

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра теории и методики физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Туризм

Уровень ОПОП: Бакалавриат

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

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Шигаев А. В., канд. пед. наук, доцент

Нежданов А. С., старший преподаватель

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от
26.04.2016 года

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры,
протокол № 1 от 29.08.2017 года

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры,
протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой  Якимова Е. А.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - формирование у студентов теоретических знаний и практически умений в области туристской деятельности и методики проведения туристских мероприятий, готовности к действиям в трудных природных условиях, ориентирования на местности, навыков преодоления естественных природных препятствий и выполнения квалификационных категорий.

Задачи дисциплины:

- изучение основ технологий обеспечения безопасности проведения туристских мероприятий;
- получение навыков работы с группой в условиях природной среды на маршрутах различной категории сложности с учетом возрастных, физических и других особенностей участников;
- освоение методики и технологии работы в учреждениях по подготовке туристских кадров.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ОД.6 «Туризм» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 2 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении следующих дисциплин: ЧС природного характера, курс ОБЖ пройденный в школе.

Изучению дисциплины Б1.В.ОД.6 «Туризм» предшествует освоение дисциплин (практик):

Б1.В.ДВ.2.1 Физическая культура в системе "Семья-школа".

Освоение дисциплины Б1.В.ОД.6 «Туризм» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.В.ОД.3 Чрезвычайные ситуации природного, социального, техногенного характера и защита от них;

Б1.В.ОД.7 Безопасный отдых и туризм;

Б1.В.ОД.17 Экология и безопасность жизнедеятельности.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Туризм», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие;
- просвещение;
- образовательные системы.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты №544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-8. готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	знать: - способы физической подготовки к выживанию в природных условиях; - эффективные средства и методы повышения уровня физической подготовленности занимающихся; уметь: - мобилизовать свои силы в соответствии с условиями и задачами; - поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность; владеть: - навыками практического выполнения упражнений, входящих в программу дисциплины «Спортивный туризм» – навыками поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность в процессе занятий спортивным туризмом; – навыками самоконтроля, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму в процессе занятий спортивным туризмом;
---	--

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

ПК-2. способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики

педагогическая деятельность

ПК-2 способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	знать: - нормативную базу организации туристско-краеведческих мероприятий, соревнований, турслетов, походов и т.д. - содержание и особенности организации спортивно-туристских маршрутов; - особенности методики организации и проведения туристских мероприятий со школьниками; - средства и методы обучения и воспитания, организационные приемы работы с занимающимися; - диагностическую технологию педагогического контроля и коррекции учебной и тренировочной деятельности в спортивном туризме; - содержание и методику проведения занятий по спортивному туризму; уметь: - составлять нормативно-организационную документацию о проведении туристских мероприятий со школьниками; - организовывать и проводить на высоком профессиональном уровне занятия по туристской подготовке; - ориентироваться на местности по компасу и местным предметам; - применять средства и методы обучения и воспитания на занятиях по спортивному туризму; владеть:
--	---

	- навыками использования специальной терминологии, профессиональной речи в процессе занятий, общения, воспитательной и консультационной работы; - способами проведения диагностики подготовленности обучающихся по дисциплине «спортивный туризм».
ПК-7. способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности педагогическая деятельность	
ПК-7 способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	знать: - способы активизации деятельности на занятии, тренировке во время соревнований по туризму; - методы повышения познавательной активности по виду спорта спортивный туризм; - основные методы и способы организации сотрудничества обучающихся, поддержания их активности и инициативности, самостоятельности обучающихся, развития их творческих способностей; уметь: - сплачивать участников команды, объединять их для достижения коллективной цели; - организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности; - использовать знания по истории развития лыжного спорта в процессе организации сотрудничества обучающихся, поддержания их активности и инициативности, самостоятельности обучающихся; владеть: - качествами лидера, самостоятельного принятия ответственного решения. - организаторскими и коммуникативными навыками для развития и поддержания активности, инициативности и творческих способностей обучающихся, организации их самостоятельной работы.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Второй семестр
Контактная работа (всего)	54	54
Лекции	18	18
Практические	36	36
Самостоятельная работа (всего)	14	14
Виды промежуточной аттестации	40	40
Экзамен	40	40
Общая трудоемкость часы	108	108
Общая трудоемкость зачетные единицы	3	3

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Общие вопросы теории и практики туризма, турпоходов, турсоревнований

Основные понятия в туризме. Туризм, краеведение и экскурсионная работа в системе

дополнительного образования школьников. Классификация туристских походов. Подготовка к проведению спортивного похода, ПВД. Организация соревновательной деятельности. Проблемы организации сотрудничества обучающихся в процессе занятий спортивным туризмом, способы поддержания активности и инициативности, самостоятельности обучающихся на занятиях по спортивному туризму.

Модуль 2. Техника, тактика, и методика обучения. Система спортивной тренировки

Содержание и технология спортивного судейства. Техника пешего туризма. Техника горного туризма. Техника лыжного туризма. Тактика спортивного туризма. Психические качества туриста. Цели, задачи и содержание тренировки туристов. Обеспечение безопасности. Средства и методы обучения и воспитания обучающихся туристов на занятиях по спортивному туризму. Способы организации сотрудничества обучающихся, поддержания их активности в условиях тренировочного процесса и походной деятельности.

5.2. Содержание дисциплины: Лекции (18 ч.)

Модуль 1. Общие вопросы теории и практики туризма, турпоходов, турсоревнований (8 ч.)

Тема 1. Основные понятия в туризме (2 ч.)

Общие подходы к понятиям в туризме, виды туристской деятельности. кодекс путешественника. Проблемы организации сотрудничества обучающихся в процессе занятий спортивным туризмом, способы поддержания активности и инициативности, самостоятельности обучающихся на занятиях по спортивному туризму.

Тема 2. Туризм, краеведение и экскурсионная работа в системе дополнительного образования школьников (2 ч.)

Развитие спортивного туризма на современном этапе. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм, скалолазание Меры безопасности при проведении мероприятий. Система дополнительного образования и туристские объединения. Краеведение в системе патриотического воспитания подростков. Понятие экскурсии и их виды.

Тема 3. Классификация туристских походов. Подготовка к проведению спортивного похода, ПВД (2 ч.)

Особенности подготовки похода. Организация привалов и ночлегов. Особенности личного и общественного снаряжения. Экипировка

Тема 4. Организация соревновательной деятельности (2 ч.)

Организация и проведение туристских слетов, соревнований. Выбор места, утверждение главного судьи и судейской коллегии. Разработка Положения, медобслуживание, безопасности. Работа службы дистанции соревнований. Работа судей на этапах. Документация. Трактровка нарушений штрафов

Модуль 2. Техника, тактика, и методика обучения. Система спортивной тренировки (10 ч.)

Тема 5. Техника пешего туризма. Физические качества туриста (2 ч.)

Основные типы естественных препятствий на маршрутах пешеходных и горных походов, характеристика технических приемов их преодоления. Упражнения для развития силы рук. Упражнения для развития силы ног. Значение выносливости в туристических походах.

Техника ходьбы. Упражнения для развития гибкости и силы мышц туловища. Упражнения в равновесии.

Тема 6. Техника горного туризма. Тактика спортивного туризма (2 ч.)

Основные типы естественных препятствий на маршрутах пешеходных и горных походов, характеристика технических приемов их преодоления. Шкала оценки трудности перевалов. Передвижение по травянистым склонам

Тема 7. Тактическая подготовка. Обеспечение безопасности (2 ч.)

Средства и методы обучения и воспитания обучающихся туристов на занятиях по

спортивному туризму. Способы организации сотрудничества обучающихся, поддержания их активности в условиях тренировочного процесса и походной деятельности.

Тактическая подготовка как часть специальной подготовки включает в себя формирование целенаправленных индивидуальных или групповых действий туристов, позволяющих оптимизировать решение различных туристских задач.

Тема 8. Техника горного туризма. Тактика спортивного туризма (2 ч.)

Передвижение по осыпям. Передвижение по снегу и фирну. Переправы через горные реки. Групповая и индивидуальная туристская тактики

Тема 9. Техника лыжного туризма. Страховка и самостраховка в различных видах туризма (2 ч.)

Основные типы естественных препятствий на лыжных маршрутах, краткая характеристика технических приемов их преодоления. Лыжные походы при движении с рюкзаком. Тропление лыжни. Преодоление склонов. Подъемы. Спуски на лыжах. Торможение. Повороты.

5.3. Содержание дисциплины: Практические (36 ч.)

Модуль 1. Общие вопросы теории и практики туризма, турпоходов, турсоревнований (18 ч.)

Тема 1. Виды спортивного туризма. (2 ч.)

Экипировка и снаряжение в лыжном, пешем, горном, водном, спелео туризме

Тема 2. Поход как основная форма турдеятельности (2 ч.)

Разновидности путешествий, характерные особенности. Подготовительные мероприятий к туристским мероприятиям. туриалды, фестивали, спортивно-туристские мероприятия. Краеведческие викторины.

Тема 3. Туризм в системе дополнительного образования школьников. (2 ч.)

Экскурсионные маршруты по Мордовии. Памятники природы, истории и культуры, др. экскурсионные объекты. Краеведческие, народные и школьные музеи

Тема 4. Особенности технической подготовки юных туристов на этапах туристских дистанций (2 ч.)

Пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, мотоциклетный, автомобильный и спелео. Характеристика и порядок выполнения разрядов походов I, II, III, IV, V и VI категорий сложности.

Тема 5. Особенности технической подготовки юных туристов на этапах туристских дистанций (2 ч.)

Подготовка к походу, путешествию Подбор группы и распределение обязанностей. Оформление документации и утверждение маршрута в МКК. Подготовка снаряжения, сметы расходов, составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов.

Тема 6. Организация соревновательной деятельности. (2 ч.)

Организация и проведение туристских слетов, соревнований. Выбор места, утверждение главного судьи и судейской коллегии. Разработка Положения, медобслуживание, безопасности. Работа службы дистанции соревнований. Работа судей на этапах. Документация. Трактовка нарушений штрафов

Тема 7. Использование игровых тренингов в соревнованиях и мероприятиях по туризму (2 ч.)

Использование игровых тренингов в соревнованиях и мероприятиях по туризму

Тема 8. Содержание и технология спортивного судейства (2 ч.)

Содержание и технология спортивного судейства

Тема 9. Содержание и технология спортивного судейства (2 ч.)

Содержание и технология спортивного судейства

Модуль 2. Техника, тактика, и методика обучения. Система спортивной тренировки (18 ч.)

Тема 10. Техника пешего туризма. Физические качества туриста (2 ч.)

Основные типы естественных препятствий на маршрутах пешеходных и горных походов, характеристика технических приемов их преодоления. Упражнения для развития силы рук.

Тема 11. Техника горного туризма. Тактика спортивного туризма (2 ч.)

Основные типы естественных препятствий на маршрутах пешеходных и горных походов, характеристика технических приемов их преодоления. Шкала оценки трудности перевалов. Передвижение по травянистым склонам

Тема 12. Техника лыжного туризма. Страховка и самостраховка в различных видах туризма (2 ч.)

Основные типы естественных препятствий на лыжных маршрутах, краткая характеристика технических приемов их преодоления. Лыжные походы при движении с рюкзаком. Тропление лыжни. Преодоление склонов. Подъемы. Спуски на лыжах. Торможение. Повороты

Тема 13. Топография и ориентирование на местности. Вопросы выживания в экстремальных условиях (2 ч.)

Отработка практических навыков по составлению плана-схемы маршрута, прохождению маршрута по плану, карте, ориентирование по карте. Тактики выживания и факторы риска

Тема 14. Медицинское обеспечение и доврачебная медицинская помощь (2 ч.)

Медицинская помощь и профилактика заболеваний и несчастных случаев. Ранения и кровотечения. Переломы, вывихи, ушибы, сотрясение мозга. Шок. Способы транспортировки пострадавшего, наложение повязок. Несчастный случай. Ожоги. Переохлаждения. ЖК заболевания. Простуда. Горная болезнь.

Тема 15. Организация и проведение поисково-спасательных работ, транспортировка пострадавшего (2 ч.)

Организационные требования; требования к технической оснащенности (снаряжению, оборудованию, экипировке и т.д.); требования к состоянию здоровья и к уровню подготовленности участников (медицинским показаниям, физической, психологической, тактической, технической подготовке и др.), требования к страхованию туристов на случай внезапного заболевания и от несчастных случаев, к страхованию средств передвижения и других технических средств; требования по спасению туристических групп; требования по обеспечению реабилитационных мероприятий (доставка потерпевшего в медицинское учреждение, организация похорон, оказание помощи семье погибшего и т.д.) требования к выполнению профилактических мероприятий.

Тема 16. Моральная и специальная психологическая подготовка. Физическая подготовка (2 ч.)

Общая психологическая подготовка; специальная психологическая подготовка к походам и соревнованиям; психологическая защита от негативных воздействий в ходе конкретного похода, соревнования. Моральные свойства туриста

Тема 17. Техническая подготовка. Обеспечение безопасности (2 ч.)

Пешеходный туризм, дистанции, снаряжение и экипировка. Полоса препятствий пешеходного туризма. Туристские узлы и их применение

Тема 18. Тактическая подготовка. Обеспечение безопасности (2 ч.)

Тактическая подготовка как часть специальной подготовки включает в себя формирование целенаправленных индивидуальных или групповых действий туристов, позволяющих оптимизировать решение различных туристских задач.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Второй семестр (21 ч.)

Модуль 1. Общие вопросы теории и практики туризма, турпоходов, турсоревнований (7 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

- разработать Положение о соревнованиях по туристскому многоборью
- составить опорную схему по видам туризма с учетом возрастных признаков: детский, молодежный, семейный, для лиц зрелого возраста, среди пожилых.

– подготовьте контент-анализ по проблеме организации сотрудничества обучающихся в процессе занятий спортивным туризмом, способы поддержания активности и

Подготовлено в системе 1С:Университет (000008848)

инициативности, самостоятельности обучающихся на занятиях по спортивному туризму.

Модуль 2. Техника, тактика, и методика обучения. Система спортивной тренировки (14 ч.)

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий

Разработать сценарий открытия и закрытия соревнований, досуга участников.

Вид СРС: Подготовка письменных работ (эссе, рефератов, докладов)

Темы работ: Средства морально-психологической подготовки. Групповая дискуссия. Психологические задачи. Сюжетные игры. Аутогенная тренировка.

Разработайте опорную схему по возможности использования средств и методов обучения и воспитания обучающихся туристов.

7. Тематика курсовых работ(проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОК-8	1 курс, Второй семестр	Экзамен	Модуль 1: Наименование модуля 1.
ПК-2, ПК-7	1 курс, Второй семестр	Экзамен	Модуль 2: Наименование модуля 2.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОК-8 формируется в процессе изучения дисциплин:

Гимнастика, Единоборства, Легкая атлетика, Лыжный спорт, Организация занятий по фитнес-аэробике, Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, Плавание, Повышение спортивного мастерства, Спортивные и подвижные игры, Туризм, Физическая культура и спорт, Фитнес-технологии в условиях образовательных организаций, Элективные курсы по физической культуре.

Компетенция ПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин:

Гендерный подход к физическому воспитанию школьников, Гимнастика, Единоборства, Здоровый образ жизни и его составляющие, Здоровье и безопасность человека, Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры, Легкая атлетика, Лыжный спорт, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальной медицинской группы, Мини-футбол в школе, Основы ВНД и психического здоровья детей, Педагогическая практика, Плавание, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Преддипломная практика, Психологические основы безопасности, Современные направления оздоровительных видов физической культуры, Современные технологии обучения основам безопасности жизнедеятельности, Спортивные и подвижные игры, Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности, Технические средства обучения, Технологии спортивной подготовки легкоатлетов, Технология начальной подготовки прыгунов в длину, Туризм.

Компетенция ПК-7 формируется в процессе изучения дисциплин:

Автономное выживание человека в природной среде, Гимнастика, Единоборства, Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры, Легкая атлетика, Летняя педагогическая практика, Лыжный спорт, Организация внеклассной работы по основам безопасности жизнедеятельности, Организация занятий по спортивной борьбе с детьми школьного возраста, Организация и проведение соревнований по легкой атлетике,

Особенности подготовки спортивного волонтера, Педагогическая практика, Педагогические технологии в волонтерской деятельности, Плавание, Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Современные технологии обучения основам безопасности жизнедеятельности, Спортивные и подвижные игры, Туризм, Формирование готовности населения к действиям в экстремальных ситуациях.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

всестороннее, систематическое и глубокое знание учебно-программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные программой курса, усвоивший основную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой курса. Как правило, такого уровня достигают студенты, усвоившие взаимосвязь основных понятий дисциплины в их значении для приобретаемой профессии, проявившим творческие способности в понимании, изложении и использовании учебно-программного материала;

Базовый уровень:

полные знания учебно-программного материала, успешно выполняющий предусмотренные в программе курса задания, усвоивший основную литературу, рекомендованную в программе курса. Как правило, такого уровня достигают студенты, показавшие систематический характер знаний по дисциплине и способные к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебы и профессиональной деятельности;

Пороговый уровень:

знание учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой курса, знакомый с основной литературой, рекомендованной программой курса.

Уровень ниже порогового:

Отсутствие признаков порогового уровня.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Отлично	- перечислил и охарактеризовал вариативные действия в случае отсутствия средств спасения в ситуации когда требуется первая помощь с использованием подручных средств; - продемонстрировал способности к ориентированию на местности, определению сторон горизонта и азимутов; - показал умение планировать маршрут и подготовительную часть учебно-тренировочного похода, разрабатывать правила организации и проведения турпоходов; - умеет обеспечивать целенаправленную работу по подготовке руководителей туристских походов

Хорошо	- перечислил и охарактеризовал основные действия в случае отсутствия средств спасения в ситуации когда требуется первая помощь с использованием подручных средств; - продемонстрировал некоторые способности к ориентированию на местности, определению сторон света; - показал приемы планирования маршрута учебно-тренировочного похода и проведения турпохода; - умеет проводить работу по некоторым аспектам подготовки руководителей туристских походов
Удовлетворительно	- перечислил ситуации, а также основные препараты, материальные средства и некоторые действия в ситуациях когда требуется первая помощь; - смог воспроизвести некоторые элементы ориентирования по компасу; - проанализировал и смог сформулировать роль и задачи руководителя туристского похода
Неудовлетворительно	Отсутствие признаков порогового уровня

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Общие вопросы теории и практики туризма, турпоходов, турсоревнований.

ОК-8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

1. Подготовить комплекс физической подготовки для спортсмена в целях подготовки к дистанции "дистанция-пешеходная - связи".
2. Опишите методику подготовки в физическом плане к походу в горы.
3. Охарактеризуйте особенности горных спортивных походов и в связи с этим требования к физическим кондициям их участников.
4. Охарактеризовать способы подготовки к мультиспортивным гонкам.
5. Составить схему движения при осуществления траверса.
6. Охарактеризовать наиболее эффективные средства и методы повышения уровня физической подготовленности занимающихся в процессе занятий спортивным туризмом.
7. Определить способы поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность в процессе занятий спортивным туризмом.

Модуль 2: Техника, тактика, и методика обучения. Система спортивной тренировки.

ПК-2 способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики.

1. Подготовить фрагмент мастер-класса на тему "Техническая подготовка спортивной обвязки и перевод ее в систему".
2. Отрадите вопросы которые могли бы быть размещены в анкете после прохождения похода 2-3 к.с.
3. Обоснуйте выбор метода страховки участника в походе.
4. Определите способ обеспечения самостраховки при траверсе склона.
5. Определите технические приемы прохождения навесной переправы.
6. Определите средства и методы обучения и воспитания, а также организационные приемы применяемые в процессе работы с занимающимися.
7. Охарактеризуйте способы проведения диагностики подготовленности обучающихся по дисциплине «спортивный туризм».

ПК-7 способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности.

1. Провести примеры нескольких тренингов командного взаимодействия на сплочение туристской группы.
2. Определите наиболее перспективные формы организации сотрудничества в составе группы туристов.
3. Определите состав и содержание одной из тренировок по туризму на пешеходной

дистанции.

4. Определите состав и содержание одной из тренировок по туризму на лыжной дистанции.

5. Определите состав и содержание одной из тренировок по туризму на горной дистанции.

6. Определите организаторские и коммуникативные навыки для развития и поддержания активности, инициативности и творческих способностей обучающихся.

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Второй семестр (Экзамен, ОК-8, ПК-2, ПК-7)

1. Выявите задачи физической подготовки. Общая и специальная физическая подготовка в туризме.

2. Выявите особенности подготовки группы: комплектование группы, распределение обязанностей в группе до похода и во время движения.

3. Дайте общую характеристику детско-юношескому туризму.

4. Дайте определение понятию туризма как вида деятельности. Средства туризма.

5. Дайте определение средствам и методам обучения и воспитания, а также организационным приемам применяемым в процессе работы с занимающимися.

6. Классифицируйте соревнования в туризме (по ведомственной принадлежности; по форме проведения).

7. Классифицируйте соревнования в туризме (по видам туризма; по видам соревнований; по масштабу, по социально-возрастным группам; по ведомственной принадлежности; по форме проведения).

8. Классифицируйте соревнования в туризме (по масштабу, по социально-возрастным группам).

9. Назовите и охарактеризуйте наиболее эффективные средства и методы повышения уровня физической подготовленности занимающихся в процессе занятий спортивным туризмом.

10. Опишите порядок действий и правила определения азимута (точки или предмета) по заранее заданным координатам.

11. Опишите проблемный метод обучения. Его характеристика.

12. Опишите процедуру создания оргкомитета соревнований, утверждение плана его работы.

13. Опишите способы предупреждения и выхода из межличностного конфликта в составе туристской группы.

14. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время соревнований.

15. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время водных туристских походов.

16. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время горных туристских походов.

17. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время спортивных туристских походов.

18. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время велопоходов.

19. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время лыжных туристских походов.

20. Определите методику организации и проведения поисково-спасательных работ в различных климатогеографических зонах.

21. Определите направления и способы психологической подготовки туриста к соревнованиям.

22. Определите организаторские и коммуникативные навыки для развития и поддержания активности, инициативности и творческих способностей обучающихся.

23. Определите основные задачи и содержание подготовки технике водного туризма.

24. Определите основные задачи и содержание подготовки технике горного туризма.

25. Определите основные задачи и содержание подготовки технике пешеходного

туризма.

26. Определите основные задачи и содержание подготовки технике спелео туризма.

27. Определите особенности методики обучения туризме.

28. Определите особенности физической подготовки туристов (выносливость, развитие силы, подвижность в суставах, быстрота движений).

29. Определите особенности физической подготовки туристов (выносливость, развитие силы, подвижность в суставах, быстрота движений).

30. Определите порядок разработки и утверждения Положения о соревнованиях.

31. Определите порядок разработки и утверждения Положения о соревнованиях по туризму.

32. Определите причины происхождения психологического конфликта в туристской группе возможные последствия такого конфликта.

33. Определите причины, от которых зависит благоприятный исход выживания.

34. Определите состав, права и обязанности судейской коллегии.

35. Определите способы поддержания уровня физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность в процессе занятий спортивным туризмом.

36. Определите тактику ориентирования на местности.

37. Определите тактику страховки и спасательных работ.

38. Определите физиологические особенности организма в высокогорье.

39. Определите этапы планирования туристского соревнования. Календарный план соревнований.

40. Охарактеризуйте виды страховок и особенности их использования в туристской деятельности.

41. Охарактеризуйте виды туризма по способу передвижения: водный, велосипедный, авто-мототуризм.

42. Охарактеризуйте виды туризма по способу передвижения: пеший, лыжный, горный, водный, велосипедный, авто-мототуризм, спелео, парусный, конный, комбинированный. Краткая характеристика.

43. Охарактеризуйте виды туризма по способу передвижения: спелео, парусный, конный, комбинированный.

44. Охарактеризуйте календарный план соревнований.

45. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – зажим жумар.

46. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – устройство восьмерка.

47. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как изделие «Ледоруб».

48. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – устройство карабин с механической муфтой.

49. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – устройство восьмерка.

50. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как устройство инвар.

51. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – устройство карабин с бионетной муфтой.

52. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как обвязка универсальная.

53. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как обвязка поясная и грудная.

54. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как обвязка «Специзделие ЛЮКС».

55. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как изделие «Кошки альпинистские».

56. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как усы самостраховочные.
57. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как веревка страховочно-спасательная динамическая.
58. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как изделие «Полиспасть».
59. Охарактеризуйте оздоровительное, культурно-познавательное и воспитательное значение туризма.
60. Охарактеризуйте особенности туризма для лиц зрелого возраста и пожилых.
61. Охарактеризуйте Права и обязанности руководителя и участников похода.
62. Охарактеризуйте способы проведения диагностики подготовленности обучающихся по дисциплине «спортивный туризм».
63. Охарактеризуйте средства морально-психологической подготовки. Групповая дискуссия. Психологические задачи. Сюжетные игры. Аутогенная тренировка.
64. Охарактеризуйте типы туризма: спортивный; рекреационный туризм; реабилитационный; профессионально-прикладной. Краткая характеристика.
65. Охарактеризуйте формы туризма: летний, зимний и межсезонный; индивидуальный и групповой.
66. Охарактеризуйте формы туризма: организованный и неорганизованный; активный и пассивный.
67. Охарактеризуйте формы туризма: социальный и элитарный; международный и внутренний; организованный и неорганизованный; активный и пассивный; традиционный, экзотический и экологический; летний, зимний и межсезонный; индивидуальный и групповой. Краткая характеристика.
68. Охарактеризуйте формы туризма: социальный и элитарный; международный и внутренний.
69. Охарактеризуйте формы туризма: традиционный, экзотический и экологический.
70. Перечислите виды и охарактеризуйте вспомогательное снаряжение.
71. Перечислите виды и охарактеризуйте личное и групповое снаряжение туристов.
72. Перечислите виды и охарактеризуйте специальное снаряжение.
73. Перечислите виды туризма. Их краткая характеристика.
74. Перечислите и охарактеризуйте профилактические мероприятия по обеспечению безопасности туристов.
75. Перечислите основные профилактические мероприятия по обеспечению безопасности в туризме.
76. Перечислите особенности воспитания безопасного поведения в туризме.
77. Перечислите этапы планирования туристского соревнования и охарактеризуйте каждый из них.
78. Раскройте разрядные требования по спортивным походам (к руководителям и участникам).
79. Раскройте содержание проблемного метода обучения, приведите его характеристику.
80. Раскройте содержание разрядных требований по спортивным походам (к руководителям и участникам).

8.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура промежуточной аттестации в институте регулируется «Положением о зачетно-экзаменационной сессии в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14); «Положением о независимом мониторинге качества образования студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г.,

протокол №14), «Положением о фонде оценочных средств дисциплины в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 29.05.2014 г., протокол №14).

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен по дисциплине или ее части имеет цель оценить сформированность общекультурных, профессиональных и специальных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, приобретенные им навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Устный ответ на экзамене. При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Контекстная учебная задача, проблемная ситуация, ситуационная задача, кейсовое задание. При определении уровня достижений студентов при решении учебных практических задач необходимо обращать особое внимание на следующее:

- способность определять и принимать цели учебной задачи, самостоятельно и творчески планировать ее решение как в типичной, так и в нестандартной ситуации;
- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы и задания;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении учебных задач;
- грамотное использование основной и дополнительной литературы;
- умение использовать современные информационные технологии для решения учебных задач, использовать научные достижения других дисциплин;
- творческая самостоятельная работа на практических, лабораторных занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Гонсалес, С. Е. Вариативность содержания занятий студентов по дисциплине «Физическая культура» [Электронный ресурс] : научные монографии / С. Е. Гонсалес. – М. : РУДН, 2013. – 195 с. – Режим доступа : <http://www.biblioclub.ru>
2. Махов, С. Ю. Организация безопасности активного туризма : учеб.-метод. пособие для высш. проф. образования / С. Ю. Махов. – Орел : МАБИБ, 2014. – 126 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>
3. Таймазов, В. А. Теория и методика спортивного туризма : учебник / В. А. Таймазов / В. А. Таймазов, Ю. Н. Федотов. – М. : Советский спорт, 2014. – 424 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>

Дополнительная литература

1. Кусков, А. С. Основы туризма [Электронный ресурс] : учебник / А.С.Кусков,Ю.А.Джаладян. –М. :КНОРУС, 2011. – 1электрон.опт.диск.
2. Соловьев, С. С. Безопасный отдых и туризм [текст] : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / С.С. Соловьев. - М. : ИЦ "Академия", 2008. - 288 с.
3. Петров, С. В. Безопасный отдых и туризм [Текст] : учеб. пособие для студентов

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://gled.myorel.ru/> - Практические методы спортивной тренировки

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо: – спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;

– конкретизировать для себя план изучения материала;

– ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

– проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;

– изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

– изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;

– прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;

– выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;

– составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;

– выучите определения терминов, относящихся к теме;

– продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;

– подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;

– продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

Рекомендации по работе с литературой:

– ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;

– составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;

– выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Презентации.

12.1 Перечень программного обеспечения (обновление производится по мере появления новых версий программы)

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

1. Microsoft Windows 7 Pro – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.

2. Microsoft Office Professional Plus 2010 – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.

3. – 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г.

12.2 Перечень информационных справочных систем (обновление выполняется еженедельно)

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Электронная библиотечная система Znanium.com (<http://znanium.com/>)
4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (№302).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе (УМК трибуна, проектор, интерактивный экран, компьютер, документ-камера, гарнитура, лазерная указка), доска маркерная.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Спортивный зал общефизической подготовки.

Основное оборудование:

Скалодром, веревка туристская, индивидуальная страховочная система, карабины автоматические, спусковое устройство, зажим ручной, каски альпинистские, искусственные точки опоры, маты гимнастические, стенка гимнастическая шведская (дерево), перекладина, аптечка.

Стадион с твердым покрытием.

Основное оборудование:

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипель-чез»), открытая баскетбольная площадка, открытая волейбольная площадка, футбольное поле стадиона, хоккейный корт, площадка для игры в мини-футбол, теннисный корт, площадка «Воркаут», площадка уличных тренажеров, скалодром, военизированная полоса препятствий, учебно-тренировочная пожарная вышка.