гигиенические аспекты человеческой	ОР-2 защитить людей в условиях чрезвычайной ситуации, использую знание основных факторов нанесения вреда здоровью и угрозы жизни человека;	

повседневной жизни и в профессиональной деятельности.	жизнедеятельности; основные факторы нанесения вреда здоровью организма человека и угрозы его жизни; основные понятия безопасности жизнедеятельности; основные правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации (аварии, катастрофе, стихийном бедствии); основные методы и средства защиты людей от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий	показывать основные методы защиты людей от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; демонстрировать действия по оказанию первой помощи пострадавшим чрезвычайной ситуации (аварии, катастрофе, стихийном бедствии)	
УК.8.2. Использует методы защиты для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения. ПК-5. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.	ОР-3 резервы и возможности организма человека; характеристику методов идентификации опасных и вредных факторов, являющихся последствиями аварий, катастроф, стихийных бедствий	ОР-4 оценить степень риска возникновения опасностей, связанных с чрезвычайными ситуациями; использовать методы защиты здоровья и жизни персонала и населения в условиях чрезвычайной ситуации	
ПК.5.2. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.	ОР-5 основные опасности и характер их воздействия на человека и окружающую среду.	ОР-6 оценивать факторы риска и выстраивать алгоритм безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций	

2. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Номер семестра	Всего		Учебные занятия						Форма промежуточной аттестации
	Трудоемк.		Лекции, час.	Практические занятия, час.	в т. ч. практическая подготовка, час.	Лабораторные занятия, час.	в т. ч. практическая подготовка, час.	Самостоят. работа, час.	
	Зач. ед.	Часы							
3	2	72	12	20	-	-	-	40	Зачет
Итого:	2	72	12	20	-	-	-	40	Зачет

3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

3.1. Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Наименование разделов и тем	Количество часов по формам организации			
	Лекц. занятия	Практ.. занятия	Лабор. занятия	Самост. работа
3 семестр				
Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе	2	3		6
Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях	2	3		6
Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях	2	3		6
Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе	2	3		6
Тема 5. Первая медицинская помощь при заболеваниях в условиях автономного выживания	2	4		6
Тема 6. Ориентирование на местности	2	4		10
Итого	12	20		40

3.2. Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины

Краткое содержание курса (3 семестр)

Тема 1. Основы аварийного выживания в дикой природе.

Аварийные ситуации в природе, меры предупреждения и первоочередные действия. Факторы выживания человека в дикой природе. Правила поведения в условиях автономного существования. Виды средств и способы подачи сигналов бедствия.

Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

Тема 2. Организация питания и голодания в аварийных условиях.

Организация питания в условиях автономного выживания. Голодание и его переносимость. Добыча пищи и воды в условиях автономного существования

Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

Тема 3. Особенности автономного выживания в различных климатогеографических условиях.

Особенности автономного существования в джунглях. Выживание в лесисто – болотистой местности. Особенности автономного выживания в арктических, Субарктических зонах и условиях зимы. Особенности выживания в пустыне. Особенности выживания в условиях вынужденной автономии на море.

Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

Тема 4. Психологические аспекты автономного выживания человека в природе.

Особенности формирования отношения к экстремальным ситуациям. Психоэмоциональные реакции на экстремальную ситуацию. Психические нарушения при остро возникших жизнеопасных ситуациях. Адаптация к экстремальной ситуации. Психологическая помощь после ситуаций с высокой опасностью для жизни.

Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

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

Рекомендации по сохранению здоровья в условиях дикой природы. Первая медицинская помощь при механической травме. Температурная травма. Утопление. Реанимация. Укусы пресмыкающихся и насекомых. Отравления растительными ядами. Простудные заболевания. Отравления продуктами питания и желудочно–кишечные заболевания.

Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

Тема 6. Ориентирование на местности.

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

Интерактивная форма: работа с Интернет-источниками и с электронными учебниками.

4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является особой формой организации учебного процесса, представляющая собой планируемую, познавательно, организационно и методически направляемую деятельность студентов, ориентированную на достижение конкретного результата, осуществляемую без прямой помощи преподавателя. Самостоятельная работа студентов является составной частью учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, поиск и приобретение новых знаний, а также выполнение учебных заданий, подготовку к предстоящим занятиям и экзамену. Она предусматривает, как правило, разработку рефератов, написание докладов, выполнение творческих, индивидуальных заданий в соответствии с учебной программой (тематическим планом изучения дисциплины). Тема для такого выступления может быть предложена преподавателем или избрана самим студентом, но материал выступления не должен дублировать лекционный материал. Реферативный материал служит дополнительной информацией для работы на практических занятиях. Основная цель данного вида работы состоит в обучении студентов методам самостоятельной работы с учебным материалом. Для полноты усвоения тем, вынесенных в практические занятия, требуется работа с первоисточниками. Курс предусматривает самостоятельную работу студентов со специальной литературой. Следует отметить, что самостоятельная работа студентов результативна лишь тогда, когда она выполняется систематически, планомерно и целенаправленно.

Задания для самостоятельной работы предусматривают использование необходимых терминов и понятий по проблематике курса. Они нацеливают на практическую работу по применению изучаемого материала, поиск библиографического материала и электронных источников информации, иллюстративных материалов. Задания по самостоятельной работе даются по темам, которые требуют дополнительной проработки.

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу студентов в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме выполнения тестовых заданий, кейс-задач, письменных проверочных работ по дисциплине. Аудиторная самостоятельная работа обеспечена базой тестовых материалов по разделам дисциплины.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:
- подготовки к устным докладам (мини-выступлениям);
- подготовка к защите реферата;
- подготовка к защите индивидуальных практических работ.

Темы рефератов (задания для контрольной работы 43семестр)

1. Экстремальные ситуации, выживание, автономное существование; факторы выживания, стрессоры выживания.
2. Особенности психического состояния человека в ЧС.
3. Боль, как стрессор выживания.
4. Страх, как стрессор выживания.
5. Жажд, как стрессор выживания.
6. Холод, как стрессор выживания.
7. Жара, как стрессор выживания.
8. Переутомление, как стрессор выживания.
9. Голод, как стрессор выживания.
10. Одиночество, как стрессор выживания.
11.

Тематика мини выступлений (задания для контрольной работы 3 семестр):

1. Климато-географические зоны возможного выживания.
2. Характеристика природных условий арктической зоне выживания.
3. Характеристика природных условий зоны хвойных лесов.
4. Характеристика природных условий зоны широколиственных лесов.
5. Выживание в условиях субтропических лесов.
6. Возможности выживания в зоне тропических лесов.
7. Выживание в условиях степей и полупустынь.
8. Пустынный ландшафт и возможности выживания человека в нём.
9. Горный климат и выживание в горах.
10. Особо опасные ситуации в горах.
11. Природные условия морей и океанов в жарком климате. Возможности выживания.
12. Характеристика морей и океанов в холодном климате как зоны выживания.

Итоговая практическая работа
3 семестр

1. Характеристика систем сигнализации в ЧС.
2. Добыча и роль воды в системе выживания.
3. Добыча и роль пищи в системе выживания.
4. Опасная фауна (крупные наземные животные и хищники).
5. Опасная фауна (змеи и пиявки).
6. Опасная фауна (пауки, скорпионы, многоножки).
7. Опасная фауна (пчелы, осы, клещи).
8. Опасная фауна (обитатели морей и океанов).
9. Опасная флора.
10. Лекарственная флора.
11. Двигательная асимметрия в системе выживания.
12. Добыча огня, разведение костра, типы и устройство костров.
13. Строительство и оборудование укрытий
14. Ориентировка на местности (по компасу, по солнцу, по звездам, по луне)
15. Ориентировка на местности (по растениям и животным, по рельефу, по почве, по ветру, по снегу, по постройкам)
16. Прогнозирование погоды.

Для самостоятельной подготовки к занятиям по дисциплине рекомендуется использовать учебно-методические материалы:

1. Богатова С.В. Материалы для подготовки студентов факультета физической культуры и спорта по дисциплинам профессионального цикла: учебно-методическое пособие / Богатова С.В., Ключникова С.Н., Костюнина Л.И., Мангушева Н.А. - Ульяновск: ФГБОУ ВПО "УлГПУ им. И. Н. Ульянова", 2015. - 95 с.

2. Костюнина Л.И. Самостоятельная работа студентов факультета физической культуры и спорта по дисциплинам профессионального цикла: учебное пособие / Костюнина Любовь Ивановна. - Ульяновск: УлГПУ, 2012. - 168 с.

3. Сладкова Н.А. Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в клубах инвалидов / М.: Советский спорт, 2012. -215с.

5. Примерные оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Организация и проведение аттестации студента

ФГОС ВО в соответствии с принципами Болонского процесса ориентированы преимущественно не на сообщение обучающемуся комплекса теоретических знаний, но на выработку у студентов компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки студентов необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентностного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

Оценочными средствами текущего оценивания являются: доклад, тесты по теоретическим вопросам дисциплины, защита практических работ и т.п. Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на практических (семинарских, лабораторных) занятиях.

/п	**СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ,** используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	Образовательные результаты дисциплины
. . . .	**Оценочные средства для текущей аттестации** ОС-1 Мини выступление перед группой ОС-2 Реферат ОС-3 Защита итоговой практической работы ОС-4 Контрольная работа	ОР-1 правила пожарной и производственной безопасности в условиях образовательного учреждения; основные медико-гигиенические аспекты человеческой жизнедеятельности; основные факторы нанесения вреда здоровью организма человека и угрозы его жизни; основные понятия безопасности жизнедеятельности; основные правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации (аварии, катастрофе, стихийном бедствии); основные методы и средства защиты людей от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий. ОР-2 защитить людей в условиях чрезвычайной ситуации, использую знание основных факторов нанесения вреда здоровью и угрозы жизни человека; показывать основные
.	**Оценочные средства для промежуточной аттестации** **зачет (экзамен)** ОС-5 Зачет в форме устного собеседования по вопросам	

		методы защиты людей от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; демонстрировать действия по оказанию первой помощи пострадавшим чрезвычайной ситуации (аварии, катастрофе, стихийном бедствии). ОР-3 резервы и возможности организма человека; характеристику методов идентификации опасных и вредных факторов, являющихся последствиями аварий, катастроф, стихийных бедствий. ОР-4 оценить степень риска возникновения опасностей, связанных с чрезвычайными ситуациями; использовать методы защиты здоровья и жизни персонала и населения в условиях чрезвычайной ситуации. ОР-5 основные опасности и характер их воздействия на человека и окружающую среду. ОР-6 оценивать факторы риска и выстраивать алгоритм безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.

Описание оценочных средств и необходимого оборудования (демонстрационного материала), а также процедуры и критерии оценивания индикаторов достижения компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения образовательной программы представлены в Фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине «Основы безопасности при автономном существовании человека в природной среде».

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

Пример контрольной работы (теста).
Критерии оценивания: за каждый правильный ответ - 2 балла.

Контрольная работа №1.

Выберите один правильный ответ или несколько, если вопрос помечен *

1. Болото легко пройти, если

а) на болоте растут густые травы вперемешку с осокой; б) болото заросло камышом;
в) по болоту плавает травянистый покров.

2. Способ спуска группы по лавиноопасному склону
а) серпантином; б) прямо вниз; в) зигзагом; г) по линии падения воды.

3. Вы заблудились в пургу во время движения. Что вы предпримите в первую очередь?
а) остановиться и ждать возвращения товарищей, подавая звуковые сигналы; б) одеться потеплее;
в) позаботиться о ночлеге; г) пока видны следы, идти по лыжне.

4. При переправе реки в брод стенкой, куда вы поставите самого низкорослого участника
а) снизу по течению; б) сверху по течению; в) в середину стенки.

5. По льду какой толщины в весеннее время года человек может идти без лыж, не опасаясь провалиться под лед
а) 3 см; б) 6 см; в) 8 см.

6. Наиболее безопасно держать шест человеку при переправе вброд если он идет
а) вверх по течению; б) вниз по течению; в) безразлично как.

7. Выберите правильное окончание предложения: «Если вы провалились в болото, необходимо…»:
а) выбираться медленно, опираясь на шест, не делая резких движений;
б) барахтаться как можно более интенсивно, чтобы освободиться из болотного плена.

8. Время наименее опасного пересечения лавиноопасных участков
а) до 6 ч; б) до 23 ч; в) до 18 ч; г) до 24 ч.

9. Выберите правильное окончание предложения: «В условиях тундры надо…»:
а) оставаться на месте во время пурги;
б) передвигаться в условиях рассеянного света;
в) использовать реки в качестве пути движения;
г) использовать весь световой день для движения, на ночевку останавливаться.

*10. Продолжите перечень основных антропологических факторов, обеспечивающих долговременное выживание
а) воля к жизни;
б)
в)

11. Выживание – это активные, целенаправленные действия, направленные на сохранение жизни, здоровья и работоспособности человека, которые заключаются в преодолении нижеперечисленных, кроме
а) психических стрессов;
б) проявлении изобретательности;

в) проявлении находчивости;
г) эффективности в использовании аварийного снаряжения и подручных средств;

12. Знак Международной кодовой таблицы воздушных сигналов, показывающий что нужна пища
и вода
а) X;
б) L;
в) Y;
г) K;
д) F;
е) II.

13. Знак Международной кодовой таблицы воздушных сигналов, показывающий что пострадавшие не могут двигаться
а) X;
б) L;
в) Y;
г) K;
д) F;
е) II.

14. Дальность видения населенных пунктов
а) до 5 км;
б) до 10 км;
в) до 20 км.

15. Лучше всего использовать для костра хвойные деревья
а) вертикально стоящее дерево с остатками хвои;
б) вертикально стоящее дерево без тонких веток;
в) вертикально стоящее дерево без тонких веток и сучьев;
г) вертикально стоящее дерево, у которого отвалилась вершина;
д) лежащий ствол дерева на земле.

16. Костер нодья сооружается из
а) одного бревна;
б) двух бревен;
в) трех бревен;
г) четырех бревен.

17. Водопотребление проще всего организовать
а) в таежной местности;
б) в пустыне;
в) в горно-таежной местности.

*18. Отметьте верные утверждения, в которых рекомендуется не употреблять в пищу

а) плоды, поклеванные птицами;
б) растения, на изломе выделяющие млечный сок;
в) грибы с неприятным запахом;
г) переспелые грибы;
д) старые растения;
е) косточки и семена плодов;
ж) старые увядшие листья.

*19. Отметьте виды костров, используемые для варки пищи при небольшом количестве дров
а) таежный;
б) полинезийский;
в) звездочка;
г) шалаш;
д) нодья;
е) колодец.

20. Элемент, не относящийся к основным элементам жидкостного компаса
а) магнитная стрелка; б) циферблат; в) тормозная жидкость; г) лимба; д) градусная шкала; е) прорезь и мушка.

ОС-5 Зачет в форме устного собеседования по вопросам
Перечень вопросов к зачету

1. ЧС, связанные с автономным существованием.
2. Методы и способы автономного выживания.
3. Автономное выживание в тайге: организация и устройство временного лагеря.
4. Автономное выживание: физиология человека в условиях Крайнего севера.
5. Автономное выживание: организация медицинской помощи при травмах, укусах членистоногих и змей.
6. Автономное выживание в тайге: организация временного укрытия.
7. Сигналы бедствия.
8. Устройство кострища и разведение костра. Виды костров.
9. Охота, рыбная ловля, водообеспечение в условиях тайги.
10. Физиология человека в условиях жаркого климата.
11. Организация питания и жизнеобеспечения в условиях пустыни.
12. Организация питания и приготовления пищи в тайге.
13. Съедобные и несъедобные грибы и растения.
14. Лекарственные растения.
15. Особенности перехода в тайге.
16. Особенности перехода в условиях высоких широт. Водообеспечение в Арктике.
17. Ледяной и холодовый шоки. Способы выживания в холодной воде.
18. Организация временного укрытия в Арктике. Эскимосское иглу.
19. Особенности перехода в горах.
20. Горная болезнь. Симптомы, приемы оказания помощи.
21. Ориентирование. Виды ориентирования. Ориентирование по солнцу, звездам, местным признакам.
22. Определение расстояний до недоступных предметов.
23. Изготовление плавательных средств.

24. Ориентирование по азимуту, цветочные часы.
25. Признаки сохранения и изменения погоды.
26. Организация тур.походов, соревнований по туризму.
27. Организация соревнований по ориентированию.
28. «Экстремальный отряд». Методика организации и проведения.

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лекционных и практических занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

Критерии оценивания знаний студентов по дисциплине

Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся

		Посещение лекций	Посещение практических занятий	Работа на практических занятиях	Зачёт
3 семестр	Разбалловка по видам работ	6 х 1=6 баллов	10 х 1=10 баллов	152 балла	32 балла
	Суммарный макс. балл	6 баллов max	16 баллов max	168 баллов max	200 баллов max

Критерии оценивания работы обучающегося по итогам 1 семестра

	Баллы (2 ЗЕ)
«зачтено»	более 100
«не зачтено»	100 и менее

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное изучение курса требует от обучающихся посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Запись лекции – одна из форм активной самостоятельной работы обучающихся, требующая навыков и умения кратко, схематично, последовательно и логично фиксировать основные положения, выводы, обобщения, формулировки. В конце лекции преподаватель оставляет время (5 минут) для того, чтобы обучающиеся имели возможность задать уточняющие вопросы по изучаемому материалу. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удается осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу студентов, рекомендуя ту или иную литературу. Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией.

Подготовка к практически занятиям.

При подготовке к практическим занятиям студент должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, студенту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале практического занятия преподаватель знакомит студентов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задание. В течение отведенного времени на выполнение работы студент может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных работ, собеседование со студентом.

Результаты выполнения практических работ оцениваются в баллах, в соответствии с балльно-рейтинговой системой университета.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, Интернет-ресурсов, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература

1. Мельников, Д. А. Безопасный отдых и туризм : учебное пособие / Д. А. Мельников, Л. В. Мельникова. — Чайковский : ЧГИФК, 2019. — 97 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/152715

2. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи : учебное пособие / под общ. ред. Р. И. Айзман, С. Г. Кривощекова, И. В. Омельченко. – Изд. 3-е, испр. и доп. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2005. – 464 с. : ил.,табл., схем. – (Университетская серия). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57321

Дополнительная литература

1. Опасные ситуации природного характера и защита от них : учебное пособие / авт.-сост. В. М. Иванов ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016. – 170 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459139

2. Коханов, В. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В.Н. Коханов, В.М. Емельянов, П.А. Некрасов. — М. : ИНФРА-М, 2018. — 400 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — www.dx.doi.org/ 10.12737/2883. - ISBN 978-5-16-006522-9. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/document?id=359337

Интернет-ресурсы

http://www.scrf.gov.ru/	Совет безопасности Российской Федерации
http://nac.gov.ru/	Национальный антитеррористический комитет
http://www.fsb.ru/	Федеральная служба безопасности Российской Федерации
http://www.mvd.ru	Министерство внутренних дел Российской Федерации
http://government.ru/	Правительство Российской Федерации
http://www.mchs.gov.ru/	МЧС России
http://ulgov.ru/	Губернатор и Правительство Ульяновской области
http://73.mchs.gov.ru/	Главное управление МЧС России по Ульяновской области
http://www.rosolymp.ru/	Портал Всероссийской олимпиады школьников