

**Министерство просвещения Российской Федерации**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
им. В.П. Астафьева»  
**ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ им. И.С. Ярыгина**

**КАФЕДРА МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИХ ОСНОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И  
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

## **Автономное существование в экстремальных условиях**

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы безопасность  
жизнедеятельности

Квалификация (степень): бакалавр

форма обучения заочная

РПД «Автономное существование в экстремальных условиях» составлена к.б.н., доцентом Турыгиной Ольгой Вячеславовной

РПД обсуждена на заседании кафедры теории и методики медико-биологических основ и безопасности жизнедеятельности «07» июня 2017 г., протокол № 9

Заведующий кафедрой

  
\_\_\_\_\_ Колпакова

Одобрено научно-методическим советом  
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина ФГБОУ ВПО «КГПУ им. В.П. Астафьева»

«08» июня 2017 г.



М.И. Бордуков

РПД актуализирована на 2018-19 учебный год на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности «14» июня 2018 г., протокол № 11

и. о. заведующий кафедрой



Н. Н. Казакевич

Одобрено научно-методическим советом  
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина ФГБОУ ВПО «КГПУ им. В.П. Астафьева» «21» июня 2018 г., протокол №10

М.И. Бордуков



РПД актуализирована на 2019-20 учебный год на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности «30» апреля 2019 г., протокол № 8

и. о. заведующий кафедрой



Н. Н. Казакевич

Одобрено научно-методическим советом  
Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина ФГБОУ ВПО «КГПУ им. В.П. Астафьева» «23» мая 2019 г., протокол №8

М.И. Бордуков



РПД актуализирована на 2020-21 учебный год на заседании кафедры медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности «30» апреля\_\_ 2020 г., протокол № 9



и. о. заведующий кафедрой

Н. Н. Казакевич

Одобрено научно-методическим советом

Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. Ярыгина ФГБОУ ВПО «КГПУ им. В.П. Астафьева» 20 мая 2020 г., протокол №8



М.И. Бордуков

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа дисциплины (РПД) «Автономное существование в экстремальных условиях» разработана в соответствии с ФГОС ВО 44.03.01 Педагогическое образование и стандарта «Педагог». РПД Автономное существование в экстремальных условиях составлена на основании с разработанного и утвержденного 30 сентября 2015 г. в КГПУ им. В.П. Астафьева стандарта рабочей программы дисциплины.

Технология обучения по данной дисциплине включает в себя прослушивание студентами курса лекций, работу на семинарских занятиях, выполнение заданий по самостоятельной работе. Дисциплина реализуется в 7 семестр в объеме 4 з.е. (144 часов), 26 часов отведено на контактную работу; на самостоятельную работу студента отведено 114 ч. Форма контроля зачет в 7 семестре.

РПД состоит из: технологической карты дисциплины, карты литературного обеспечения дисциплины, технологической карты рейтинга дисциплины, фонда оценочных средств, методических рекомендаций. Технологическая карта рейтинга определяет количество баллов и формы работы в дисциплинарных модулях. Карта литературного обеспечения включает перечень основной и дополнительной литературы. В нашем случае и обязательная, и дополнительная литература, связанная со спецификой дисциплины. Помимо этого содержится информация о количестве учебников в библиотеке КГПУ им. В.П. Астафьева. Фонд оценочных средств включают банк контрольных вопросов по дисциплине, перечень вопросов к зачету, темы рефератов и глоссарий.

Цель преподавания дисциплины – приобретение студентами специальных компетенций в области выживания в различных условиях, а также формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказать помощь пострадавшим.

Задачи преподавания дисциплины:

- 1) формировать у студентов знания о выживании в различных ситуациях, в том числе и в условиях вынужденной автономии;
- 2) раскрыть перед студентами значимость оценки и способов выживания личности в изменяющихся условиях среды;
- 3) представить теоретические основы безопасного поведения в природной и техногенной среде;
- 4) развивать общую культуру, способность к творческой деятельности, умения прогнозировать, анализировать, проектировать, корректировать, оценивать;
- 5) воспитывать самостоятельность, деловитость, уверенность в собственных

возможностях,

б) формировать у будущих специалистов культуру безопасного поведения и развивать интеллектуальный потенциал личности.

Дисциплина обеспечивает образовательные интересы личности студента, обучающегося по данной ОПП, заключающиеся в:

- приобретении представлений о личной и общественной безопасности, способах выживания в различных условиях;
- приобретении знаний об основных закономерностях прогнозирования и развития опасных ситуаций.

Дисциплина удовлетворяет требования заказчиков выпускников университета по данной ОПП в их готовности к использованию знаний полученных в ходе изучения дисциплины Автономное существование в экстремальных условиях для использования на уроках, классных часах и внеклассной работе.

В результате подготовки бакалавров педагогического направления профиля «Безопасность жизнедеятельности» по дисциплине Автономное существование в экстремальных условиях предполагается формирование общекультурных и профессиональных компетенций:

- способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9);
- готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6);
- готовностью реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов (ПК-1).

### **Содержание дисциплины Автономное существование в экстремальных условиях**

Предмет и задачи дисциплины. Основные понятия и определения. Организованное и вынужденное автономное существование.

#### **Раздел 1. Туризм и оформление маршрутных документов.**

Значение туризма и туристской подготовки при автономном существовании в природной среде. Правила поведения и меры по обеспечению безопасности в туристических путешествиях. Организация и проведение туристского похода или путешествия. Снаряжение личное, групповое (общественное) и специальное. Оформление маршрутных документов, утверждение маршрута путешествия в маршрутно-квалификационной комиссии (МКК).

#### **Раздел 2. Организация туристского путешествия.**

Основные правила безопасности при устройстве привалов и ночлегов. Факторы, влияющие на выбор места бивака. Питание в туристском походе. Режим питания и нормы закладки основных продуктов. Требования к разнообразию питания и к весу продуктов. Туристские должности в группе. Аварийно-

спасательные наборы: неприкосновенный запас, аварийный комплект.

Безопасность туристского мероприятия. Наиболее распространенные опасности во время отдыха на природе и в туристских походах. Объективные опасности: природные особенности региона и характерные стихийные бедствия, особенности сложного рельефа местности, опасные хищные животные, насекомые и ядовитые растения. Субъективные опасности, связанные с неправильными действиями участников туристской группы или туриста-одиночки.

Страховка и самостраховка. Основные правила безопасности при движении на маршруте. Общие принципы соблюдения безопасности при передвижении по лесисто-травянистым склонам, по осыпям и моренам, передвижения по снегу и фирну, ледовым склонам. Характерные опасности и правила. Технические приемы, правила передвижения, страховка и самостраховка.

Туристские узлы: классификация, их применение.

### **Раздел 3. Топография и ориентирование.**

Потеря ориентировки в лесу, в горах, в степи. Значение топографии и ориентирования при автономном выживании человека в экстремальных условиях.

Топография. Топографическая и спортивные карты. Масштаб карты. Чтение карты. Условные топографические знаки. Классификация топографических знаков. Масштабные и внесматштабные топографические знаки. Группы топографических знаков.

Ориентирование на местности. Компас. Азимут. Определение направление и движение по азимуту. Определение местоположения. Измерение расстояний на местности. Ориентирование по солнцу, луне, звездам. Ориентирование по местным предметам.

Перспективы использования системы GPS (глобальная система позиционирования) и Глонасс (российская спутниковая навигационная система) в туристском путешествии.

### **Раздел 4. Особенности выживания в разных природных условиях.**

Выживание в холодном климате. Выживание в жарком климате, пустыне. Выживание в условиях тайги. Выживание на море. Выживание в горной местности.

**Технологическая карта обучения дисциплине**

**Автономное существование в**

**экстремальных условиях**

44.03.01 Педагогическое направление

Направленность (профиль) образовательной программы

безопасность жизнедеятельности

Заочная форма обучения

Модули. Наименование разделов и тем	Всего часов (з.е.)	Аудиторных часов				Внеауди- торных часов	Содержание внеаудиторной работы	Формы и методы контроля
		всего	лекций	практ. занятия	лаборат. работ			
1. Туризм и оформление маршрутных документов. Организация туристского мероприятия	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>40</b>	Выполнение домашних заданий, подготовка к контрольным тестам.  Изучение туристских узлов	Ответы на семинарских занятиях. Контрольное тестирование.  Контрольная «Туристские узлы»
2. Топография и ориентирование	<b>44</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>34</b>	Подготовка рефератов по темам.	Защита рефератов с презентацией
3. Особенности выживания в разных природных условиях	<b>50</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>40</b>		
<b>Форма итогового контроля</b>								<b>зачет</b>
<b>Всего:</b>	<b>144 (4)</b>	<b>26</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		<b>114</b>		

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины/курса	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура)	Цикл дисциплины в учебном плане	Количество зачетных единиц
Выживание в автономных условиях	бакалавриат	Общие дисциплины	7
Смежные дисциплины по учебному плану			
Предшествующие: Безопасность жизнедеятельности			

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ № 1			
	Форма работы*	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	Групповая работа (проект)		3
	Обзор периодики		2
	Индивидуальное домашнее задание	4	5
	Письменная работа (аудиторная)	3	5
Промежуточный рейтинг-контроль	Тестирование	3	5
Итого		<b>10</b>	<b>25</b>

БАЗОВЫЙ МОДУЛЬ № 2			
	Форма работы*	Количество баллов 40 %	
		min	max
Текущая работа	Групповая работа на ЛПЗ		3
	Доклад (все)		5
	Письменная работа (все)		5
	Обзор журналов по теме		2
	Индивидуальное домашнее задание (сравнительный анализ и т.п.)		3
	Обзор сборников		2



	научных статей		
Промежуточный рейтинг-контроль	Тестирование	<b>10</b>	<b>10</b>
Итого		<b>20</b>	<b>30</b>

Итоговый модуль			
Содержание	Форма работы*	Количество баллов 25 %	
		min	max
	Тестирование	<b>15</b>	<b>25</b>
Итого		<b>10</b>	<b>15</b>

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ			
Базовый модуль/ Тема	Форма работы*	Количество баллов	
		min	max
БМ №1 Тема № 2	Составление библиографии по теме		
	Тестирование		
БМ № 2 Тема № 4	.....		
	.....		
Итого		<b>0</b>	<b>10</b>
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		min	max
		<b>60</b>	<b>100</b>

\*Перечень форм работы текущей аттестации определяется кафедрой или ведущим преподавателем

#### Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

<i>Общее количество набранных баллов</i>	<i>Академическая оценка</i>
<b>60-72</b>	<b>3 (удовлетворительно)</b>
<b>73-86</b>	<b>4 (хорошо)</b>
<b>87-100</b>	<b>5 (отлично)</b>

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины  
на 2020/2021 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. Обновлены титульные листы рабочей программы, фонда оценочных средств в связи с изменением ведомственной принадлежности – Министерству просвещения Российской Федерации.

2. Обновлена и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева «Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

3. Обновлена «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
"30" апреля 2020г., протокол № 9

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой

Казакевич Н. Н.



Одобрено НМСС(Н) Института физической культуры, спорта и здоровья им. И. С.  
Ярыгина

20 мая 2020 г., протокол №8

Председатель Бордуков М. И.



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

**«Красноярский государственный педагогический университет  
им В.П. Астафьева»**

**Институт физической культуры, спорта и здоровья имени И.С. Ярыгина**

**Кафедра медико-биологических основ физической культуры и безопасности  
жизнедеятельности**

Утверждено на заседании кафедры  
МБОФКиБЖ  
Протокол № 9  
От « 30 » апреля 2020 г.  
и.о. зав.каф. МБОФКиБЖ  
Н. Н. Казакевич



Одобрено на научно-методическом  
совете ИФКСиЗ им. И.С. Ярыгина  
Протокол № 8  
От « 20 » мая 2020 г.  
Председатель



М.И. Бордуков

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

**для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся**

Автономное существование в экстремальных условиях

44.03.01 направление подготовки Педагогическое образование, направленность  
(профиль) образовательной программы безопасность жизнедеятельности

Квалификация (степень) бакалавр по направлению Педагогическое образование

Составитель: О. В. Турыгина      доцент каф. МБОФКиБЖ

**Красноярск 2020**

## 1. Назначение фонда оценочных средств

**1.1 Целью** создания ФОС дисциплины «Автономное существование в экстремальных условиях» является установления соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

**1.2** ФОС по дисциплине «Автономное существование в экстремальных условиях» решает

**задачи:**

- управление и контроль за процессом формирования компетенций бакалавров, определенных ФГОС ВО по направлению подготовки «Педагогическое образование»;
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам профессиональной педагогической деятельности через совершенствование форм и технологий обучения в образовательном процессе института.

**1.3** ФОС разработан на основании нормативных документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата).
- Образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование направленность (профиль образовательной программы «безопасность жизнедеятельности»).
- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Минтруда России № 544н от 18 октября 2013 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».

### **Фонды оценочных средств для текущего контроля успеваемости**

4.1. Фонд оценочных средств включают: устный опрос, письменные задания, рассказ по плану, доклад.

#### 4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 – устный опрос.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Знает теоретическое содержание разделов предмета	2
Четко, последовательно излагает учебный материал	1
Отвечает на заданные вопросы	1
Максимальный балл	4

#### 4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – письменное задание.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Ответ полный, обучающийся опирается на теоретические знания из педагогики	2
Аргументирует свою точку зрения	1
Ответ самостоятельный. Обучающийся демонстрирует аргументированные суждения, предлагает вариативность решений.	2
Максимальный балл	5

#### 4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 3 – рассказ по плану.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Полный ответ в соответствии с темой	3
Разнообразии приведенных примеров	1
Отвечает на заданные вопросы	1
Максимальный балл	5

#### 4.2.4. Критерии оценивания по оценочному средству 4 – доклад.

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Наличие презентации и ее оформление	2
Полный доклад в соответствии с темой	2
Отвечает на заданные вопросы	1
Максимальный балл	5

2. **Учебно-методическое и информационное обеспечение фонда оценочных средств** (литература; методические указания, рекомендации, программное обеспечение и другие материалы, использованные для разработки ФОС).

### **Оценочные средства для промежуточной аттестации**

6.1. Вопросы и задания к зачету по дисциплине Автономное существование в экстремальных условиях

## 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 сигналы бедствия. Назовите следующие сигналы бедствия из международной кодовой таблицы:



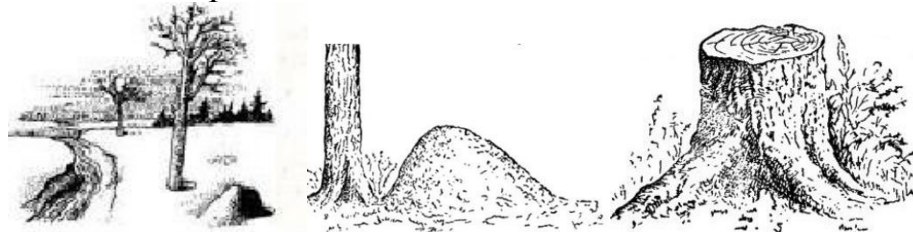
11. Перечислите сигналы бедствия. Назовите следующие сигналы бедствия из международной кодовой таблицы:



12. Перечислите сигналы бедствия. Назовите следующие сигналы бедствия из международной жестовой таблицы:



13. Дайте определение масштабу карты. Расшифруйте, что означают следующие масштабы: 1:500, 1:200000, 1: 1000000.
14. Назовите способы определения длины маршрута. По заданию определите по карте длину маршрута.
15. Назовите алгоритм оказания первой помощи при СДС.
16. Назовите способы измерения расстояния на местности. Как шаговым способом замерить расстояние.
17. Назовите способы определения сторон света на местности. Как с помощью солнца и часов определить направление сторон света.
18. Назовите способы определения сторон света на местности. Как с помощью солнца и тени определить направление сторон света.
19. Назовите способы определения сторон света на местности. Определите стороны света на картинках.



20. Назовите способы ориентирования ночью в южном и северном полушарии. Покажите полярную звезду на картинке.



## Оценочные средства для текущего контроля успеваемости

### 5.1 Примеры письменных заданий.

#### 1. Перечислите туристское снаряжение:

Личное	Групповое	Специальное



--	--	--

2. Морена — это

\_\_\_\_\_

3. Заполните таблицу. Отличия верховых и низовых болот.

Низовое болото	Верховое болото

4. Назовите основные правила передвижения по болоту:



1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_

5. Подбери к каждому знаку правильную надпись.

- А. Самый крутой склон на юго-западе
- Б. Две вершины, из которых южная – выше.
- В. Ровное выполаживание по кругу. В высшей точке седловина и узкий проход.
- Г. Гора практически отвесно обрывается к востоку.
- Д. Южный и северный склоны очень крутые.
- Е. На этом холме есть три места, где трудно подняться без вспомогательных средств.



**Расшифруй письмо (топографические знаки замени словами).**

6. «От  путь к нашему лагерю проходил через ,

который **постепенно**

7.3. Рассказ по плану.

**Природно-климатические зоны:**

Тайга, открытое море и океан, пустыня, тундра, горная местность, холодный климат (северный или южный полюс), степь.

Задание: дать характеристику природно-климатической зоны по плану:

1. Краткая характеристика зоны: географическое положение, особенности.
2. Природные и климатические особенности. Факторы выживания.
3. Животный мир: опасные и съедобные животные.
4. Растительный мир: опасные и съедобные растения.
5. Особенности ориентирования на местности.
6. Выбор места под бивак, типы временных укрытий.
7. Оказание первой помощи (при переохлаждении, обезвоживании, перегреве, горной болезни и т.д.).
8. Особенности питания (разведение огня, поиск и приготовление пищи).

#### 7.4. Темы для доклада

1. Особенности выживания в холодном климате.
2. Особенности выживания в пустыне.
3. Способы добычи огня без спичек.
4. Способы очистки воды в природных условиях.
5. Опасные животные и насекомые в лесах Сибири и способы защиты от них.
6. Съедобные растения Сибири и способы их приготовления.
7. Съедобные животные Сибири и способы их добычи и приготовления.
8. Способы изготовления временного укрытия в условиях холодного климата.
9. Как добыть воду с помощью конденсатора.
10. Ориентирование в открытом океане.
11. Питание при автономном плавании.
12. Первая доврачебная помощь пострадавшим при кровотечениях в природных условиях.
13. Первая помощь при переохлаждении.
14. Первая помощь при тепловом ударе и перегреве.
15. Первая помощь при укусе ядовитыми животными.
16. Лекарственные растения Сибири и способы их использования.
17. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями.
18. Способы транспортировки пострадавшего.

## КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Автономное существование в экстремальных условиях

44.03.01 «Педагогическое направление»

Направленность (профиль) образовательной программы

безопасность жизнедеятельности

по заочной форме обучения

Наименование	Место хранения/электронный адрес	Кол-во экземпляров/точек доступа
<b>Обязательная литература</b>		
Трусей, Ирина Валерьевна. Особенности выживания человека в автономных условиях [Текст] : учебно-методическое пособие / И. В. Трусей. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2017. - 192 с.	Научная библиотека	40
Трусей И.В. Особенности выживания человека в автономных условиях: учебно-методическое пособие / И.В. Трусей; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2017. – 192 с. – Режим доступа: <a href="http://elib.kspu.ru/document/27042">http://elib.kspu.ru/document/27042</a>	ЭБС КГПУ им. В.П.Астафьева	Индивидуальный неограниченный доступ
Махов, С.Ю. Организация безопасности активного туризма : учебно- методическое пособие для высшего профессионального образования / 32 С.Ю. Махов ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИБ, 2014. - 126 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн.. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428625">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428625</a>	Университетская библиотека онлайн	Индивидуальный неограниченный доступ
<b>Дополнительная литература</b>		
Ильичев, Андрей Александрович. Большая энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях [Текст] : справочно-энциклопедическое издание / А. А. Ильичев. - 2-е изд. испр., доп. и перераб. - М. : ЭКСМО-Пресс, 2002. - 496 с. : ил.	Научная библиотека	12
Маслов, Анатолий Григорьевич. Способы автономного выживания человека в природе [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов, В.Н. Латчук. - 2-е изд., стереотип. - М. : Академия, 2005. - 304 с.	Научная библиотека	10



**Карта материально-технической базы дисциплины Автономное существование в экстремальных условиях**

**для обучающихся образовательной программы**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль)  
образовательной программы безопасность жизнедеятельности

<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование</b>
<b>для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации</b>	
г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89, ауд. 1-152	Маркерная доска- 1шт, компьютер-1шт, проектор-1 шт, экран- 1шт. Microsoft® Windows® 7 Professional Лицензия Dreamspark (MSDN AA) Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №2304- 180417- 031116- 577-384; 7-Zip - (Свободная лицензия GPL); Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия); Mozilla Firefox – (Свободная лицензия); LibreOffice – (Свободная лицензия GPL); Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Консультант Плюс - (Свободная лицензия для учебных целей); Гарант - (Свободная лицензия для учебных целей);
г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89, ауд. 1-151	Учебная доска- 1шт, проектор-1 шт, экран-1шт
<b>для самостоятельной работы</b>	

<p>г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д.89, ауд. 1-105</p>	<p>Учебно-методическая литература, ноутбук – 9 шт., компьютерный стол – 15 шт., компьютер – 15 шт., МФУ – 5 шт., телевизор – 1 шт., экран – 2 шт., проектор – 2 шт., колонки – 8 шт., веб-камера – 15 шт., микрофон – 15 шт., wi-fi, ПО: Windows, Linux, Office Standart, Libre Office, Kaspersky Endpoint Security, ABBYY Fine Reader 8.0, Adobe Reader, конструктор сайтов Edusite</p>
---	--