

**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  
ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:  
СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ**

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 19.04.2019 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 19.04.2019 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

## **1. Цель и задачи 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 К.М.7 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивный туризм» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

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

Освоение дисциплины К.М.7 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивный туризм» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.21 Безопасный отдых и туризм;

К.М.06.ДВ.03.1 Автономное выживание человека в природной среде.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Технологии физкультурно-спортивной деятельности: спортивный туризм», включает: 01 Образование и наука (в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования)..

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом.

## **3. Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

– ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий).

– ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.

– ОПК-5. Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении.

– ПК-3. Способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса.

– ПК-5. Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.

<b>Шифр компетенции в соответствии с ФГОС ВО</b>	<b>Индикаторы достижения компетенций</b>	<b>Образовательные результаты</b>
УК-7	УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль физической культуры и спорта в современном обществе, в жизни человека, подготовке его к социальной и профессиональной деятельности;</li> <li>- значение физкультурно-спортивной активности в структуре здорового образа жизни и особенности планирования оптимального двигательного режима с учетом условий будущей профессиональной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ставить и достигать задачи образовательные и воспитательные в процессе туристской деятельности;</li> <li>- использовать методику самоконтроля для определения уровня здоровья и физической подготовленности в соответствии с нормативными требованиями и условиями будущей профессиональной деятельности</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приемами поддержанию</li> </ul>
	УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	

		спортивной формы и здорового образа жизни.
ОПК-2	ОПК-2.2 Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организацию образовательного процесса в образовательных организациях разного типа и вида;</li> <li>- основные методы и средства организации совместной и индивидуальной деятельности;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять методы и технологию проектирования основных и дополнительных образовательных программ;</li> <li>- владеть методикой и технологией проектирования образовательных программ;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проектированием основных и дополнительных образовательных программ и разработкой научно-методического обеспечения их реализации;</li> <li>- участием в разработке научно-методического обеспечения образовательных программ.</li> </ul>
	ОПК-2.3 Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.	
ОПК-3	ОПК-3.1 Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методы и технологии проектирования основных и дополнительных образовательных программ и индивидуальных</li> </ul>

	<p>потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.</p>	<p>образовательных маршрутов обучающихся;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методологические основы учебной и воспитательной деятельности;</li> <li>- способы решения конфликтных и иных деструктивных ситуаций внутри группы туристов;</li> <li>- психолого-педагогические основы и современные образовательные технологии;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно выбирать методологические подходы к организации совместной и индивидуальной деятельности;</li> </ul>
	<p>ОПК-3.2 Использует педагогически обоснованные содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить элементы тренинговых и веревочных программ для подготовки туристов и занимающихся к коллективной и групповой деятельности;</li> </ul>
	<p>ОПК-3.3 Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять взаимодействие с обучающимися, в том числе с особыми образовательными потребностями в вопросах учебной и воспитательной деятельности;</li> </ul>
	<p>ОПК-3.5 Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать образовательную среду, обеспечивающую качество учебно-воспитательного процесса;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципами и методами проектирования образовательной среды (в том числе совместной и</li> </ul>

		<p>индивидуальной деятельности)..</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками профессиональной деятельности по реализации программ учебных дисциплин.</li> <li>- приемами активизации совместной деятельности и коллективного взаимодействия.</li> </ul>
ОПК-5	<p>ОПК-5.1 Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- общие основы методики и контроля в выбранной деятельности;</li> <li>- знать критерии оценки эффективности достижения результатов занимающихся;</li> <li>- особенности работы по туристской деятельности с целевыми аудиториями;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать структуру основных образовательных программ и методов контроля;</li> <li>- организовать процесс оценки достижений занимающихся;</li> <li>- организовать взаимодействие и налаживать работу по совершенствованию образовательной деятельности по туризму;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приемами организации контроля и оценки.</li> </ul>
	<p>ОПК-5.2 Обеспечивает объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся.</p>	
	<p>ОПК-5.3 Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.</p>	
ПК-3	<p>ПК-3.1 Проектирует результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные нормативные документы по туристской деятельности;</li> <li>- принципы организации контроля и оценивания образовательных результатов обучающихся;</li> </ul> <p>уметь:</p>
	<p>ПК-3.4 Формирует познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в</p>	

Подготовлено в системе 1С:Университет (000018314)

	<p>рамках урочной и внеурочной деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять локальные приказы и акты по туристской деятельности;</li> <li>- применять инструментарий и методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития обучающихся; проводить педагогическую диагностику успеваемости обучающихся;</li> <li>владеть: <ul style="list-style-type: none"> <li>- приемами сравнения и анализа нормативной документации и применения локальных актов в своей деятельности;</li> <li>- действиями применения методов контроля и оценки образовательных результатов обучающихся (формируемых в преподаваемом предмете предметных и метапредметных результатов).</li> </ul> </li> </ul>
ПК-5	<p>ПК-5.2 Применяет меры профилактики детского травматизма.</p> <p>ПК-5.3 Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.</p>	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- суть и виды здоровьесберегающих технологий, используемых в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности;</li> <li>- специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими обучающимися преподаваемый предмет;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять меры профилактики детского травматизма;</li> <li>- использовать педагогически</li> </ul>

		<p>обоснованные формы, методы и приемы организации деятельности обучающихся;</p> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- действиями освоения и адекватного применения специальных технологий и методов, позволяющих проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими обучающимися.</li> <li>- способами оказания первой доврачебной помощи обучающимся.</li> </ul>
--	--	--

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
<b>Контактная работа (всего)</b>	<b>54</b>	<b>54</b>
Лекции	18	18
Практические	36	36
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
<b>Виды промежуточной аттестации</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
Экзамен	12	12
<b>Общая трудоемкость часы</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>Общая трудоемкость зачетные единицы</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

#### 5. Содержание дисциплины

##### 5.1. Содержание лекций

#### Раздел 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

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. Трактовка нарушений штрафов

## **Раздел 2. Техника, тактика, и методика обучения. Система спортивной тренировки (10 ч.)**

Тема 5. Техника пешеходного туризма (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.)

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 само страховка 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

## **5.2. Содержание практических занятий**

### **Раздел 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. 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

**Раздел 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**

### **6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы**

#### **Первый семестр (6 ч.)**

#### **Раздел 1. Общие вопросы теории и практики туризма, турпоходов, турсоревнований (3 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий.

Составить опорную схему по видам туризма с учетом возрастных признаков: детский, молодежный, семейный, для лиц зрелого возраста, среди пожилых.

Составить опорную схему по видам туризма с учетом возрастных признаков: детский, молодежный, семейный, для лиц зрелого возраста, среди пожилых.

Определить и охарактеризовать простейшие виды наблюдений в походе: атмосферное давление, температура и влажность воздуха, ветер; признаки устойчивой и ясной погоды; предсказание погоды по местным признакам.

Подготовить схему по теме – «Первые туристские организации».

Составить опорную схему по основным разделам Правил проведения соревнований: общие положения; Кодекс путешественника; правила проведения соревнований туристско-спортивных походов и спортивных туров; дополнительные требования при организации спортивных туров.

#### **Раздел 2. Техника, тактика, и методика обучения. Система спортивной тренировки (3 ч.)**

Вид СРС: Выполнение индивидуальных заданий.

Разработать сценарий открытия и закрытия соревнований, досуга участников.

Разработать Положение о соревнованиях по туристскому многоборью.

Разработать сценарий открытия и закрытия соревнований, досуга участников.

Составить опорную схему по видам страховок.

Составить опорную схему по видам и способам ориентирования на местности.

Составить меню-раскладку на группу 10 человек на 6 дней пешеходного спортивного похода.

Обосновать применение того или иного вида страховок: одновременная, попеременная, групповая, самостраховка.

Составить календарный план похода.

## **7. Тематика курсовых работ**

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

## 8. Оценочные средства по дисциплине

### 8.1. Компетенции и этапы формирования

Код компетенции	Социально-гуманитарный модуль	Коммуникативный модуль	Модуль здоровья и безопасности и жизнедеятельности	Психологический педагогический модуль	Модуль воспитательной деятельности	Предметно-методический модуль	Предметно-технологический модуль	Учебно-исследовательский модуль
УК-7						+		+
ОПК-2		+		+		+		
ОПК-3				+	+	+		
ОПК-5				+		+	+	
ПК-3				+		+	+	
ПК-5						+	+	+

### 8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
ОПК-2 Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)			
ОПК-2.2 Проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.			
Не способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного	В целом успешно, но бессистемно проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ	В целом успешно, но с отдельными недочетами проектирует индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин	Способен в полном объеме проектировать индивидуальные образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного

Подготовлено в системе 1С:Университет (000018314)

образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.	дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.	(модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.	образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.
ОПК-2.3 Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.			
Не способен осуществлять отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.	В целом успешно, но бессистемно осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.	В целом успешно, но с отдельными недочетами осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.	Способен в полном объеме осуществлять отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.
ОПК-3 Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов			
ОПК-3.1 Проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.			
Не способен проектировать диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными	В целом успешно, но бессистемно проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми	В целом успешно, но с отдельными недочетами проектирует диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том	Способен в полном объеме проектировать диагностируемые цели (требования к результатам) совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными

Подготовлено в системе 1С:Университет (000018314)

потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.	потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов.
ОПК-3.2 Использует педагогически обоснованное содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.			
Не способен использовать педагогически обоснованное содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	В целом успешно, но бессистемно использует педагогически обоснованное содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами использует педагогически обоснованное содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.	Способен в полном объеме использовать педагогически обоснованное содержание, формы, методы и приемы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.
ОПК-3.3 Формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.			
Не способен формировать позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а	В целом успешно, но бессистемно формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и	В целом успешно, но с отдельными недочетами формирует позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным	Способен в полном объеме формировать позитивный психологический климат в группе и условия для доброжелательных отношений между обучающимися с учетом их принадлежности к разным этнокультурным, религиозным общностям и социальным слоям, а

также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.	социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.	общностям и социальным слоям, а также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.	также различных (в том числе ограниченных) возможностей здоровья.
ОПК-3.5 Осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.			
Не способен осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.	В целом успешно, но бессистемно осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами осуществляет педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.	Способен в полном объеме осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся.
ОПК-5 Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении			
ОПК-5.1 Осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.			
Не способен осуществлять выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.	В целом успешно, но бессистемно осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.	В целом успешно, но с отдельными недочетами осуществляет выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.	Способен в полном объеме осуществлять выбор содержания, методов, приемов организации контроля и оценки, в том числе ИКТ, в соответствии с установленными требованиями к образовательным результатам обучающихся.
ОПК-5.2 Обеспечивает объективность и достоверность оценки образовательных результатов обучающихся.			
Не способен обеспечивать объективность и достоверность оценки	В целом успешно, но бессистемно обеспечивает объективность и достоверность	В целом успешно, но с отдельными недочетами обеспечивает объективность и	Способен в полном объеме обеспечивать объективность и достоверность оценки образовательных

Подготовлено в системе 1С:Университет (000018314)

образовательных результатов обучающихся.	оценки образовательных результатов обучающихся.	достоверность оценки образовательных результатов обучающихся.	результатов обучающихся.
ОПК-5.3 Выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.			
Не способен выявлять и корректировать трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.	В целом успешно, но бессистемно выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.	В целом успешно, но с отдельными недочетами выявляет и корректирует трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.	Способен в полном объеме выявлять и корректировать трудности в обучении, разрабатывает предложения по совершенствованию образовательного процесса.
ПК-3 Способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса			
ПК-3.1 Проектирует результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.			
Не способен проектировать результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.	в целом успешно, но бессистемно проектирует результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.	в целом успешно, но с отдельными недочетами проектирует результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.	способен в полном объеме проектировать результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока.
ПК-3.4 Формирует познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.			
Не способен формировать познавательную мотивацию обучающихся к	В целом успешно, но бессистемно формирует познавательную мотивацию	В целом успешно, но с отдельными недочетами формирует познавательную	Способен в полном объеме формировать познавательную мотивацию обучающихся к

физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.	обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.	мотивацию обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.	физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.
ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности			
ПК-5.2 Применяет меры профилактики детского травматизма.			
Не способен применять меры профилактики детского травматизма.	В целом успешно, но бессистемно применяет меры профилактики детского травматизма.	В целом успешно, но с отдельными недочетами применяет меры профилактики детского травматизма.	Способен в полном объеме применять меры профилактики детского травматизма.
ПК-5.3 Применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.			
Не способен применять здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	В целом успешно, но бессистемно применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	В целом успешно, но с отдельными недочетами применяет здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.	Способен в полном объеме применять здоровьесберегающие технологии в учебном процессе.
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.			
Не способен понимать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но бессистемно понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Способен в полном объеме понимать оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.

Подготовлено в системе 1С:Университет (000018314)

	деятельности.	деятельности.	
УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.			
Не способен определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но бессистемно определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	В целом успешно, но с отдельными недочетами определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Способен в полном объеме определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

### Уровни сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Зачет	
Повышенный	зачтено	90 – 100%
Базовый	зачтено	76 – 89%
Пороговый	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	незачтено	Ниже 60%

### 8.3. Вопросы промежуточной аттестации

**Первый семестр (Экзамен, ОПК-2.2, ОПК-2.3, ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-3.3, ОПК-3.5, ОПК-5.1, ОПК-5.2, ОПК-5.3, ПК-3.1, ПК-3.4, ПК-5.2, ПК-5.3, УК-7.1, УК-7.2)**

1. Выявите задачи физической подготовки, проблемы общей и специальной физической подготовки в туризме.

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

3. Дайте общую характеристику детско-юношеского туризма.

4. Дайте определение понятия туризма как вида деятельности.

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

6. Классифицируйте соревнования в туризме (по видам туризма; по видам соревнований).

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

8. Обоснуйте возможности использования в учебном процессе здоровьесберегающих технологий.

9. Объясните влияние оздоровительного, образовательного и воспитательного значения физических упражнений на организм и личность занимающегося.

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

Подготовлено в системе 1С:Университет (000018314)

11. Опишите порядок и правила определение азимута на предмет.
12. Опишите процедуру создания оргкомитета соревнований, утверждения плана его работы.
13. Опишите процесс подготовки и реализации образовательных программ различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями.
14. Опишите способы предупреждения и выхода из межличностного конфликта в составе туристской группы.
15. Определите возможности проектирования диагностируемых целей совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.
16. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время соревнований.
17. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время водных туристских походов.
18. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время горных туристских походов.
19. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время спортивных туристских походов.
20. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время велопоходов.
21. Определите и охарактеризуйте мероприятия, направленные на обеспечение безопасности туристов во время лыжных туристских походов.
22. Определите методику организации и проведения поисково-спасательных работ в различных климатогеографических зонах.
23. Определите методы диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития обучающихся
24. Определите методы контроля и оценки образовательных результатов обучающихся.
25. Определите направления и способы психологической подготовки туриста к соревнованиям.
26. Определите основные задачи и содержание подготовки технике водного туризма.
27. Определите основные задачи и содержание подготовки технике горного туризма.
28. Определите основные задачи и содержание подготовки технике лыжного туризма.
29. Определите основные задачи и содержание подготовки технике пешеходного туризма.
30. Определите основные задачи и содержание подготовки технике спелео туризма.
31. Определите особенности методики обучения в туризме.
32. Определите особенности физической подготовки туристов (выносливость, развитие силы, подвижность в суставах, быстрота движений).
33. Определите подходы к осуществлению отбора предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных в соответствии с планируемыми результатами обучения по дисциплине.
34. Определите порядок разработки и утверждения Положения о соревнованиях по туризму.
35. Определите принципы организации контроля и оценивания образовательных результатов обучающихся.

36. Определите причины происхождения психологического конфликта в туристской группе возможные последствия такого конфликта.
37. Определите причины, от которых зависит благоприятный исход выживания.
38. Определите пути формирования познавательной мотивации обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.
39. Определите состав, права и обязанности судейской коллегии.
40. Определите способы оказания первой доврачебной помощи воспитанникам и обучающимся.
41. Определите способы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями.
42. Определите тактику ориентирования на местности.
43. Определите тактику страховки и спасательных работ.
44. Определите физиологические особенности организма в условиях высокогорья.
45. Определите, какими средствами достигается личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.
46. Охарактеризуйте виды страховок и особенности их использования в туристской деятельности.
47. Охарактеризуйте виды туризма по способу передвижения: водный, велосипедный, авто-мототуризм.
48. Охарактеризуйте виды туризма по способу передвижения: пеший, лыжный, горный.
49. Охарактеризуйте виды туризма по способу передвижения: спелео, парусный, конный, комбинированный.
50. Охарактеризуйте и обоснуйте процесс отбора педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.
51. Охарактеризуйте календарный план соревнований.
52. Охарактеризуйте командную страховку как основу обеспечения безопасности в туризме.
53. Охарактеризуйте методику применения комплексов избранных физических упражнений.
54. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – зажим жумар.
55. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – устройство восьмерка.
56. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как устройство инвар.
57. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – устройство карабин с бионетной муфтой.
58. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – устройство карабин с механической муфтой.
59. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как обвязка универсальная.
60. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как обвязка поясная и грудная.
61. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как обвязка «Специзделие ЛЮКС».

62. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как изделие «Кошки альпинистские».
63. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как усы само страховочные.
64. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как веревка страховочно-спасательная динамическая.
65. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как изделие «Полиспа́ст».
66. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как изделие «Ледоруб».
67. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как веревка страховочно-спасательная статическая.
68. Охарактеризуйте назначение и опишите правила применения такого элемента специального туристского снаряжения как – устройство восьмерка.
69. Охарактеризуйте оздоровительное, культурно-познавательное и воспита-тельное значение туризма.
70. Охарактеризуйте особенности туризма для лиц зрелого и пожилого возраста.
71. Охарактеризуйте процесс проектирования индивидуальных образовательных маршрутов освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся.
72. Охарактеризуйте содержание морально-психологической подготовки в туризме.
73. Охарактеризуйте способы и методы индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся.
74. Охарактеризуйте средства морально-психологической подготовки, групповую дискуссию, психологические задачи, сюжетные игры, аутогенную тренировку.
75. Охарактеризуйте типы туризма: спортивный; рекреационный туризм; реабилитационный; профессионально-прикладной.
76. Охарактеризуйте формы туризма: летний, зимний и межсезонный; индивидуальный и групповой.
77. Охарактеризуйте формы туризма: организованный и неорганизованный; активный и пассивный.
78. Охарактеризуйте формы туризма: социальный и элитарный; международный и внутренний.
79. Охарактеризуйте формы туризма: традиционный, экзотический и экологический.
80. Перечислите виды и охарактеризуйте вспомогательное снаряжение туриста.
81. Перечислите виды и охарактеризуйте личное и групповое снаряжение туристов.
82. Перечислите виды и охарактеризуйте специальное снаряжение в туризме.
83. Перечислите и кратко охарактеризуйте особенности проведения поисково-спасательных работ в спортивном походе.
84. Перечислите и охарактеризуйте профилактические мероприятия по обеспечению безопасности туристов.
85. Перечислите основные виды туризма, приведите их краткую характеристику.
86. Перечислите основные профилактические мероприятия по обеспечению безопасности в туризме.
87. Перечислите особенности воспитания безопасного поведения в туризме.
88. Перечислите права и обязанности руководителя и участников похода.
89. Перечислите средства туризма.

90. Перечислите этапы планирования туристского соревнования и охарактеризуйте каждый из них.

91. Раскройте содержание проблемного метода обучения, приведите его характеристику.

92. Раскройте содержание разрядных требований по спортивным походам (к руководителям и участникам).

#### **8.4. 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 общепрофессиональных, профессиональных и универсальных 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:

- 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. Федорова, Т. А. Технологии спортивно-оздоровительного туризма : учебно-методическое пособие / Т. А. Федорова // Лань : электронно-библиотечная система. – Пермь : ПГГПУ, 2018. – 76 с. – ISBN 978-5-85218-990-5. – URL: <https://e.lanbook.com/book/129488> – Текст : электронный.

### ***Дополнительная литература***

1. Кусков, А. С. Основы туризма [Электронный ресурс] : учебник / А.С.Кусков, Ю.А.Джаладян. – М. : КНОРУС, 2011. – 1 электрон.опт.диск.

2. 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.

3. История туризма [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов / М.В. Соколова. - 2-е изд. ; перераб. - М. : Академия, 2004. - 352 с. - 85 р. 36 к.

## **10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. <http://gled.myorel.ru/> - Практические методы спортивной тренировки.
2. <https://fcdtk.ru/> - Официальный сайт ФГБОУ ДО «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения».
3. <http://www.tssr.ru/> - Официальный сайт Федерации спортивного туризма России.

## **11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины**

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 экзамена.

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**

### **12.1 Перечень программного обеспечения**

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**

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**

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

## **13. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

**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.**

Подготовлено в системе 1С:Университет (000018314)

**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.