

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Томский государственный педагогический университет»
(ТГПУ)**

УТВЕРЖДАЮ

Декан ТЭФ

Е.В. Колесникова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Безопасный отдых и туризм

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профили): Технология и Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: очная

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) утверждена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности «01» сентября 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) одобрена учебно-методической комиссией факультета «01» сентября 2025 г.

1. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (ОП)

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.08
1.1	Дисциплины (модули) и практики, содержательно связанные с данной дисциплиной (модулем):
1.1.1	Психологическая безопасность
1.1.2	Экологическая безопасность
1.1.3	Социальные опасности, профилактика и защита от них

2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОП

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенций	Планируемые результаты обучения
ПК-1 Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	ИПК-1.1 Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета) ИПК-1.2 Умеет осуществлять отбор учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО ИПК-1.3 Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные	Знать: методы реализации организационных мероприятий, обеспечивающих высокий уровень безопасности в условиях природной среды; способы безопасного прохождения препятствий в зависимости от вида туризма. Уметь: реализовывать методы организационных мероприятий, обеспечивающих высокий уровень личной безопасности и безопасности окружающих; применять способы обеспечивающие безопасное прохождение препятствий в зависимости от вида туризма. Владеть: методами выявления опасных факторов природной среды угрожающие личной безопасности и безопасности окружающих; способами обеспечивающими безопасное прохождение препятствий в зависимости от вида туризма в условиях природной среды.
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 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности ИУК-8.2 Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения	Знать: нормативно-правовые и организационные основы туристской деятельности в Российской Федерации; правовой статус инструктора-проводника; организационные мероприятия повышающих уровень личной безопасности и безопасности окружающих в условиях природной среды. Уметь: анализировать и практически использовать нормативно-правовые акты в сфере туристской деятельности; применять организационные мероприятия, повышающие уровень личной безопасности и безопасности окружающих в условиях природной среды. Владеть: навыками работы с законодательными и иными нормативно-правовыми актами в сфере туристской деятельности; способами и методами определения опасных факторов, необходимых для повышения уровня личной безопасности и безопасности окружающих в условиях природной среды; методами снижающими уровень риска в опасных и чрезвычайных ситуациях.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ И ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)

№ п/п	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Всего часов	ПП
Раздел 1. Основные понятия в сфере отдыха и туризма.				
1.1	Отдых. Значение отдыха в системе здорового образа жизни. Режим труда и отдыха. Суточный, недельный и годовой режимы труда и отдыха. Виды отдыха: спокойный (пассивный), подвижный (активный). Отдых и полезные физические нагрузки. Основные цели отдыха. Классификации сфер отдыха: организованный и самостоятельный; санаторно-курортный, культурный, пляжный, ландшафтный и т.п. /Лек/	2	2	–
1.2	Туризм. Признаки туризма. Путешествие и туризм. Классификация видов туризма в зависимости от способа передвижения (пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, автомо, конный, парусный, спелео, комбинированный). Классификация туризма в зависимости от основной поставленной цели (оздоровительные, познавательные, обучающие, спортивные, религиозные и т.п.). /Пр/	2	2	–
1.3	Ключевые понятия индустрии туризма: турист, туристская индустрия, туристский маршрут, организаторы туризма (туроператор и турагент), дестинация, гид-переводчик, экскурсовод, инструктор-проводник и другие. /Ср/	2	6	–
Раздел 2. История формирования сферы отдыха и туризма.				
2.1	Путешествие и отдых в античные времена. Путешествия и отдых в средние века. Путешествия и отдых в эпоху Возрождения. Предпосылки возникновения туризма. Начало туризма и основные причины его возникновения в мире. История развития туризма в России: дачно-деревенский отдых, /Лек/	2	2	–
2.2	Российское общество туризма, Общество пролетарского туризма, Общество пролетарского туризма и экскурсий. Три этапа развития сферы отдыха и туризма в СССР. /Пр/	2	0	–
2.3	Состояние индустрии отдыха и туризма в Российской Федерации. Современное состояние детско-юношеского отдыха и туризма в Российской Федерации. /Ср/	2	4	–
Раздел 3. Правовые основы обеспечения безопасности туристов и отдыхающих.				
3.1	Система нормативного регулирования безопасности в Российской Федерации: Конституция Российской Федерации, Законы РФ о системах обеспечения безопасности, Указы и распоряжения Президента РФ, Кодексы РФ, нормативные документы Правительства Российской Федерации (Кодексы РФ, Государственные стандарты, Правила) и другие ведомственные документы (инструкции, памятки, руководства, методические указания, приказы и т.п.). /Лек/	2	1	–
3.2	Законодательство РФ сфере обеспечения безопасности в туризме. /Пр/	2	1	–
Раздел 4. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности в сфере отдыха и туризма.				
4.1	Классификация видов факторов опасности для туристов и отдыхающих: объективные и субъективные. Объективные факторы опасности: физиологические (травмирующие, физические и нервно-психические перегрузки, быстрая смена часовых поясов и климата), природно-средовые (природные особенности региона, связанные с рельефом местности, гидрометеорологической обстановки, наличие животных, ядовитых насекомых и растений), материально-технические, экологические, эпидемиологические, социальные, криминальные и другие. /Лек/	2	1	–
4.2	Субъективные факторы опасности: нарушение установленных законодательных норм субъектами туристской индустрии, нарушение установленных законодательных норм отдыхающими и туристами, игнорирование отдыхающими и туристами официальных рекомендаций, памяток и т.п., самоуверенность и неподготовленность туристов и отдыхающих к существованию в условиях природной среды. /Пр/	2	2	–
Раздел 5. Организационно-ресурсные компоненты обеспечения безопасности				
5.1	Классификация компонентов организационно-ресурсного обеспечения безопасности в туризме: мероприятия по предупреждению существующих опасностей. /Лек/	2	1	–
5.2	Соблюдение мер безопасности при проезде к месту отдыха наземными видами транспорта, водном транспорте, на воздушном транспорте (трансферт, чартер), организация питания при соблюдении санитарных правил. /Пр/	2	1	–
5.3	Обеспечение государственного финансирования, регулирование системы страхования, организация обучения туристов методам предотвращения несчастных случаев и приемам оказания первой помощи пострадавшим. /Ср/	2	4	–

Раздел 6. Основные меры обеспечения безопасности в туризме.				
6.1	Обеспечение безопасности в туризме: приобретение туристских услуг; трансферт, при отдыхе за границей до поездки и во время поездки; защита собственности при теракте и нападении пиратов; при использовании общественного транспорта и правила дорожного движения при поездке на автомобиле. Основные рекомендации по действиям туристов за границей при ограблении, при отставании от группы, потери в городе, обратного билета, опоздания на самолет или паром и т.п. /Лек/	2	1	–
6.2	Особенности организации и обеспечения безопасности в следующих направлениях туризма: экологического, сельского, социального, культурного, научного, делового, спортивного, экскурсионного, религиозного и других. /Пр/	2	4	–
6.3	Особенности обеспечения безопасности человека при организованном и вынужденном автономном существовании человека в природной среде. Способы решения возникающих проблем при автономном существовании в природной среде: сооружение временного укрытия, организация костра, обеспечение питьевой водой, обеспечение пищей, а также способы повышающие вероятность выживания при вынужденном голодании, подача сигналов бедствия и другие. /Ср/	2	4	–
Раздел 7. Организационные и исполнительские мероприятия по обеспечению безопасности в условиях природной среды				
7.1	Организационная составляющая обеспечения безопасности в туризме: определение цели, выбор района и времени прохождения маршрута в зависимости от уровня владения специальными туристскими навыками его участников, формирование туристской группы и распределение обязанностей, сбор сведений о районе маршрута, разработка нитки маршрута, календарного плана, оформление маршрутных документов и согласование маршрута в МКК, регистрация в поисково-спасательной службе, подготовка выезда к началу прохождения туристского маршрута и возвращение к месту постоянного проживания, включая обеспечение туристской группы личным, групповым и специальным снаряжением, а также сбалансированным питанием. /Лек/	2	1	–
7.2	Спортивный туризм в группе спортивных дисциплин. Разрядные нормы, требования и условия их выполнения. Система подготовки и аттестации туристских кадров: участники и руководитель туристской группы, инструктор-проводник и инструктор спортивного туризма. Маршрутно-квалификационная комиссия (маршрутный лист и маршрутная книжка). Классификация туристских маршрутов по видам туризма: пешеходному, лыжному, горному, водному, на средствах передвижения (велосипедный, автомото, конный), парусному, спелео и комбинированному). /Пр/	2	1	–
7.3	Исполнительская составляющая обеспечения безопасности в туризме: дисциплина и ответственность каждого туриста и группы в целом, соблюдение действующих правил, инструкций, распоряжений, а также осознанное применение рекомендованных приемов и способов, направленных на обеспечение безопасности в зависимости от присутствующих в природной среде опасных факторов. /Ср/	2	4	–
Раздел 8. Способы обеспечения безопасности при занятиях туризмом в горах.				
8.1	Виды и направления туризма в горной местности: пешеходный туризм, горный туризм, горный туризм с элементами альпинизма, горнолыжный туризм (скитур, сноубординг и другие виды зимнего активного отдыха), велосипедный туризм (маунтинбайкинг) и другие. /Лек/	2	1	–
8.2	Основные опасности горной местности. Обеспечение безопасности в горах с учетом опасных объективных факторов горной местности. Особенности организации полноценного питания. Основные рекомендации по обеспечению безопасности при занятии туризмом в горах: при ориентировании, перед выходом на маршрут, при передвижении по горному рельефу (тропам, осыпям, скалам, льду), при организации страховки (самостраховка, гимнастическая, одновременная, попеременная, групповая), при использовании специального снаряжения. Методические рекомендации по обеспечению безопасности: при организации бивака, при нахождении в лавиноопасном районе, при проведении поисково-спасательных работ в горной местности. /Пр/	2	1	–
8.3	Требования при хранении, контроле и использовании альпинистского снаряжения: веревки, индивидуальные страховочные системы, каски, ледорубы, «кошки» и т.п.). /Ср/	2	4	–
Раздел 9. Способы обеспечения безопасности при занятиях туризмом на водных акваториях.				
9.1	Виды и направления туризма на водных акваториях: водный туризм (каякинг, рафтинг, водные лыжи, вейкбординг, дайвинг), парусный туризм (виндсёрфинг), круизный и другие. /Лек/	2	1	–

9.2	Основные опасности водных акваторий для человека во время отдыха. Меры безопасности при нахождении на водном транспорте и прогулочной лодке. Рекомендации по мерам безопасности при купании в южных морях, защита от ядовитых животных морей и океанов. Опасности и проблемы защиты жизни и здоровья на рыбалке, в том числе зимней. Специфические опасности при занятиях водным туризмом, парусным туризмом и другими видами. Меры безопасности при плавании с маской и аквалангом (дайвинг). /Пр/	2	1	–
9.3	Индивидуальные и коллективные спасательные средства. Способы и методы оказания помощи утопающему. /Ср/	2	4	–
Раздел 10. Способы обеспечения безопасности при занятиях туризмом в пещерах.				
10.1	Виды и направления туризма на средствах передвижения: велосипедный туризм, автототуризм (джиппинг, эндуро), конный туризм (на лошадях, верблюдах, слонах, собаках и т.п.). /Лек/	2	1	–
10.2	Основные меры обеспечения безопасности человека в пещерах, штольнях и других подземных объектах. /Пр/	2	1	–
10.3	Основные меры обеспечения безопасности человека перед спуском, при передвижении, при проникновении в пропасти и провалы, в том числе в обводненные. /Ср/	2	4	–
Раздел 11. Способы обеспечения безопасности при занятиях туризмом				
11.1	Виды и направления туризма на средствах передвижения: велосипедный туризм, автототуризм (джиппинг, эндуро), конный туризм (на лошадях, верблюдах, слонах, собаках и т.п.). /Лек/	2	1	–
11.2	Основные меры обеспечения безопасности при использовании средств передвижения. /Пр/	2	1	–
11.3	Соблюдение правил дорожного движения, знание материальной части транспортных средств и повадок животных, соблюдение режима труда и отдыха водителей. /Ср/	2	4	–
Раздел 12. Способы обеспечения безопасности при занятиях туризмом в образовательных организациях.				
12.1	Туристские мероприятия различного типа с обучающимися образовательных организаций: прогулка, экскурсия, туристский слет, поход, экспедиция. /Лек/	2	1	–
12.2	Подготовка и проведение туристских слетов и соревнований обучающихся, в том числе «Туристского похода с проверкой туристских навыков» - одного из нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО. /Пр/	2	1	–
12.3	Обучение основам безопасного отдыха и туризма обучающихся, в том числе туристским навыкам для успешного выживания в случае вынужденного автономного существования в условиях природной среды. Рекомендуемые безопасные способы и тактика преодоления естественных препятствий. /Ср/	2	4	–

Примечание: ПП – практическая подготовка.

4. ТРУДОЁМКОСТЬ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ, САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ФОРМАМ КОНТРОЛЯ

Объем в зачетных единицах: 2 з.е., в академических часах: 72 акад. час.

Формы контроля в семестрах:

зачеты 2

Вид занятий	Распределение по семестрам (в академических часах)							
	Итого				2			
	РУП		РПД		РУП		РПД	
	Всего	ПП	Всего	ПП	Всего	ПП	Всего	ПП
Лекции	14	–	14	–	14	–	14	–
Практические занятия	16	–	16	–	16	–	16	–
Самостоятельная работа	42	–	42	–	42	–	42	–
Итого часов	72	–	72	–	72	–	72	–

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

5.1. Учебная литература *

№ п/п	Автор(ы), составитель(и)	Заглавие	Издательство, год, количество страниц
-------	--------------------------	----------	---------------------------------------

1	Шереметьева У. М.	Безопасный отдых и туризм: учебное пособие	Томск: Изд-во ТГПУ, 2009. – 203 с.
2	Маслов А. Г., Константинов Ю. С., Латчук В. Н.	Способы автономного выживания человека в природе: учебное пособие для вузов	Москва: Академия, 2005. – 297, [1] с.
3	Куликова Н. В., Бернацкая Н. А., Бернацкий Э. О., Давыдова Ю. Г. ; под ред. С. В. Низкодубовой	Безопасность и защита человека в экстремальных ситуациях: учебное пособие для вузов, училищ, колледжей	Томск: Изд-во ТГПУ, 2001. – 125 с.
4	Легостин С. А.	Безопасность жизнедеятельности: учебно-методическое пособие	Томск: Изд-во ТГПУ, 2006. – 83, [1] с.
5	Биржаков М. Б.	Введение в туризм: учебник для вузов	Москва: Невский Фонд, 2006. – 509 с.
6	Пряхин В. Н., Соловьев С. С.	Безопасность жизнедеятельности человека в условиях мирного и военного времени: учебник для средних специальных учебных заведений	Москва: Экзамен, 2006. – 380, [1] с.

5.2. Перечень электронных образовательных ресурсов, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения учебной дисциплины (модуля) *

1	Туризм бывает разным. (http://turizmbyvaetraznim.com/спортивный-туризм/туристические-узлы)
2	Еременко, В. Д. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. Д. Еременко, В. С. Остапенко. — Электрон. текстовые данные (http://www.iprbookshop.ru/49600.html)

5.3. Перечень программного обеспечения (лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в т.ч. отечественного производства), используемого при осуществлении образовательного процесса по учебной дисциплине (модулю)

1	Офисный пакет Microsoft Office Проприетарное (коммерческое) программное обеспечение на базе операционной системы Windows, включающее текстовый процессор Word, табличный процессор Excel, программу подготовки презентаций PowerPoint и систему управления базами данных Access.
2	Стандартный офисный пакет Свободно распространяемое и/или проприетарное (коммерческое) программное обеспечение, включающее текстовый процессор, табличный процессор, программу подготовки презентаций.

* Примечание к разделу.

Дата обращения к электронным учебным изданиям (включая электронные издания из электронных библиотечных систем), электронным образовательным ресурсам, современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы учебной дисциплины (модуля).

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

6.1. Учебная аудитория для проведения:

- занятий лекционного типа,
- занятий семинарского (практического) типа,
- групповых и индивидуальных консультаций,
- текущего контроля и промежуточной аттестации.

ОСНАЩЕНИЕ:

Учебная аудитория с презентационным оборудованием (в т.ч. интерактивной доской), оснащенная учебной мебелью и укомплектованная средствами обучения по безопасности жизнедеятельности, в т.ч. халатом химической защиты, огнетушителями и стендами и витринами с демонстрационными материалами.

6.2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся.

ОСНАЩЕНИЕ:

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные учебной мебелью. Рабочие места обучающихся оборудованы компьютерной техникой и подключены в локальную вычислительную сеть, в т.ч. с использованием беспроводного Wi-Fi подключения, с возможностью выхода в глобальную сеть Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду.

ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

Комплект свободно распространяемого программного обеспечения или проприетарного (коммерческого) программного обеспечения, включая

- браузер,
- просмотрщики pdf- и djvu-файлов,
- офисный пакет (в т.ч. текстовый процессор, табличный процессор, программа подготовки презентаций).

6.3. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

**7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ПО ОСВОЕНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)****7.1. Методические рекомендации для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)**

Дисциплина (модуль) «Безопасный отдых и туризм» входит в вариативную часть Блока «Дисциплины (модули)» учебного плана, соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль): Технология и Безопасность жизнедеятельности.

Во время изучения дисциплины (модуля) «Безопасный отдых и туризм» проводятся лекционные и практические занятия. Кроме того, студент в течение семестра самостоятельно изучает вопросы, которые выдаются ему преподавателем в начале семестра. В середине семестра по дисциплине проводится промежуточная аттестация (контрольная точка).

Оценки, полученные студентами во время практических занятий, учитываются при сдаче зачета. Критерии оценки студента во время практических занятий: активность индивидуальной работы в группах, наличие теоретических знаний, понимание основных понятий, умение применять теоретические знания при решении практических задач, умение мыслить самостоятельно.

Повышение качества профессиональной подготовки специалистов предусматривает повышение доли самостоятельной работы студентов в учебном процессе.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов являются:

- уровень освоения студентом учебного материала;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- уровень сформированности общекультурных и профессиональных компетенций;
- обоснованность и четкость изложения выполненного задания;
- оформление письменного материала в соответствии с предложенными преподавателем требованиями.

**8. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

Представлены в Приложении.

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) составлена в соответствии с учебным планом, федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Разработчик(и) рабочей программы учебной дисциплины (модуля):

Легостин Сергей Альфредович, к.м.н., доцент

**ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

Безопасный отдых и туризм

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профили): Технология и Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: очная