

**Компонент ОПОП 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профили) Безопасность жизнедеятельности. Туристско-рекреационная**

**деятельность**

наименование ОПОП

**Б1.В.10**

шифр дисциплины

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

**Дисциплины  
(модуля)**

**Методы самоспасения**

---

Разработчик (и):

Чунин Александр Игоревич  
ФИО

Старший преподаватель кафедры ЗиАФК  
должность

\_\_\_\_\_   
ученая степень, звание

Утверждено на заседании кафедры  
здоровьесбережения и адаптивной  
физической культуры

наименование кафедры

протокол № 9 от 29.03.2024 г.

И.о. заведующего кафедрой ЗиАФК

\_\_\_\_\_ А.С. Шемерко  
подпись

**Мурманск  
2024**

## 1. Критерии и средства оценивания компетенций и индикаторов их достижения, формируемых дисциплиной (модулем)

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора(ов) достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)			Оценочные средства текущего контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации
		<i>Знать</i>	<i>Уметь</i>	<i>Владеть</i>		
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	ИД-1УК-8 Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИД-2УК-8 Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения	основные опасности, угрожающие жизни и здоровью людей в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды и криминогенной опасности, принципы и методы, обеспечивающие безопасность жизнедеятельности, сохранение жизни человека в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды, а также в случаях криминогенной опасности	распознавать опасные ситуации в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды, а также в случаях криминогенной опасности. криминогенно опасные ситуации	обеспечивающие безопасность жизнедеятельности, сохранение жизни человека в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды, а также в случаях криминогенной опасности; безопасного поведения и способами защиты в криминогенно опасных ситуациях	Выполнение практических заданий	Вопросы для зачета
ПК-5. Способен использовать современные методы и технологии обучения лиц с	ИД-1ПК-5 Знает специальные методики и современные технологии психолого-	основные опасности, угрожающие жизни и здоровью людей в условиях ЧС	распознавать опасные ситуации в условиях ЧС	обеспечивающие безопасность жизнедеятельности, сохранение жизни	Выполнение практических заданий	Вопросы для зачета

ограниченными возможностями здоровья	педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. ИД-2ПК-5 Выбирает способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся с особыми образовательными потребностями по вопросам воспитания и обучения детей.	техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды и криминогенной опасности, принципы и методы, обеспечивающие безопасность жизнедеятельности, сохранение жизни человека в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды, а также в случаях криминогенной опасности	техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды, а также в случаях криминогенной опасности. криминогенно опасные ситуации	человека в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды, а также в случаях криминогенной опасности; безопасного поведения и способами защиты в криминогенно опасных ситуациях		
ПК-6. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	ИД-1ПК-6 Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе. ИД-2ПК-6 Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся.	основные опасности, угрожающие жизни и здоровью людей в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды и криминогенной опасности, принципы и методы, обеспечивающие	распознавать опасные ситуации в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды, а также в случаях криминогенной опасности.	обеспечивающие безопасность жизнедеятельности, сохранение жизни человека в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды, а также в случаях криминогенной	Выполнение практических заданий	Вопросы для зачета

		безопасность жизнедеятельности, сохранение жизни человека в условиях ЧС техногенного и природного характера, случаях автономного пребывания в экстремальных условиях природной среды, а также в случаях криминогенной опасности	криминогенно опасные ситуации	опасности; безопасного поведения и способами защиты в криминогенно опасных ситуациях		
--	--	---	-------------------------------	--	--	--

## 2. Оценка уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)

Показатели оценивания компетенций (индикаторов их достижения)	Шкала и критерии оценки уровня сформированности компетенций (индикаторов их достижения)			
	Ниже порогового («неудовлетворительно»)	Пороговый («удовлетворительно»)	Продвинутый («хорошо»)	Высокий («отлично»)
<b>Полнота знаний</b>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущены не грубые ошибки.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки. Допущены некоторые погрешности.	Уровень знаний в объёме, соответствующем программе подготовки.
<b>Наличие умений</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продемонстрированы основные умения. Выполнены типовые задания с не грубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме (отсутствуют пояснения, неполные выводы)	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные задания с некоторыми погрешностями. Выполнены все задания в полном объёме, но некоторые с недочетами.	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без ошибок и погрешностей. Задания выполнены в полном объёме без недочетов.
<b>Наличие навыков (владение опытом)</b>	При выполнении стандартных заданий не продемонстрированы базовые навыки.	Имеется минимальный набор навыков для выполнения стандартных заданий с некоторыми недочетами.	Продемонстрированы базовые навыки при выполнении стандартных заданий с некоторыми недочетами.	Продемонстрированы все основные умения. Выполнены все основные и дополнительные задания без

	Имели место грубые ошибки.			ошибок и погрешностей. Продемонстрирован творческий подход к решению нестандартных задач.
<b>Характеристика сформированности компетенции</b>	Зачетное количество баллов не набрано согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону

### 3. Критерии и шкала оценивания заданий текущего контроля

#### 3.1 Критерии и шкала оценивания выполнения практических заданий

Перечень практических работ, описание порядка выполнения и защиты работы, требования к результатам работы, структуре и содержанию отчета и т.п. представлены в методических материалах по освоению дисциплины (модуля) и в электронном курсе в ЭИОС МАУ.

Баллы	Характеристики ответа студента
60	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы;</li><li>- не допускает существенных неточностей;</li><li>- увязывает усвоенные знания с практической деятельностью;</li><li>- аргументирует научные положения;</li><li>- делает выводы и обобщения;</li><li>- владеет системой основных понятий</li></ul>
40	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент не усвоил значительной части проблемы;</li><li>- допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- не может аргументировать научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- частично владеет системой понятий</li></ul>
0	<ul style="list-style-type: none"><li>- студент не усвоил проблему;</li><li>- представил лишь отдельные факты, не связанные между собой;</li><li>- испытывает трудности в практическом применении знаний;</li><li>- затрудняется представить научные положения;</li><li>- не формулирует выводов и обобщений;</li><li>- не владеет понятийным аппаратом.</li></ul>

### 4. Критерии и шкала оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) при проведении промежуточной аттестации

#### Критерии и шкала оценивания результатов освоения дисциплины (модуля) с зачетом

Если обучающийся набрал зачетное количество баллов согласно установленному диапазону по дисциплине (модулю), то он считается аттестованным.

Оценка	Баллы	Критерии оценивания
<i>Зачтено</i>	60 - 100	Набрано зачетное количество баллов согласно установленному диапазону
<i>Незачтено</i>	менее 60	Зачетное количество согласно установленному диапазону баллов не набрано

#### **Вопросы для зачета:**

1. Основные факторы риска в природе, методы их профилактики и оказание первой медицинской помощи.
2. Ядовитые растения. Первая медицинская помощь при отравлении ядовитыми растениями.

3. Ядовитые грибы. Первая медицинская помощь при отравлении ядовитыми грибами.
4. Состав и назначение походной аптечки.
5. Стрессоры выживания. Их влияние на состояние человека.
6. Факторы выживания.
7. Перечислите и поясните требования, предъявляемые к туристскому снаряжению.
8. Личное и групповое туристское снаряжение. Основные требования.
9. Перечислите известные вам предметы специального снаряжения и объясните его назначение при использовании в походе, на соревнованиях по туризму.
10. Перечислите и поясните основные требования к месту организации привала и бивака.
11. Расскажите о порядке организации работы по развешиванию и свертыванию лагеря.
12. Виды и типы костров, их назначение.
13. Питание в туристском походе.
14. Порядок движения группы на маршруте.
20. Ориентирование по местным предметам.
21. Типы компасов. Работа с компасом.
22. Ориентирование по Солнцу и звездам.
23. Поиск и использование съедобных растений. Виды съедобных растений.
24. Использование звуков, источников света, маркировки туристских маршрутов, следов человеческой деятельности для определения направления выхода.
26. Виды карт. Понятие масштаба.
28. Акклиматизация человека к различным природным условиям.
29. Основные причины возникновения ситуаций автономного существования в природной среде.
30. Краткая физико-географическая характеристика зоны тайги. Способы выживания человека в условиях автономного существования в тайге.
31. Краткая физико-географическая характеристика зоны тундры. Способы выживания человека в условиях автономного существования в тундре.
32. Краткая физико-географическая характеристика горной зоны. Способы выживания человека в условиях автономного существования в горах.
33. Основные правила поведения в экстремальной ситуации.
34. Сооружение временного укрытия.
35. Способы добывания, сохранения огня и разведения костра.
36. Обеспечение водой. Способы обеззараживания воды.
37. Поиск и приготовление пищи.
38. Способы подачи сигналов бедствия днем, ночью.
39. Способы подачи сигналов бедствия (звуковые).
40. Способы подачи сигналов (световые).