

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное учреждение  
высшего профессионального образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Институт фундаментальной медицины и биологии



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности КФУ

Проф. Таюрский Д.А.



\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

*подписано электронно-цифровой подписью*

### Программа дисциплины

Безопасность в экстремальных видах спорта БЗ+.ДВ.10

Направление подготовки: 050100.62 - Педагогическое образование

Профиль подготовки: Образование в области физической культуры и Безопасности жизнедеятельности

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

**Автор(ы):**

Мисбахов А.А.

**Рецензент(ы):**

Святова Н.В.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий(ая) кафедрой: Мустаев Р. Ш.

Протокол заседания кафедры No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:

Протокол заседания УМК No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Регистрационный No 81376317

Казань  
2017

## Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, к.н. (доцент) Мисбахов А.А. кафедра безопасности жизнедеятельности и общей физической подготовки Отделение физической культуры, AAMisbahov@kpfu.ru

### 1. Цели освоения дисциплины

Всестороннее ознакомление студентов с понятием опасные ситуации, источниками опасностей, способами противодействия опасностям различного характера, особенностями выработки устойчивости в различных опасных ситуациях, их методами диагностики и помощи людям при их возникновении. Задачами дисциплины являются: дать определение понятию опасная ситуация; научить определять потенциальные источники опасностей; рассмотреть различные виды опасностей; привить практические навыки и умения в использовании средств коллективной и индивидуальной защиты. Профилактика травматизма и происшествий с участием школьников во время занятия экстремальными видами спорта. Изучение правил безопасного поведения во время занятия экстремальными видами спорта. Изучение правил вынужденной автономии в природных условиях.

### 2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " БЗ+.ДВ.10 Профессиональный" основной образовательной программы 050100.62 Педагогическое образование и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 5 курсе, 10 семестр.

Данная учебная дисциплина представляет собой специальный предмет изучения, обеспечивающий подготовку студентов, формированию культуры поведения на природе и на занятиях при возникновении экстремальных ситуаций в различных видах спорта опасных происшествий. Дисциплины дополнительной специальности". Осваивается на пятом курсе (10 семестр).

### 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
(ОК-1) (общекультурные компетенции)	владеть культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения ;
(ОК-11) (общекультурные компетенции)	готов использовать основные методы защиты от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий ;
(ОК-13). (общекультурные компетенции)	готов использовать нормативные правовые документы в своей деятельности
(ОК-2); (общекультурные компетенции)	обладать широтой кругозора, отраженной на уровне восприятия профессиональных проблем
(ОПК-4) (профессиональные компетенции)	способен нести ответственность за результаты своей профессиональной деятельности ;
(ПК-5) (профессиональные компетенции)	способностью использовать возможности образовательной среды для формирования универсальных видов учебной деятельности и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса ;

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

Наиболее распространенные опасности влияние экстремальной ситуации на динамику социально-психологических характеристик личности спортсмена; социально-психологические факторы личностно-ситуационного взаимодействия в экстремальной деятельности. условия возникновения опасных ситуаций, закономерности их проявления, классификацию, характеристику и их прогнозирование; правила поведения при возникновении опасных ситуаций в разных природных зонах; меры профилактики опасностей; вероятностную оценку возникновения опасных ситуации на уровне региона; формы и методы организации мониторинга окружающей среды; формы и методы работы по организации обучения по данной дисциплине.

2. должен уметь:

Принимать решения по обеспечению собственной и коллективной безопасности при возникновении опасных ситуаций во время занятий экстремальными видами спорта природе в разных природных зонах с возможным оказанием первой медицинской помощи и обучать этому учащихся; организовывать и методически правильно проводить занятия с учащимися по безопасности жизнедеятельности, использовать различные способы обучения.

3. должен владеть:

Навыками творческого обобщения полученных знаний, конкретного и объективного изложения своих знаний в письменной и устной форме, применять на практике навыки обеспечения безопасности в конкретных опасных ситуациях различного характера. Демонстрировать способность и готовность к оказанию помощи при опасных ситуациях. Применять полученные знания на практике.

4. должен демонстрировать способность и готовность:

Демонстрировать способность и готовность к оказанию помощи при опасных ситуациях. Применять полученные знания на практике.

#### 4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет в 10 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

#### 4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

##### Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
	Тема 1. Понятие						

социальной экстремологии и её роль в исследовании экстремальной деятельности

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
2.	Тема 2. Экстремальность и экстремизм в спорте.	10	3	2	2	0	
3.	Тема 3. Феномен экстремальности в спортивной деятельности.	10	4	2	2	0	
4.	Тема 4. Взаимодействие людей в экстремальных условиях спортивной деятельности.	10	5	2	2	0	
5.	Тема 5. Экстремальные виды спорта: социально-философский аспект.	10	6,7	4	4	0	
6.	Тема 6. Развитие личности в экстремальных ситуациях.	10	8,9	4	4	0	
	Итого			18	18	0	

## 4.2 Содержание дисциплины

### Тема 1. Понятие социальной экстремологии и её роль в исследовании экстремальной деятельности

#### **лекционное занятие (4 часа(ов)):**

Теоретические основы возникновения экстремологии. Терминология и основные понятия. Смысл и значение социальной экстремологии. Специфика социальной экстремологии.

#### **практическое занятие (4 часа(ов)):**

Взгляд на мир под новым углом зрения, сквозь призму экстремумов природных и социальных явлений. Для чего нам нужен экстремальный спорт. Причины стремления людей в экстремальный спорт.

### Тема 2. Экстремальность и экстремизм в спорте.

#### **лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Понятие экстремальности в спорте. Отличие от других видов экстремальности. Причины возникновения.

#### **практическое занятие (2 часа(ов)):**

Экстремизм в спорте. Понятие агрессии. Причины агрессии. Виды агрессии в спорте. Агрессивная личность.

### Тема 3. Феномен экстремальности в спортивной деятельности.

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Влияние экстремальной ситуации на динамику социально-психологических характеристик личности спортсмена.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

Социально-психологические факторы личностно-ситуационного взаимодействия в экстремальной деятельности.

**Тема 4. Взаимодействие людей в экстремальных условиях спортивной деятельности.**

**лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Специфика коммуникации в экстремальной деятельности.

**практическое занятие (2 часа(ов)):**

Профессиональная этика. Основные понятия. Факторы риска в экстремальных видах спорта.

**Тема 5. Экстремальные виды спорта: социально-философский аспект.**

**лекционное занятие (4 часа(ов)):**

Экстремальные виды спорта: 1. Паркур 2. парашютный спорт 3. Бесджампинг 4. Кайтинг 5. Скайсерфинг 6. Альпинизм и скалолазание 7. Горные лыжи и сноубординг 8. Треккинг 9. Аквабайк 10. Дайвинг 11. Рафтинг 12. Серфинг и виндсерфинг 13. Маунтинбайк или горный велосипед 14. Скейтбординг 15. Дельтаплан

**практическое занятие (4 часа(ов)):**

Экстремальные виды спорта как вариант проведения свободного времени. Особенности свободного времяпрепровождения в спорте проблема классификации. Экстремалы-профессионалы и экстремалы дилетанты.

**Тема 6. Развитие личности в экстремальных ситуациях.**

**лекционное занятие (4 часа(ов)):**

Экстремальная ситуация как, новый взгляд, на известные события. Переживание целостности субъекта и открытие новых перспектив развития личности. Личность экстремала.

**практическое занятие (4 часа(ов)):**

Экстремальная ситуация как испытание и как достижение предельных возможностей. Досуг как составляющая экстремальных видов спорта.

**4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)**

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Понятие социальной экстремологии и её роль в исследовании экстремальной деятельности	10	1,2	разработка презентаций	8	контрольная работа
2.	Тема 2. Экстремальность и экстремизм в спорте.	10	3	разработка презентаций	4	контрольная работа
3.	Тема 3. Феномен экстремальности в спортивной деятельности.	10	4	разработка презентаций	4	контрольная работа

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
4.	Тема 4. Взаимодействие людей в экстремальных условиях спортивной деятельности.	10	5	разработка презентаций	4	контрольная работа
5.	Тема 5. Экстремальные виды спорта: социально-философский аспект.	10	6,7	разработка презентаций	8	контрольная работа
6.	Тема 6. Развитие личности в экстремальных ситуациях.	10	8,9	разработка презентаций	8	контрольная работа
	Итого				36	

## 5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Предполагает использование как традиционных (лекции, практические занятия с использованием методических материалов), так и инновационных образовательных технологий с использованием в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий: выполнение ряда практических заданий с использованием профессиональных программных средств создания и ведения электронных баз данных; мультимедийных программ, включающих подготовку и выступления студентов на семинарских занятиях с фото-, аудио- и видеоматериалами по предложенной тематике.

## 6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

### Тема 1. Понятие социальной экстремологии и её роль в исследовании экстремальной деятельности

контрольная работа, примерные вопросы:

Смысл и значение социальной экстремологии. Специфика социальной экстремологии. Взгляд на мир под новым углом зрения сквозь призму экстремумов природных и социальных явлений.

### Тема 2. Экстремальность и экстремизм в спорте.

контрольная работа, примерные вопросы:

Понятие экстремальности в спорте. Отличие от других видов экстремальности. Причины возникновения. Экстремизм в спорте. Понятие агрессии. Причины агрессии. Виды агрессии в спорте. Агрессивная личность.

### Тема 3. Феномен экстремальности в спортивной деятельности.

контрольная работа, примерные вопросы:

Влияние экстремальной ситуации на динамику социально-психологических характеристик личности спортсмена. Социально-психологические факторы личностно-ситуационного взаимодействия в экстремальной деятельности.

### Тема 4. Взаимодействие людей в экстремальных условиях спортивной деятельности.

контрольная работа, примерные вопросы:

Специфика коммуникации в экстремальной деятельности. Профессиональная этика.

## **Тема 5. Экстремальные виды спорта: социально-философский аспект.**

контрольная работа, примерные вопросы:

Досуг как составляющая экстремальных видов спорта. Экстремальные виды спорта: проблема классификации. Экстремалы-профессионалы и экстремалы дилетанты. Личность экстремала. Экстремальные виды спорта как вариант проведения свободного времени. Особенности свободного времяпрепровождения в спорте

## **Тема 6. Развитие личности в экстремальных ситуациях.**

контрольная работа, примерные вопросы:

Экстремальная ситуация как новый взгляд на известные события. Переживание целостности субъекта и открытие новых перспектив развития личности. Экстремальная ситуация как испытание и как достижение предельных возможностей.

Примерные вопросы к зачету:

1. Экстремальные виды спорта как альтернатива традиционным видам.
2. Связь образования, экстремальных видов спорта и досуга.
3. Личностные качества экстремала.
4. Экстремальные виды спорта как субкультура.
5. Смысл и значение социальной экстремологии.
6. Специфика социальной экстремологии.
7. Взгляд на мир под новым углом зрения сквозь призму экстремумов природных и социальных явлений.
8. Понятие экстремальности в спорте.
9. Отличие от других видов экстремальности.
10. Причины возникновения.
11. Экстремизм в спорте.
12. Понятие агрессии.
13. Причины агрессии.
14. Виды агрессии в спорте.
15. Агрессивная личность.
16. Влияние экстремальной ситуации на динамику социально-психологических характеристик личности спортсмена.
17. Социально-психологические факторы личностно-ситуационного взаимодействия в экстремальной деятельности.
18. Специфика коммуникации в экстремальной деятельности.
19. Профессиональная этика.
20. Досуг как составляющая экстремальных видов спорта.
21. Экстремальные виды спорта: проблема классификации.
22. Экстремалы-профессионалы и экстремалы дилетанты.
23. Личность экстремала.
24. Экстремальные виды спорта как вариант проведения свободного времени.
24. Особенности свободного времяпрепровождения в спорте.
25. Экстремальная ситуация как новый взгляд на известные события.
26. Переживание целостности субъекта и открытие новых перспектив развития личности.
27. Экстремальная ситуация как испытание и как достижение предельных возможностей.

### **7.1. Основная литература:**

1. Основы психологической безопасности: учеб. пособие / Н.С. Ефимова. - М.: ИД ФОРУМ: ИНФРА-М, 2010. - 192 с.: ил.; 60x90 1/16. - (Высшее образование). (переплет) ISBN 978-5-8199-0415-2, 1000 экз.<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=183887>
2. Региональная и национальная безопасность: Учебное пособие / А.Б. Логунов. - М.: Вузовский учебник, 2009. - 432 с.: 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-9558-0093-6, 1000 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=153774>
3. Валеология: Учеб. пособие / Э.М. Прохорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО "РГУТИС"). - М.: ИНФРА-М, 2009. - 255 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование). (переплет) ISBN 978-5-16-003569-7, 2000 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=158955>
4. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие / М-во образования и науки Рос. Федерации, Татар. гос. гуманитар.-пед. ун-т ; [сост.: Н.В. Святова, к.б.н., доц., Н.Б. Дикопольская, к.б.н., доц. ; науч. ред. Ф.Г. Ситдилов, д.б.н., проф.] .? Казань : [ТГГПУ], 2007 .? 171, [1] с. : ил. ; 21 .? Библиогр.: с. 171 (16 назв.) .? ISBN 5-87730-045-8, 500.
5. . Первая помощь при травмах и несчастных случаях : учеб. пособие / ТГГПУ ; сост.: Р. Г. Биктемирова, Н. В. Святова .? Казань : ТГГПУ, 2007 .? 76 с. ? ISBN 5-87730-046-6

## 7.2. Дополнительная литература:

1. Профилактика и коррекция нарушений и забол. костно-мышечной системы у детей и подростков: Пос.для сист.послевуз.проф.обр.врачей / А.В.Ляхович и др.; Под ред. А.В.Ляхович - М.:Флинта:Наука, 2009 -224с.: 60x88 1/16(о) ISBN 978-5-9765-0849-1, 1000 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=217319>
2. Детская психология с элементами психофизиологии: Учебное пособие / В.Г. Каменская. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Форум, 2011. - 288 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование). (обложка) ISBN 978-5-91134-482-5, 1000 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=255825>
3. Охрана труда: Учебник / В.А. Девисилов. - 5-е изд., перераб. и доп. - М.: Форум, 2010. - 512 с.: ил.; 60x90 1/16. - (Профессиональное образование). (переплет) ISBN 978-5-91134-430-6, 3000 экз.<http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=240197>
4. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях [Текст: электронный ресурс] : учебное пособие / М-во образования и науки Рос. Федерации, Татар. гос. гуманитар.-пед. ун-т ; [сост.]: Н. В. Святова, А. А. Мисбахов, Е. Г. Кабыш, Р. Ш. Мустаев .? Электронные данные (1 файл: 1,3 Мб) .? (Казань : Казанский федеральный университет, 2011) .? Загл. с экрана .? Режим доступа: открытый .? <URL:[http://libweb.kpfu.ru/ebooks/22\\_000333.pdf](http://libweb.kpfu.ru/ebooks/22_000333.pdf)>.
5. Безопасность жизнедеятельности в вопросах и ответах : учеб. пособие / В. С. Алексеев, О. Е. Мурадова, И. С. Давыдова .? М. : ТК Велби:Прспект, 2006 .? 208 с. ? ISBN 5-482-00429-5

## 7.3. Интернет-ресурсы:

[extreme.sport-express.ru](http://extreme.sport-express.ru) - [extreme.sport-express.ru](http://extreme.sport-express.ru)

[HTTP://WWW.MCHS.RU/](http://WWW.MCHS.RU/) -ОФИЦИАЛЬНЫЙ САЙТ МЧС; - [HTTP://WWW.MCHS.RU/](http://WWW.MCHS.RU/) -ОФИЦИАЛЬНЫЙ САЙТ МЧС;

[HTTP://WWW.MINTRANS.RU](http://WWW.MINTRANS.RU) ?ОФИЦИАЛЬНЫЙ САЙТ МИНИСТЕРСТВА ТРАНСПОРТА РФ; - [HTTP://WWW.MINTRANS.RU](http://WWW.MINTRANS.RU) ?ОФИЦИАЛЬНЫЙ САЙТ МИНИСТЕРСТВА ТРАНСПОРТА РФ;

WEB АТЛАС ПО БЖД. - [HTTP://WWW.SCI.ANA.RU](http://WWW.SCI.ANA.RU)

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ БЖД; - [HTTP://WWW.NOVTEX.RU](http://WWW.NOVTEX.RU)

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Безопасность в экстремальных видах спорта" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Компьютерный класс, представляющий собой рабочее место преподавателя и не менее 15 рабочих мест студентов, включающих компьютерный стол, стул, персональный компьютер, лицензионное программное обеспечение. Каждый компьютер имеет широкополосный доступ в сеть Интернет. Все компьютеры подключены к корпоративной компьютерной сети КФУ и находятся в едином домене.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

1. Лекционная аудитория с мультимедиапроектором, ноутбуком и экраном на штативе.
2. Аудитории для практических занятий.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 050100.62 "Педагогическое образование" и профилю подготовки Образование в области физической культуры и Безопасности жизнедеятельности .

Автор(ы):

Мисбахов А.А. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рецензент(ы):

Святова Н.В. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.