

**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): Спортивный туризм

Уровень ОПОП: Бакалавриат

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

Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Разработчик:

Шигаев А. В., канд. пед. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10
от 25.04.2017 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 «Спортивный 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: Чрезвычайные ситуации природного характера, курс ОБЖ в рамках школьной программы.

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

Б1.В.ОД.5 Безопасность на дороге и в общественном транспорте;

Б1.В.ОД.4 Социология безопасности.

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

Б1.Б.4 Безопасность жизнедеятельности;

Б1.В.ОД.6 Спортивный туризм;

Б1.В.ДВ.23.2 Воспитание культуры безопасности у молодежи.

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

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие.

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: - сплочивать 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 (10 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.). Классификация туристских походов. Особенности подготовки похода. Организация привалов и ночлегов. Особенности личного и общественного снаряжения. Экипировка

Тема 4. Организация соревновательной деятельности (2 ч.). Техника и тактика пешеходного вида туризма. Подготовка к участию в соревнованиях. Тактические действия туриста до старта, на старте, на дистанции и контрольных пунктах (КП). Составление плана прохождения КП и распределение сил на дистанции.

Тема 5. Содержание и технология спортивного судейства (2 ч.). Работа службы дистанции соревнований. Особенности судейства различных видов туристских соревнований: короткая полоса, КТМ, дистанция-пешеходная, дистанция-лыжная, связки, группы. Должности судей, требования к квалификации и опыту.

Модуль 2. Техника, тактика, и методика обучения. Система спортивной тренировки (8 ч.)

Тема 6. Техника пешего туризма. Техника горного туризма. Техника лыжного туризма (2 ч.). Техника в турпоходе и на дистанции. Составление нитки маршрута, плана-графика похода. Изучение участков маршрута. Движение на маршруте. Технические приемы, экипировка и снаряжение используемые в рассматриваемых видах туризма. Роль руководителя в технической подготовке туристов

Тема 7. Тактика спортивного туризма. Психические качества туриста (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.

Формирование целенаправленных индивидуальных или групповых действий туристов, позволяющих оптимизировать решение различных туристских задач, таких как:

- распределять свои силы на определенном участке пути и в целом на маршруте;
- рационально отдыхать на привалах;
- выбирать оптимальный путь движения;
- выбирать оптимальную технику преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности, страховки, поисковых и спасательных работ, бивачную

технику;

– решать разнообразные ситуационные задачи индивидуального характера, связанные с личными и групповыми интересами.

Формирование знаний по основам психологии туриста-спортсмена и воспитание его личностных морально-волевых и психических качеств.

Тема 8. Цели, задачи и содержание тренировки туристов (2 ч.). Определение туристской подготовки и тренировки; их основные задачи в приложении к спортивно-оздоровительному туризму. Содержание туристской подготовки и ее этапы. Структура тренировочного процесса в туризме.

Тема 9. Обеспечение безопасности (2 ч.). Подготовка к походу – основа безопасного прохождения маршрута. Разработка маршрута. Подготовка снаряжения. Подготовка продуктов питания. Подготовка мед аптечки. Профилактика основных травм и заболеваний, характерных для всех видов туризма и первая помощь. Оформление документов. Регистрация похода в МКК. Влияние туристской тактики на безопасность в походе. Как избежать негативных контактов с местным населением. Как влияет на безопасность эмоциональное состояние туристов. Как избежать опасности, связанной с дикими животными и насекомыми.

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 мероприятия к туристским мероприятиям. туриады, 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. Трактровка нарушений штрафов

Тема 7. Использование игровых тренингов в соревнованиях и мероприятиях по туризму (2 ч.). Виды игровых тренингов и программ, которые могут применяться для подготовки туриста-спортсмена и туриста-походника. Игры на взаимодействие, на сплочение, на групповое выполнение, эмоциональные игры, игры на знакомство. Подготовка сценария игры и ее внедрение в процесс подготовки туристов.

Тема 8. Содержание и технология спортивного судейства (2 ч.). Работа службы дистанции соревнований. Особенности судейства различных видов туристских соревнований: короткая полоса, КТМ, дистанция-пешеходная, дистанция-лыжная, связки, группы. Должности судей, требования к квалификации и опыту.

Тема 9. Содержание и технология спортивного судейства (2 ч.). Комплектование судейской коллегии. Установочный семинар. Примерная программа установочного семинара судей. Работа главной судейской коллегии и секретариата. Судейство на этапах дистанции.

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

Тема 10. Техника пешего туризма. Физические качества туриста (2 ч.). Специальная физическая подготовка. Воспитание выносливости. Воспитание силы. Воспитание ловкости. Воспитание быстроты. Воспитание гибкости. Использование физических качеств в технической подготовке туриста

Тема 11. Техника горного туризма. Тактика спортивного туризма (2 ч.). Основы техники пешеходного и горного туризма. Основные типы естественных препятствий на маршрутах пешеходных и горных походов, характеристика технических приемов их преодоления. Шкала оценки трудности перевалов. Передвижение по травянистым склонам. Передвижение по осыпям. Передвижение по снегу и фирну. Переправы через горные реки

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

Основные типы естественных препятствий, характерных для маршрутов лыжных походов, и краткая характеристика технических приемов их преодоления. Лыжные походы при движении с рюкзаком. Тропление лыжни. Преодоление склонов. Подъемы и спуски. Виды страховок - нижняя, верхняя, командная, самостраховка и условия их использования

Тема 13. Топография и ориентирование на местности. Вопросы выживания в экстремальных условиях (2 ч.). Топография. виды топографических карт и основные сведения о них. Определение масштаба карты при отсутствии данных. Способы ориентирования на местности. Обеспечение безопасности. Субъективные и объективные опасности. Опасности, возникающие при организации переправ. Пассивная и активная тактики выживания. Факторы усугубляющие выживание и помогающие выжить. Питание, костры, подача сигналов бедствия. Организация ПСР.

Тема 14. Медицинское обеспечение и доврачебная медицинская помощь (2 ч.). Оказание доврачебной помощи пострадавшему в походе. Виды травм и несчастных случаев в походе и порядок действий. Причины несчастных случаев в походе: нарушение техники и тактики преодоления естественных препятствий, переоценка своих сил и возможностей, несоблюдение правил, ухудшение погоды. Правила поведения на воде.

Тема 15. Организация и проведение поисково-спасательных работ, транспортировка пострадавшего (2 ч.). Организация поисково-спасательного отряда, проведение поисково-спасательных работ. Техника подъемов по крутым склонам оврагов, берегам ручьев. Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву, переправа по качающемуся бревну. Транспортировка пострадавшего в условиях автономного существования в природной среде

Тема 16. Моральная и специальная психологическая подготовка. Физическая подготовка (2 ч.). Основы психологической подготовки туристов. Значение психологической подготовки для туристов. Влияние психологической подготовки туристов на психологический климат в команде. Морально-психологическая подготовка туристско-многоборцев. Формирование морально-психологических качеств у туристов. Формирование волевых качеств у туристов

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

Техника в турпоходе и на дистанции. Составление нитки маршрута, плана-графика похода. Изучение участков маршрута. Движение на маршруте. Технические приемы, экипировка и снаряжение используемые в рассматриваемых видах туризма. Роль руководителя в технической подготовке туристов. Требования безопасности при организации технической подготовки туристов

Тема 18. Тактическая подготовка. Обеспечение безопасности (2 ч.). Формирование целенаправленных индивидуальных или групповых действий туристов, позволяющих оптимизировать решение различных туристских задач, таких как:

- распределять свои силы на определенном участке пути и в целом на маршруте;
- рационально отдыхать на привалах;
- выбирать оптимальный путь движения;
- выбирать оптимальную технику преодоления естественных препятствий,

ориентирования на местности, страховки, поисковых и спасательных работ, бивачную

Подготовлено в системе 1С:Университет (000003810)

технику;

– решать разнообразные ситуационные задачи индивидуального характера, связанные с личными и групповыми интересами. Обеспечение безопасности при проведении туристских походов.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Модуль 1. Общие вопросы теории и практики туризма, турпоходов, турсоревнований (14 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 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 план-конспект тренировочного занятия по одному из видов спортивного туризма.

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

Подготовить реферат на одну из тем:

Средства морально-психологической подготовки туристов.

Возникновение и развитие туризма

Развитие туризма в России

Топографическая карта

Компас и работа с ним

Туристский маршрут

Организация туристского похода

Пешеходный туризм в п. Домбай

Горный туризм в п. Домбай

Водный туризм в КЧР

Лыжный туризм в п. Домбай

Соревнования по туризму

Экологическое воспитание в турпоходах и на занятиях и спортивным ориентированием

Характеристика туризма как средства физического воспитания.

Значение туризма в РФ, укрепление здоровья, воспитания современного человека.

Прикладное значение туризма, свойства самодетельного и планового туризма

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	Экзамен	Модуль 1: Общие вопросы теории и практики туризма,

	семестр		турпоходов, турсоревнований
ПК-2 ПК-7	1 курс, Второй семестр	Экзамен	Модуль 2: Техника, тактика, и методика обучения. Система спортивной тренировки.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОК-8 формируется в процессе изучения дисциплин:

Гимнастика, Единоборства, Легкая атлетика, Лыжный спорт, Основы антидопингового обеспечения, Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, Плавание, Повышение спортивного мастерства, Спортивные и подвижные игры, Спортивный туризм, Технологии подготовки волейболистов различной квалификации, Технологии подготовки инструкторов детско-юношеского туризма, Технологии спортивной подготовки легкоатлетов, Технология начальной подготовки прыгунов в длину, Тренажерные технологии в физической культуре и спорте, Физическая культура и спорт, Физкультурно-оздоровительные технологии при нарушениях опорно-двигательного аппарата, Элективные курсы по физической культуре.

Компетенция ПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин:

Адаптивное физическое воспитание в образовательных организациях, Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников, Гимнастика, Единоборства, Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры, Информационные технологии в обучении основам безопасности жизнедеятельности, Легкая атлетика, Лыжный спорт, Медико-биологические основы спортивной подготовки детей школьного возраста, Медико-педагогический контроль при занятиях физической культурой, Моделирование в образовательном процессе, Особенности физического воспитания в дошкольных образовательных организациях, Педагогическая практика, Педагогические технологии в волонтерской деятельности, Плавание, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности, Преддипломная практика, Прикладные основы безопасности жизнедеятельности в школе, Психологические основы безопасности, Рекреация детей и молодежи средствами физической культуры, Системный анализ и моделирование безопасности, Современные направления оздоровительных видов физической культуры, Современные технологии обучения основам безопасности жизнедеятельности, Спортивные и подвижные игры, Спортивный туризм, Теоретико-методические основы проведения фитнес-тренировок, Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности, Теория и методика физической культуры, Технические средства обучения, Технологии подготовки волейболистов различной квалификации, Технологии подготовки инструкторов детско-юношеского туризма, Технологии спортивной подготовки легкоатлетов, Технология начальной подготовки прыгунов в длину, Тренажерные технологии в физической культуре и спорте, Фитнес-технологии в условиях образовательных организаций, Формирование спортивного мастерства в организациях дополнительного образования.

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, Методика организации и проведения занятий по спортивному ориентированию со школьниками, Организация внеклассной работы по основам безопасности жизнедеятельности, Организация и проведение соревнований по легкой атлетике, Организация работы спортивного судьи по биатлону, Особенности физического воспитания в дошкольных образовательных организациях, Педагогическая конфликтология, Педагогическая практика, 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, Профессиональная компетентность инструктора по физической культуре и плаванию в

оздоровительных центрах, Профессиональная компетентность классного руководителя, Система работы классного руководителя с родителями учащихся, Современные технологии обучения основам безопасности жизнедеятельности, Спортивные и подвижные игры, Спортивный туризм, Теория и практика судейства соревнований по волейболу, Фитнес-технологии в условиях образовательных организаций, Формирование готовности населения к действиям в экстремальных ситуациях, Формирование спортивного мастерства в организациях дополнительного образования.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины, хорошо ориентируется в вопросах технологии организации туристской работы - турпоходов, соревнований, экскурсий и иных форм туристских мероприятий; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач в области организации туристской работы с различными группами населения, обеспечения собственной и коллективной безопасности во время путешествий и походов; владеет навыками решения практических задач в области туристской работы; сформировано умение по подготовке туристских мероприятий

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; в достаточной степени сформированы умения применять на практике теоретические знания в области организации туристской работы с детьми, взрослыми, организации турсоревнований, походов, поездок и др. туристских мероприятий; сформированы некоторые умения правильных действий в области обеспечения безопасности туристов в природной среде и во время путешествий; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в структуре подготовки к походной и иной туристской деятельности

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание дисциплины ТФСД спортивный туризм; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях в области организации туристских мероприятий и обеспечения безопасности; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует некоторые практические умения применения знаний в конкретных ситуациях

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	знает и понимает теоретическое содержание дисциплины, хорошо ориентируется в вопросах технологии организации туристской работы - турпоходов, соревнований, экскурсий и иных форм туристских мероприятий; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач в области организации туристской работы с различными группами населения, обеспечения собственной и

	коллективной безопасности во время путешествий и походов; владеет навыками решения практических задач в области туристской работы; сформировано умение по подготовке туристских мероприятий
Хорошо	знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; в достаточной степени сформированы умения применять на практике теоретические знания в области организации туристской работы с детьми, взрослыми, организации турсоревнований, походов, поездок и др. туристских мероприятий; сформированы некоторые умения правильных действий в области обеспечения безопасности туристов в природной среде и во время путешествий; имеет навыки оценивания собственных достижений; умеет определять проблемы и потребности в структуре подготовки к походной и иной туристской деятельности
Удовлетворительно	понимает теоретическое содержание дисциплины ТФСД спортивный туризм; имеет представление о проблемах, процессах, явлениях в области организации туристских мероприятий и обеспечения безопасности; знаком с терминологией, сущностью, характеристиками изучаемых явлений; демонстрирует некоторые практические умения применения знаний в конкретных ситуациях
Неудовлетворительно	студент демонстрирует незнание основного содержания дисциплины, обнаруживая существенные пробелы в знаниях учебного материала, допускает принципиальные ошибки в выполнении предлагаемых заданий; затрудняется делать выводы и отвечать на дополнительные вопросы преподавателя

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), «Положением о курсовой работе студентов в ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт имени М. Е. Евсевьева» (утверждено на заседании Ученого совета 20.10.2014 г., протокол №4).

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.

Письменная контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные. Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины)
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

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:

Подготовлено в системе 1С:Университет (000003810)

- 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. Канатьева, Н. С. Основы туризма : учеб.-метод. пособие / Н. С. Канатьева, Я. М. Абдуразакова. – М. : КНОРУС, 2016. – 102 с.
2. Кусков, А. С. Основы туризма : учебник / А. С. Кусков, Ю. А. Джаладян. – М. : КНОРУС, 2013. – 396 с.
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. Туризм [Текст] : Учебное пособие для студентов пед. ин-тов по спец. № 2114 "Физ. воспитание" и "Нач. воен. обучение и физ. воспитание" / Курилова, Валентина Ивановна. - М. : Просвещение, 1988. - 224с. : ил. - 70к.
2. Кусков, А. С. Основы туризма [Электронный ресурс] :учебник /А. С. Кусков, Ю. А. Джаладян. –М. :КНОРУС, 2011. – 1электрон.опт.диск.

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;
- 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.

Подготовлено в системе 1С:Университет (000003810)

Основное оборудование:

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипль-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.