

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 08.11.2022 02:50:21

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e576551a8999b1190892af53989420420336ffbf573a474e57389



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

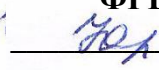
«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ

**Декан факультета
физической культуры и спорта
ФГБОУ ВО «БГПУ»**

 **Юречко О.В.
«22» мая 2019 г.**

**Рабочая программа дисциплины
СПОСОБЫ АУТОНОМНОГО ВЫЖИВАНИЯ**

**Направление подготовки
44.03.05 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
(с двумя профилями подготовки)**

**Профиль
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**Профиль
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Уровень высшего образования
БАКАЛАВРИАТ**

**Принята
на заседании кафедры теории
и методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности и здоровья
(протокол № 12 от 15 мая 2019 г.)**

Благовещенск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	4
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ).....	5
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	8
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.....	12
6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА.....	17
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ.....	33
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.....	33
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ.....	33
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	34
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ.....	36

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель и задачи освоения учебной дисциплины: создание целостного представления о будущей профессионально-педагогической деятельности и формирование системы знаний, инструктивно-методических умений и навыков, связанных со способами автономного выживания, обязательную для реализации образовательными учреждениями и для усвоения учащимися.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП: Дисциплина «Способы автономного выживания» относится к вариативной части дисциплин по выбору Б1.В.07. Для освоения дисциплины «Способы автономного выживания» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Основы медицинских знаний» и «Безопасность жизнедеятельности».

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций. УК-8

УК-8 – способен создать и поддержать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций, **индикаторами** достижения которой являются:

УК-8.1 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих.

УК-8.2 Использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения

В результате изучения дисциплины студент должен

знать:

- основные положения об автономном существовании человека в природе;
- особенности автономного выживания человека в различных климато-географических условиях;
- психологические аспекты автономного выживания человека в природе;
- способы организации питания, потребления воды и голодания в условиях автономного выживания человека в природе;
- способы ориентирования на местности;
- способы оказания первой медицинской помощи в условиях автономного выживания человека в природе;
- технологию организации туристических походов;
- методику обучения правилам поведения на отдыхе и в туристическом походе.

уметь:

- ориентироваться в пространстве в времени в незнакомой местности;
- передавать информацию о своем местонахождении в условиях вынужденной автономии;
- оказывать первую помощь и обеспечивать самолечение в условиях автономного существования;
- определять оптимальные варианты безопасного существования в стихийных бедствиях и катастрофах;
- планировать, организовывать туристические походы (в том числе в экстремальных условиях);
- обучить учащихся общеобразовательных учреждений способам и действиям в условиях автономного выживания.

владеть:

- навыками автономного выживания;
- методикой обучения учащихся действиям в условиях автономного выживания;
- навыками организации и проведения туристического похода.

1.5 Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зачётные единицы
ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
Общая трудоемкость	108	7
Аудиторные занятия	54	
Лекции	22	
Практические занятия	32	
Самостоятельная работа	54	
Вид итогового контроля		Зачет