Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Байханов Исмаил Баутдинович
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.06.2022 17:32:00
Уникальный программный ключ:
442c337cd125e1d014f62698c9d813e502697764

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Чеченский государственный педагогический университет»
Кафедра спортивных дисциплин

«*УТВЕРЖДАЮ*»
Зав. каф. СД К.Ш. Дунаев

Протокол № 9 от 31.04. 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (модуля)
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА:
Туризм и спортивное ориентирование

Направление подготовки
44.03.01 – Педагогическое образование

Профиль подготовки
«Физическая культура»

Уровень образования:
бакалавриат

Форма обучения
Очная/заочная

Грозный - 2021

Образовательная дисциплина «Теория и методика по базовым видам спорта (Туризм)» относится к предметно-методическому модулю учебного плана подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль в соответствии с квалификацией выпускника – тренера по избранному виду спорта.

Рабочая программа составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки (специальности) 49.03.01 «Физическая культура» уровню высшего образования Бакалавриат, утвержденного приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 940 с учетом Примерной основной образовательной программы, рекомендованной ФУМО в системе высшего образования по УГСН «Образование и педагогические науки».

Разработчик:

Старший преподаватель _____ Н.А.Абубакарова

Рабочая программа обсуждена, одобрена и утверждена на заседании кафедры теории и методики спортивной тренировки от 22.08.2021 г., протокол № 1

зав. кафедрой к. п. н., _____ К.Ш.Дунаев

_____ 2021 г.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от «_____» _____ 2019 г., протокол № _____

Декан ФФК и С _____ С.Б. Элипханов

_____ 2021 г.

1. **Цель и задачи освоения дисциплины.**

Целями освоения дисциплины (модуля) «*Туризм и спортивное ориентирование*» является формирование у студентов систематизированных специальных знаний и умений в области теории и методики преподавания туризма; обогащение занимающихся двигательным опытом; формирование организаторских и профессионально-прикладных умений, навыков и компетенций, необходимых для успешной будущей педагогической деятельности; развитие и самореализация творческого потенциала личности.

2. **Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.**

Дисциплина Б1.0.1.05.07.06 «Туризм и спортивное ориентирование» относится к дисциплинам (модуля) «Предметно-методический» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

Связь с другими дисциплинами учебного плана

Перечень действующих предшествующих дисциплин	Перечень последующих дисциплин
1. «Анатомия человека» 2. «История физической культуры» 3. «Спортивные и подвижные игры»	1. «Физиология человека» 2. «Физиология спорта» 3. «Теория и методика обучения базовым видам спорта» 4. «Теория и методика физической культуры» 5. «Физиология спорта» 6. «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» 7. «Спортивная медицина» 8. «Лечебная физическая культура и массаж» 9. «Биомеханика двигательной деятельности» 10. «Педагогика физической культуры и спорта» 11. «Легкая атлетика» 12. «Биохимия человека»

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Формируемые компетенции		**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**
Код	**Наименование**	
Общекультурные компетенции (ОК)		
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	**Знать**: - цели и задачи своей работы; - специфические и педагогические методы организации занятий и средства физической культуры, управления тренировочным процессом; - современные технологии обучения: технологию организации и проведения занятий для разного возраста, пола; - составляющие анализа учебного и воспитательного процессов; - тенденции развития современного физкультурного

	деятельности	образования; - дидактические закономерности, теорию и методику преподавания спортивного туризма; - методику оздоровительных, физкультурно-спортивных занятий туристической направленности; - методику подготовки спортсменов в туризме; - методы и технологии обучения учащихся двигательным действиям, применимые для преподавания спортивного туризма; - средства контроля и оценивания знаний, умений и навыков учащихся.
		Уметь: - определять и ставить первоочередные цели и задачи, расстановку соответствующих приоритетов в подготовке спортсменов; - самостоятельно проводить тренировочные занятия с использованием методов и средств физической культуры; - определять соответствующие приоритеты при решении социальных и профессиональных задач; - осуществлять комплексный анализ профессиональной деятельности; - применять передовые разработки в области физической культуры; - творчески использовать методы контроля и навыки проведения занятий по туризму; - определять эффективность различных методов и средств физкультурно-спортивной направленности; создавать авторские технологические подходы; - своевременно выявлять проблемы и осуществлять их коррекцию на определенных этапах физкультурной деятельности; - отбирать и практически использовать современные методы и технологии обучения соответствующим целям и задачам преподавания спортивного туризма; - пользоваться методикой обучения различных групп людей двигательным действиям, развития физических качеств в процессе занятий туризмом; - использовать современные методы и средства диагностики, контроля и коррекции учебной деятельности обучающихся.
		Владеть: - современными методами и средствами, технологиями обучения, способствующих организации и качественной подготовке обучаемых и решению профессиональных задач; - современными технологиями в обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности в процессах физической культуры; - навыками дидактического проектирования учебного процесса и разработки технологий обучения двигательным действиям, развития физических качеств применительно к занятиям спортивным туризмом; - навыками использования методов и технологий обучения в процессе проведения секционных занятий спортивным туризмом; - навыками диагностики уровня знаний, умений и навыков учащихся.

		(ОПК)
ОПК-1	Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	**Знать**: - теорию и методику туризма; - технологию тренировки в детско-юношеском спорте; спортсменов массовых разрядов по туризму; - этапы проектирования, способы организации и управления деятельностью учащегося на занятиях туризмом: структуру учебно-тренировочного занятия, основные средства и методику (технологию) проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия; - современную правовую базу, требования стандартов и программный материал физического воспитания в образовательных учреждениях; - роль спортивного туризма как средства физической культуры и спорта; - возрастно-половые особенности развития физических качеств и формирования туристических навыков; - основы научной и методической деятельности в сфере спортивного туризма; - этапы проектирования, способы организации и управления деятельностью учащегося в процессе занятий спортивным туризмом; - причины травматизма на занятиях спортивным туризмом и меры по их предупреждению.
		Уметь: - разрабатывать (проектировать) перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий туризмом; - анализировать и оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий туристической направленности; - использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической подготовленности, состояния здоровья; - подбирать средства и методы, адекватные поставленным учебно-тренировочным задачам; - проектировать и проводить на занятиях спортивным туризмом мероприятия по профилактике травматизма; - применять средства туризма для воспитания физических качеств, укрепления здоровья занимающихся; - овладевать новыми по отношению к полученному в вузе образованию видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования.
		Владеть: - навыками разработки перспективных и оперативных планов и программ конкретных занятий; - приемами составления документов планирования; - способами рациональной организации обучающихся на занятии; - способами контроля за нагрузкой, плотностью занятия;

		- владеть теорией, методикой и технологией спортивного туризма (в рамках программного материала), с использованием различных методических приемов и обучающих алгоритмов; - методами обучения и методическими приемами, формами организации учебной деятельности учащихся и средствами на занятиях по спортивному туризму; - основами техники безопасности и предупреждения травматизма на занятиях по спортивному туризму; методическими приемами оказания помощи и страховки на занятиях спортивным туризмом; - навыками творческого обобщения полученных знаний, конкретного и объективного изложения своих знаний в письменные и устные формы в области туризма.
ОПК-3	Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	**Знать:** - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами легкой атлетики; - основы техники способов плавания и прикладного плавания; - методики обучения способам плавания; - методики развития физических качеств средствами плавания; -методики контроля и оценки технической и физической подготовленности обучающихся на занятиях плаванием; -методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами плавания; - средства спортивных и подвижных игр и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности; основы обучения спортивным и подвижным играм; - терминологию спортивных и подвижных игр; - способы (вариантов) рационального размещения занимающихся для выполнения спортивных и подвижных игр; - методики проведения физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера средствами спортивных и подвижных игр; - организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательных организациях; - организацию досуговой деятельности учащихся в образовательных организациях; - способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры; - способы реализации здоровье формирующих возможностей средств и условий использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности; - психолого-педагогические приемы активации познавательной активности занимающихся. **Уметь:** - использовать средства гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр для проведения подготовительной части занятий, формирования жизненно- необходимых навыков и развития физических качеств (в том числе для ИВС);

		-контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр, плавания; - осуществлять подготовку обучающихся к участию в соревнованиях и физкультурно- массовых мероприятиях; - анализировать и корректировать уровень сформированности физической культуры обучающихся; - анализировать эффективность проведения занятий по базовым видам спорта по количественным и качественным критериям; - формировать основы физкультурных знаний; Владеть**:** - владения техникой общеподготовительных, специально-подготовительных и соревновательных гимнастических элементов, гимнастическим стилем исполнения гимнастических упражнений; - составления упражнений по обучению техническим приемам спортивных игр и подбору подвижной игры с учетом возраста и контингента занимающихся; - проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств подвижных и спортивных игр; - проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся; - проведения занятий по учебному предмету «Физическая культура»; - проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
ОПК-7	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	Знать: - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и

		спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, подвижных и спортивных игр; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм. - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; **Уметь:** - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий); - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; -проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояниях и травматических повреждениях; **Владеть:** - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом; - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических состояний; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: - профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно- спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся.

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.

Общая трудоемкость дисциплины составляет _2_ зачетные единицы (_72_ часа).

Вид учебной работы	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Аудиторные занятия (всего)		

Лекции		
Практические занятия (ПЗ)		
Семинары (С)		
Лабораторные работы (ЛР)		
Самостоятельная работа (всего)	42	62
Проработка материала лекций, подготовка к занятиям		
Самостоятельное изучение тем		
Экзамен		
Курсовой проект (работа)		
Расчетно-графические работы		
Контрольные работы	30	10
Реферат		
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен**)**	зачет	зачет
Общая трудоемкость	72	72

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)
Очная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Всего	Виды учебной работы (в академических часах)				Реализ. компет.	Форма текущего контроля
			Л	ПЗ	ЛБ	СР		
1	«Туризм в системе физического воспитания. История развития туризма»	6	2			4	УК-7;	устный опрос; реферат
2	«Топографическая подготовка туриста»	10	2	4		4	ОПК-1; ОПК-3	устный опрос; реферат
3	«Организация и проведение туристских походов со школьниками»	10	2	4		4	ОПК-3; ОПК-7;	устный опрос; реферат
4	«Обеспечение безопасности в спортивном походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма»	12		6		6	ОПК-3; ОПК-7;	устный опрос; реферат
5	«Виды спортивного туризма»	6		2		4	-	устный опрос; реферат
6	«Правила соревнований в спортивном	10		4		6	ОПК-3; ОПК-7;	устный опрос; реферат

	туризме»							
7	«Спортивный поход»	10		4		6	ОПК-1; ОПК-7;	устный опрос; реферат
8	«Туристическое многоборье»	8		2		6	ОПК-3; ОПК-7;	устный опрос; реферат
	Итого	72	6	24		42		

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Всего	Виды учебной работы (в академических часах)				Реализ. компет.	Форма текущего контроля
			Л	ПЗ	ЛБ	СР		
1	«Туризм в системе физического воспитания. История развития туризма»	8	2			6	УК-7;	устный опрос; реферат
2	«Топографическая подготовка туриста»	10	2	2		6	ОПК-1; ОПК-3	устный опрос; реферат
3	«Организация и проведение туристских походов со школьниками»	8		2		6	ОПК-3; ОПК-7;	устный опрос; реферат
4	«Обеспечение безопасности в спортивном походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма»	14		2		12	ОПК-3; ОПК-7;	устный опрос; реферат
5	«Виды спортивного туризма»	6				6		устный опрос; реферат
6	«Правила соревнований в спортивном туризме»	8				8	ОПК-1; ОПК-3; ОПК-7;	устный опрос; реферат
7	«Спортивный поход»	10				10	ОПК-3; ОПК-7;	устный опрос; реферат
8	«Туристическое многоборье»	8				8	ОПК-3; ОПК-7;	устный опрос; реферат
	Итого	72	4	6		62		

5.2. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

Очная форма обучения

№	**Наименование темы (раздела) дисциплины**	**Содержание**
	Тема	
1. Содержание лекционного курса		

1.1.	«Туризм в системе физического воспитания. История развития туризма»	Место туризма в системе физического воспитания. Влияние занятий туризмом на здоровье человека. Значение туризма для формирования жизненно важных умений и навыков. Грани туризма: оздоровительная, спортивная, эстетическая, познавательная, социально-коммуникативная, эмоционально-психологическая, творческая. Туризм спортивный и его классификация. Формы и методы туристской работы в школе: походы выходного дня, степенные и категорийные походы, экскурсии, экспедиции, школьные музеи и выставки, туристские вечера, туристские соревнования, слеты, туристские кружки и секции, профильные лагеря, станции туристов, центры детского и юношеского туризма. История развития туризма. Возникновение туризма. Развитие туризма в России. Современная ситуация в сфере туризма. Основные этапы в истории развития туризма, их краткая характеристика. Факторы, обусловившие развитие туризма после Второй мировой войны. Побудительные мотивы путешествий. Краткие сведения о первых путешествиях древности. Туризм в России: зарождение, становление, развитие. Характеристика современного состояния сферы туризма в нашей стране. Туризм как активный отдых. Прикладное значение туризма Туризм плановый и самостоятельный. Виды туризма по средствам передвижения. Туризм спортивный и его классификация. Категории сложности маршрутов и нормы зачетных путешествий. Формы и методы туристской работы в школе: походы выходного дня, экскурсии, экспедиции, школьные музеи и выставки, туристские вечера «огоньки», туристские соревнования, слеты, туристские кружки и секции, профильные лагеря, станции туристов, центры детского и юношеского туризма.
1.2	«Топографическая подготовка туриста»	План, карта, масштаб. Меридиан истинный и магнитный. Магнитный и небесный азимут. Карты для походов. Условные топографические знаки. Изображение рельефа с помощью горизонталей. Основные формы рельефа. Измерение расстояния по карте. Прокладка маршрутов. Отличие условных спортивных и топографических знаков. Спортивная карта и её особенности: масштаб, точность, полнота, быстрое старение, карты цветные и черно-белые.
1.3	«Организация и проведение туристских походов со школьниками»	Нормативные документы по организации походов. Составление плана похода. Особенности комплектования групп и организация питания. Режим дня для туристов в походе, учет возрастных особенностей. Возраст и количественный состав групп.

		Продолжительность похода в зависимости от возрастной группы. Нормы переходов и нагрузки. Личная и общественная гигиена, врачебный контроль. Самоконтроль.
2. Разделы практических/семинарских занятий		
2.1	«Топографическая подготовка туриста»	План, карта, масштаб. Меридиан истинный и магнитный. Магнитный и небесный азимут. Карты для походов. Условные топографические знаки. Изображение рельефа с помощью горизонталей. Основные формы рельефа. Измерение расстояния по карте. Прокладка маршрутов. Отличие условных спортивных и топографических знаков. Спортивная карта и её особенности: масштаб, точность, полнота, быстрое старение, карты цветные и черно-белые. Топографическая карта, компас, ориентирование на местности. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов. Виды карт, общегеографические и тематические карты. Измерение расстояния по карте. Курвиметр. Компас. Типы компасов. Устройство компасов. Способы ориентирования. Измерение расстояния на местности: шагами, геометрический, с помощью ладони, прямоугольного треугольника, по видимым размерам предмета, по его угловой величине, по величине его тени, глазомерным способом, по слышимости звука. Использование топографической карты в походе. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов. Изображение рельефа с помощью горизонталей. Основные формы рельефа. Измерение расстояния по карте. Ориентирование по местным предметам, солнцу и часам, луне, звездам. Ориентирование по компасу. Движения с использованием карты: масштаб, шкала высот, магнитное склонение. Определение азимута по карте. Измерение расстояний по карте. Выбор маршрута передвижения.
2.2	«Организация и проведение туристских походов со школьниками»	Нормативные документы по организации походов. Составление плана похода: постановка задачи, комплектование группы и распределение обязанностей, определение района похода, сбор сведений о районе, детальная разработка маршрута, составление плана, подбор личного и группового снаряжения, организация питания, составление сметы, оформление документации похода. Особенности комплектования групп и организация питания. Режим дня для туристов в походе, учет возрастных особенностей. Возраст и количественный состав групп. Продолжительность похода в зависимости от возрастной группы. Нормы переходов и нагрузки. Личная и общественная гигиена, врачебный контроль. Самоконтроль. Определение веса продуктов через его объем (кружкой, ложкой). Расчет веса и стоимости продукта на поход.

		Влияние продолжительности варки продуктов на составление меню.
2.3	«Обеспечение безопасности в спортивном походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма»	Ответственность администрации и руководителя туристической группы за безопасное проведение похода. Возраст и количественный состав групп. Продолжительность похода в зависимости от возрастной группы. Нормы переходов и нагрузки. Основные причины травматизма и несчастных случаев в походе: неправильный выбор маршрута; несоответствующее снаряжение; недостаточная физическая, техническая, тактическая подготовка; утомление, неопытность, нарушение дисциплины, паника, внешние факторы, неопытность и самоуверенность руководителя, плохое изучение района похода, отсутствие необходимого картографического материала, неумение в ориентировании и т.д. Личная и общественная гигиена. Врачебный контроль. Предпоходный контроль, текущий (в походе). Самоконтроль. Действия туриста в экстремальной ситуации: дождь, буря, потеря ориентировки в лесу, жажда, лесной пожар, молния, утопающий, ядовитая змея и т.д. Травмы и их профилактика. Бивачные работы, предотвращение травм, болезней и порчи снаряжения. Походная аптечка, её содержание. Оказание первой медицинской помощи, лечебные травы. Первая медицинская помощь при переломах, кишечных заболеваниях, укусах змей и насекомых. Искусственное дыхание. Применение лечебных трав. Действия туриста в экстремальной ситуации. Травмы и их профилактика. Съедобные грибы, ягоды, травы. Бивачные работы, предотвращение травм. Первая медицинская помощь при переломах, кишечных заболеваниях, укусах змей и насекомых. Искусственное дыхание. Действия туриста в экстремальной ситуации. Травмы и их профилактика. Спасательные работы в пешем туризме. Способы переноски пострадавшего: на руках, рюкзаках, носилках. Изготовление носилок из шестов, одеял, штормовок, спасательного мешка и т.д. Вязка носилок из жердей и вспомогательной веревки. Транспортировка пострадавшего в зимнем походе. Изготовление волокуш из подручных средств. Безопасность при бивачных работах. Работа с пилой и топором, их транспортировка.
2.4	«Виды спортивного туризма»	Плановый самодеятельный туризм. Классификация походов: в зависимости от их целей, по средствам передвижения и месту проведения. Степенные и категорийные походы. Пять основных видов спортивного туризма: пешеходный, горный, лыжный, водный, комбинированный. Краткая характеристика и специфика каждого вида. Акклиматизация. Техника преодоления естественных препятствий.

		Требования к снаряжению. Применение специального снаряжения. Узлы. Специфика пешеходного, горного, лыжного, водного, комбинированного туризма. Особенности организации и проведения походов каждого вида спортивного туризма. Техника и тактика движения в разных видах туризма. Движение по болоту. Преодоление водных препятствий. Преодоление препятствий на лыжах. Движение по снежному склону. Движение по ледовому склону. Движение по скалам. Наведение переправ. Виды узлов и их применение. Снаряжение в пешеходном походе, в лыжном походе, снаряжение туриста-горника. Выполнение технических приемов преодоления естественных и искусственных препятствий на соревнованиях и в походе. Обеспечение страховки при преодолении естественных препятствий. Наведение переправ. Туристские узлы. Подготовка инвентаря для различных видов туризма. Узлы для связывания веревок одинакового диаметра. Узлы для связывания веревок разного диаметра. Узлы для страховки. Узлы для привязывания веревок к опоре. Вспомогательные узлы. Вязка узлов, их прочность, назначение, использование.
2.5	«Правила соревнований в спортивном туризме»	Спортивный туризм. Туристско-спортивное соревнование. Класс длинных дистанций. Класс коротких дистанций. Класс нестандартных дистанций. Класс технических дистанций. Класс технических дистанций на искусственном рельефе. Подразделение классов дистанций по десяти основным видам спортивного туризма и категориям сложности. Виды соревнований, их классификация. Ранг, категория. Документация. Разряды и звания спортивного туризма. Разрядные требования длинной дистанции (походы). Правила проведения соревнований по спортивным походам. Правила проведения соревнований по туристскому многоборью. Единая всероссийская спортивная классификация. Положение о соревнованиях. Календари соревнований. Организация и проведение соревнований. Местность и дистанция в спортивном туризме. Судьи в спортивном туризме. Зачетная книжка спортсмена.
2.6	«Спортивный поход»	Спортивный поход. Спортивная подготовка. Спортивная тренировка. Общие положения организация и проведение спортивного похода. Классификация спортивного похода. Туристический маршрут. Маршрутный лист. Маршрутная книжка. Распределение обязанностей в туристской группе. Организация ночлега в спортивном походе. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на туристском маршруте.

		Туристское снаряжение спортсмена. Основы теоретической, технической, тактической, морально-волевой, физической подготовки спортсмена.
2.7	«Туристическое многоборье»	Туристическое многоборье. Спортивная подготовка. Спортивная тренировка. Общие положения организация и проведение соревнований по туристическому многоборью. Дистанция туристического многоборья. Распределение обязанностей в команде. Организация туристского лагеря во время соревнований. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на дистанции туристского многоборья. Туристское снаряжение спортсмена-многоборца. Основы теоретической, технической, тактической, морально-волевой, физической подготовки спортсмена-многоборца.

Заочная форма обучения

№	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание
	Тема	
1. Содержание лекционного курса		
1.1.	«Туризм в системе физического воспитания. История развития туризма»	Место туризма в системе физического воспитания. Влияние занятий туризмом на здоровье человека. Значение туризма для формирования жизненно важных умений и навыков. Грани туризма: оздоровительная, спортивная, эстетическая, познавательная, социально-коммуникативная, эмоционально-психологическая, творческая. Туризм спортивный и его классификация. Формы и методы туристской работы в школе: походы выходного дня, степенные и категорийные походы, экскурсии, экспедиции, школьные музеи и выставки, туристские вечера, туристские соревнования, слеты, туристские кружки и секции, профильные лагеря, станции туристов, центры детского и юношеского туризма. История развития туризма. Возникновение туризма. Развитие туризма в России. Современная ситуация в сфере туризма. Основные этапы в истории развития туризма, их краткая характеристика. Факторы, обусловившие развитие туризма после Второй мировой войны. Побудительные мотивы путешествий. Краткие сведения о первых путешествиях древности. Туризм в России: зарождение, становление, развитие. Характеристика современного состояния сферы туризма в нашей стране. Туризм как активный отдых. Прикладное значение туризма Туризм плановый и самостоятельный. Виды туризма по средствам передвижения. Туризм спортивный и его классификация. Категории сложности маршрутов и нормы зачетных путешествий. Формы и методы туристской работы в школе: походы выходного дня, экскурсии,

		экспедиции, школьные музеи и выставки, туристские вечера «огоньки», туристские соревнования, слеты, туристские кружки и секции, профильные лагеря, станции туристов, центры детского и юношеского туризма.
1.2	«Топографическая подготовка туриста»	План, карта, масштаб. Меридиан истинный и магнитный. Магнитный и небесный азимут. Карты для походов. Условные топографические знаки. Изображение рельефа с помощью горизонталей. Основные формы рельефа. Измерение расстояния по карте. Прокладка маршрутов. Отличие условных спортивных и топографических знаков. Спортивная карта и её особенности: масштаб, точность, полнота, быстрое старение, карты цветные и черно-белые.
2. Разделы практических/семинарских занятий		
2.1	«Топографическая подготовка туриста»	План, карта, масштаб. Меридиан истинный и магнитный. Магнитный и небесный азимут. Карты для походов. Условные топографические знаки. Изображение рельефа с помощью горизонталей. Основные формы рельефа. Измерение расстояния по карте. Прокладка маршрутов. Отличие условных спортивных и топографических знаков. Спортивная карта и её особенности: масштаб, точность, полнота, быстрое старение, карты цветные и черно-белые. Топографическая карта, компас, ориентирование на местности. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов. Виды карт, общегеографические и тематические карты. Измерение расстояния по карте. Курвиметр. Компас. Типы компасов. Устройство компасов. Способы ориентирования. Измерение расстояния на местности: шагами, геометрический, с помощью ладони, прямоугольного треугольника, по видимым размерам предмета, по его угловой величине, по величине его тени, глазомерным способом, по слышимости звука. Использование топографической карты в походе. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов. Изображение рельефа с помощью горизонталей. Основные формы рельефа. Измерение расстояния по карте. Ориентирование по местным предметам, солнцу и часам, луне, звездам. Ориентирование по компасу. Движения с использованием карты: масштаб, шкала высот, магнитное склонение. Определение азимута по карте. Измерение расстояний по карте. Выбор маршрута передвижения.
2.2	«Организация и проведение туристских походов со школьниками»	Нормативные документы по организации походов. Составление плана похода: постановка задачи, комплектование группы и распределение обязанностей, определение района похода, сбор сведений о районе, детальная разработка маршрута, составление плана, подбор личного и группового снаряжения, организация питания, составление сметы, оформление документации похода. Особенности комплектования групп и организация питания. Режим дня для туристов в походе, учет возрастных

		особенностей. Возраст и количественный состав групп. Продолжительность похода в зависимости от возрастной группы. Нормы переходов и нагрузки. Личная и общественная гигиена, врачебный контроль. Самоконтроль. Определение веса продуктов через его объем (кружкой, ложкой). Расчет веса и стоимости продукта на поход. Влияние продолжительности варки продуктов на составление меню.
2.3	«Обеспечение безопасности в спортивном походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма»	Ответственность администрации и руководителя туристической группы за безопасное проведение похода. Возраст и количественный состав групп. Продолжительность похода в зависимости от возрастной группы. Нормы переходов и нагрузки. Основные причины травматизма и несчастных случаев в походе: неправильный выбор маршрута; несоответствующее снаряжение; недостаточная физическая, техническая, тактическая подготовка; утомление, неопытность, нарушение дисциплины, паника, внешние факторы, неопытность и самоуверенность руководителя, плохое изучение района похода, отсутствие необходимого картографического материала, неумение в ориентировании и т.д. Личная и общественная гигиена. Врачебный контроль. Предпоходный контроль, текущий (в походе). Самоконтроль. Действия туриста в экстремальной ситуации: дождь, буря, потеря ориентировки в лесу, жажда, лесной пожар, молния, утопающий, ядовитая змея и т.д. Травмы и их профилактика. Бивачные работы, предотвращение травм, болезней и порчи снаряжения. Походная аптечка, её содержание. Оказание первой медицинской помощи, лечебные травы. Первая медицинская помощь при переломах, кишечных заболеваниях, укусах змей и насекомых. Искусственное дыхание. Применение лечебных трав. Действия туриста в экстремальной ситуации. Травмы и их профилактика. Съедобные грибы, ягоды, травы. Бивачные работы, предотвращение травм. Первая медицинская помощь при переломах, кишечных заболеваниях, укусах змей и насекомых. Искусственное дыхание. Действия туриста в экстремальной ситуации. Травмы и их профилактика. Спасательные работы в пешем туризме. Способы переноски пострадавшего: на руках, рюкзаках, носилках. Изготовление носилок из шестов, одеял, штормовок, спасательного мешка и т.д. Вязка носилок из жердей и вспомогательной веревки. Транспортировка пострадавшего в зимнем походе. Изготовление волокуш из подручных средств. Безопасность при бивачных работах. Работа с пилой и топором, их транспортировка.
2.4	«Виды спортивного	Плановый самодеятельный туризм. Классификация

	туризма»	походов: в зависимости от их целей, по средствам передвижения и месту проведения. Степенные и категорийные походы. Пять основных видов спортивного туризма: пешеходный, горный, лыжный, водный, комбинированный. Краткая характеристика и специфика каждого вида. Акклиматизация. Техника преодоления естественных препятствий. Требования к снаряжению. Применение специального снаряжения. Узлы. Специфика пешеходного, горного, лыжного, водного, комбинированного туризма. Особенности организации и проведения походов каждого вида спортивного туризма. Техника и тактика движения в разных видах туризма. Движение по болоту. Преодоление водных препятствий. Преодоление препятствий на лыжах. Движение по снежному склону. Движение по ледовому склону. Движение по скалам. Наведение переправ. Виды узлов и их применение. Снаряжение в пешеходном походе, в лыжном походе, снаряжение туриста-горника. Выполнение технических приемов преодоления естественных и искусственных препятствий на соревнованиях и в походе. Обеспечение страховки при преодолении естественных препятствий. Наведение переправ. Туристские узлы. Подготовка инвентаря для различных видов туризма. Узлы для связывания веревок одинакового диаметра. Узлы для связывания веревок разного диаметра. Узлы для страховки. Узлы для привязывания веревок к опоре. Вспомогательные узлы. Вязка узлов, их прочность, назначение, использование.
2.5	«Правила соревнований в спортивном туризме»	Спортивный туризм. Туристско-спортивное соревнование. Класс длинных дистанций. Класс коротких дистанций. Класс нестандартных дистанций. Класс технических дистанций. Класс технических дистанций на искусственном рельефе. Подразделение классов дистанций по десяти основным видам спортивного туризма и категориям сложности. Виды соревнований, их классификация. Ранг, категория. Документация. Разряды и звания спортивного туризма. Разрядные требования длинной дистанции (походы). Правила проведения соревнований по спортивным походам. Правила проведения соревнований по туристскому многоборью. Единая всероссийская спортивная классификация. Положение о соревнованиях. Календари соревнований. Организация и проведение соревнований. Местность и дистанция в спортивном туризме. Судьи в спортивном туризме. Зачетная книжка спортсмена.
2.6	«Спортивный	Спортивный поход. Спортивная подготовка. Спортивная

	поход»	тренировка. Общие положения организация и проведение спортивного похода. Классификация спортивного похода. Туристический маршрут. Маршрутный лист. Маршрутная книжка. Распределение обязанностей в туристской группе. Организация ночлега в спортивном походе. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на туристском маршруте. Туристское снаряжение спортсмена. Основы теоретической, технической, тактической, морально-волевой, физической подготовки спортсмена.
2.7	«Туристическое многоборье»	Туристическое многоборье. Спортивная подготовка. Спортивная тренировка. Общие положения организация и проведение соревнований по туристическому многоборью. Дистанция туристического многоборья. Распределение обязанностей в команде. Организация туристского лагеря во время соревнований. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на дистанции туристского многоборья. Туристское снаряжение спортсмена-многоборца. Основы теоретической, технической, тактической, морально-волевой, физической подготовки спортсмена-многоборца.

5.2.1. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ
4 курс_VIII семестр

1. Тема: «Топографическая подготовка туриста» (4 часа):

План, карта, масштаб. Меридиан истинный и магнитный. Магнитный и небесный азимут. Карты для походов. Условные топографические знаки. Изображение рельефа с помощью горизонталей. Основные формы рельефа. Измерение расстояния по карте. Прокладка маршрутов. Отличие условных спортивных и топографических знаков. Спортивная карта и её особенности: масштаб, точность, полнота, быстрое старение, карты цветные и черно-белые. Топографическая карта, компас, ориентирование на местности. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов. Виды карт, общегеографические и тематические карты. Измерение расстояния по карте. Компас. Типы компасов. Устройство компасов. Способы ориентирования. Измерение расстояния на местности: шагами, геометрический, с помощью ладони, прямоугольного треугольника, по видимым размерам предмета, по его угловой величине, по величине его тени, глазомерным способом, по слышимости звука. Использование топографической карты в походе. Передвижение на местности с использованием карты, компаса и местных предметов. Изображение рельефа с помощью горизонталей. Основные формы рельефа. Измерение расстояния по карте. Ориентирование по местным предметам, солнцу и часам, луне, звездам. Ориентирование по компасу. Движения с использованием карты: масштаб, шкала высот, магнитное склонение. Определение азимута по карте. Измерение расстояний по карте. Выбор маршрута передвижения.

2. Тема: «Организация и проведение туристских походов со школьниками» (4 часа):

Нормативные документы по организации походов. Составление плана похода: постановка задачи, комплектование группы и распределение обязанностей, определение района похода, сбор сведений о районе, детальная разработка маршрута, составление плана, подбор личного и группового снаряжения, организация питания, составление сметы, оформление документации похода. Особенности комплектования групп и организация питания. Режим дня для туристов в походе, учет возрастных особенностей. Возраст и количественный состав групп. Продолжительность похода в зависимости от возрастной группы. Нормы переходов и нагрузки. Личная и общественная гигиена, врачебный контроль. Самоконтроль. Определение веса продуктов через его объем (кружкой, ложкой). Расчет веса и стоимости продукта на поход.

Влияние продолжительности варки продуктов на составление меню.

3. Тема: «Обеспечение безопасности в спортивном походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма» (6 часов):

Ответственность администрации и руководителя туристической группы за безопасное проведение похода. Возраст и количественный состав групп. Продолжительность похода в зависимости от возрастной группы. Нормы переходов и нагрузки. Основные причины травматизма и несчастных случаев в походе: неправильный выбор маршрута; несоответствующее снаряжение; недостаточная физическая, техническая, тактическая подготовка; утомление, неопытность, нарушение дисциплины, паника, внешние факторы, неопытность и самоуверенность руководителя, плохое изучение района похода, отсутствие необходимого картографического материала, неумение в ориентировании и т.д. Личная и общественная гигиена. Врачебный контроль. Предпоходный контроль, текущий (в походе). Самоконтроль. Действия туриста в экстремальной ситуации: дождь, буря, потеря ориентировки в лесу, жажда, лесной пожар, молния, утопающий, ядовитая змея и т.д. Травмы и их профилактика. Бивачные работы, предотвращение травм, болезней и порчи снаряжения. Походная аптечка, её содержание. Оказание первой медицинской помощи, лечебные травы. Первая медицинская помощь при переломах, кишечных заболеваниях, укусах змей и насекомых. Искусственное дыхание. Применение лечебных трав. Действия туриста в экстремальной ситуации. Травмы и их профилактика. Съедобные грибы, ягоды, травы. Бивачные работы, предотвращение травм. Первая медицинская помощь при переломах, кишечных заболеваниях, укусах змей и насекомых. Искусственное дыхание Действия туриста в экстремальной ситуации. Травмы и их профилактика. Спасательные работы в пешем туризме. Способы переноски пострадавшего: на руках, рюкзаках, носилках. Изготовление носилок из шестов, одеял, штормовок, спасательного мешка и т.д. Вязка носилок из жердей и вспомогательной веревки. Транспортировка пострадавшего в зимнем походе. Изготовление волокуш из подручных средств. Безопасность при бивачных работах. Работа с пилой и топором, их транспортировка.

4. Тема: «Виды спортивного туризма» (2 часа):

Плановый самодеятельный туризм. Классификация походов: в зависимости от их целей, по средствам передвижения и месту проведения. Степенные и категорийные походы. Пять основных видов спортивного туризма: пешеходный, горный, лыжный, водный, комбинированный. Краткая характеристика и специфика каждого вида. Акклиматизация. Техника преодоления естественных препятствий. Требования к снаряжению. Применение специального снаряжения. Узлы. Специфика пешеходного, горного, лыжного, водного, комбинированного туризма. Особенности организации и проведения походов каждого вида спортивного туризма. Техника и тактика движения в разных видах туризма. Движение по болоту. Преодоление водных препятствий. Преодоление препятствий на лыжах. Движение по снежному склону. Движение по ледовому склону. Движение по скалам. Наведение переправ. Виды узлов и их применение. Снаряжение в пешеходном походе, в лыжном походе, снаряжение туриста-горника. Выполнение технических приемов преодоления естественных и искусственных препятствий на соревнованиях и в походе. Обеспечение страховки при преодолении естественных препятствий. Наведение переправ. Туристские узлы. Подготовка инвентаря для различных видов туризма. Узлы для связывания веревок одинакового диаметра. Узлы для связывания веревок разного диаметра. Узлы для страховки. Узлы для привязывания веревок к опоре. Вспомогательные узлы. Вязка узлов, их прочность, назначение, использование.

5. Тема: «Правила соревнований в спортивном туризме» (4 часа):

Спортивный туризм. Туристско-спортивное соревнование. Класс длинных дистанций. Класс коротких дистанций. Класс нестандартных дистанций. Класс технических дистанций. Класс технических дистанций на искусственном рельефе. Подразделение классов дистанций по десяти основным видам спортивного туризма и категориям сложности. Виды соревнований, их классификация. Ранг, категория. Документация. Разряды и звания спортивного туризма. Разрядные требования длинной дистанции (походы). Правила проведения соревнований по спортивным походам. Правила проведения соревнований по туристскому многоборью. Единая

всероссийская спортивная классификация классификация. Положение о соревнованиях. Календари соревнований. Организация и проведение соревнований. Местность и дистанция в спортивном туризме. Судьи в спортивном туризме. Зачетная книжка спортсмена.

6. Тема: «Спортивный поход» (4 часа):

Спортивный поход. Спортивная подготовка. Спортивная тренировка. Общие положения организация и проведение спортивного похода. Классификация спортивного похода. Туристический маршрут. Маршрутный лист. Маршрутная книжка. Распределение обязанностей в туристской группе. Организация ночлега в спортивном походе. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на туристском маршруте. Туристское снаряжение спортсмена. Основы теоретической, технической, тактической, морально-волевой, физической подготовки спортсмена.

7.Тема: «Туристическое многоборье» (2 часа): Туристическое многоборье. Спортивная подготовка. Спортивная тренировка. Общие положения организация и проведение соревнований по туристическому многоборью. Дистанция туристического многоборья. Распределение обязанностей в команде. Организация туристского лагеря во время соревнований. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий на дистанции туристского многоборья. Туристское снаряжение спортсмена-многоборца. Основы теоретической, технической, тактической, морально-волевой, физической подготовки спортсмена-многоборца.

6. Образовательные технологии

№	**Вид и тема занятий** (лекция; пр. р.; лаб. р.)	**Используемые образовательные технологии**	**Количество часов**
1	**Лекция:** «Туризм в системе физического воспитания. История развития туризма»	«Лекция-визуализация»	2
2	**Практические занятия:** «Топографическая подготовка туриста»	«Кейс-технология»; «технология проектного обучения»	2
	Практические занятия: «Организация и проведение туристских походов со школьниками»	«Кейс-технология»; «технология проектного обучения»	2
	Практические занятия: «Обеспечение безопасности в спортивном походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма»	«Кейс-технология»; «технология проектного обучения»	2
	Практические занятия: «Спортивный поход»	«Кейс-технология»; «технология проектного обучения»	2
Итого			10

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

Очная форма обучения

№	**Наименование раздела дисциплины**	**Вид самостоятельной работы**	**Трудоемкость (в**	**Форма отчетности**

			академических часах)	
1	«Туризм в системе физического воспитания. История развития туризма»	Написание реферата	4	Реферат
2	«Топографическая подготовка туриста»	Написание реферата; проектные методико-практические задания	4	Реферат; Тестирование; проверка проектов
3	«Организация и проведение туристских походов со школьниками»	Написание реферата; проектные методико-практические задания	4	Реферат; тестирование; проверка проектов
3.1	«Обеспечение безопасности в спортивном походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма»	Конспектирование; написание реферата	6	Проверка конспектов; реферат;
4	«Виды спортивного туризма»	Написание реферата	4	Реферат
5	«Правила соревнований в спортивном туризме»	Конспектирование; написание реферата	6	Проверка конспектов; реферат; тестирование
6	«Спортивный поход»	Конспектирование; написание реферата; проектные методико-практические задания	6	Проверка конспектов; реферат; проверка проектов
7	«Туристическое многоборье»	Конспектирование; написание реферата	6	Проверка конспектов; реферат

Заочная форма обучения

№	Наименование раздела дисциплины	Вид самостоятельной работы	Трудоемкость (в академических часах)	Форма отчетности
1	«Туризм в системе физического воспитания. История развития туризма»	Написание реферата	6	Реферат
2	«Топографическая подготовка туриста»	Написание реферата; проектные методико-практические задания	6	Реферат; Тестирование; проверка проектов

3	«Организация и проведение туристских походов со школьниками»	Написание реферата; проектные методико-практические задания	6	Реферат; тестирование; проверка проектов
3.1	«Обеспечение безопасности в спортивном походе, врачебный и гигиенический контроль, профилактика травматизма»	Конспектирование; написание реферата	12	Проверка конспектов; реферат;
4	«Виды спортивного туризма»	Написание реферата	6	Реферат
5	«Правила соревнований в спортивном туризме»	Конспектирование; написание реферата	8	Проверка конспектов; реферат; тестирование
6	«Спортивный поход»	Конспектирование; написание реферата; проектные методико-практические задания	10	Проверка конспектов; реферат; проверка проектов
7	«Туристическое многоборье»	Конспектирование; написание реферата	8	Проверка конспектов; реферат

Примерная тематика реферативных работ

1. Роль туризма как эффективного средства физического воспитания.
2. Возникновение и развитие туризма в нашей стране.
3. Возникновение и развитие туризма в зарубежный странах.
4. Методика организации занятий по туризму с различными возрастными группами населения.
5. Организация питания в туристическом походе.
6. Этапы программы массовых соревнований по туризму в школе.
7. Методы контроля за состоянием спортсмена-туриста во время тренировочного процесса.
8. Организация похода со школьниками с экологической целью.
9. Организация похода со школьниками с патриотической целью.
10. Топографическая подготовка и ориентирование.
11. Начальная туристская подготовка.
12. Гигиена туриста.
13. Физическая и морально-волевая подготовка туриста.
14. Туристские соревнования.
15. Основы туризма и методика организации походов.
16. Основы ориентирования на местности.
17. Организация туристско-спортивных мероприятий и соревнований.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Виды литературы	Автор, название литературы, город, издательство, год	Количество часов, обеспеченных указанной литературой	Количество обучающихся	Количество экземпляров в библиотеке университета	Режим доступа ЭБС/ электронный носитель (CD, DVD)	Обеспеченность обучающихся литературой, (5тр./4тр.)х100%))
Основная литература	1.Спортивные игры [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие/ — Электрон. текстовые данные. — Калининград: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2010. — 63 с				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/23931	100%
	2. Лепѐшкин В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры [Электронный ресурс]/ Лепѐшкин В.А.— Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 100 с				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/40769	100%
	3. Спортивные игры : учебное пособие / составители А. Ю. Костарев [и др.]. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2002. — 60 с. — ISBN 5-87978-169-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система.				ЭБС Лань URL: https://e.lanbook.com/book/4333	100%
Дополнительная литература	1. Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие для бакалавров/ Луценко С.А.— Электрон. текстовые данные. — СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 2013.— 48 с.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/29966	
	2. Чертов Н.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Чертов Н.В.— Электрон. текстовые данные. — Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2012.— 118 с.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/47180	100%
	3.Шулятьев В.М. Физическая культура студента [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Шулятьев В.М., Побыванец В.С.— Электрон. текстовые данные. — М.: Российский университет дружбы народов, 2012.— 288 с.				ЭБС IPRbooks http://www.iprbookshop.ru/22227	100%
	4.Немеровский, В. М. Теория и методика обучения базовым видам спорта: лекции для обучающихся по основной образовательной программе по направлению подготовки 49.03.01 "Физическая культура" : учебно-методическое пособие / В. М. Немеровский ; под общей редакцией Ж. В. Никулиной. — Великие Луки : ВЛГАФК, 2019. — 321 с. — ISBN 978-5-00150-319-4. — Текст :				ЭБС Лань URL: https://e.lanbook.com/book/1	100%

	электронный // Лань : электронно-библиотечная система				51117	

8.2. Перечень Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Электронно-библиотечная система IPRbooks (www.iprbookshop.ru) (доступ с 09.02.2020 г. до 09.02.2023г. Договор № 6312/20).
2. Образовательная платформа «ЮРАЙТ» https://urait.ru/) (доступ с 06.08.2020 по 05.08.2021. Договор № 4343).
3. Электронно-библиотечная система «Лань» (https://e.lanbook.com/) (Договор № 20/21 от 01.02.2021г.)
4. МЭБ (Межвузовская электронная библиотека) НГПУ. (https://icdlib.nspu.ru/) (Договор о сотрудничестве с НГПУ от 21.07.2016г.)
5. НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU (https://www.elibrary.ru/)
6. СПС «КонсультантПлюс» (http://www.consultant.ru/)

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ представляется в виде перечня специализированных учебных аудиторий, имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники, программного обеспечения.

Специализированный зал по легкой атлетике, манеж, стадион, оснащѐнные следующей материально-технической базой: сектор для прыжков в длину (прыжковая яма, рулетка); сектор для прыжков высоту (гимнастические маты, стойки, планка, рулетка); сектор для метаний (ядро, малый мяч, сетка, рулетка); беговая дорожка (стартовые колодки, секундомер).

Учебная аудитория для лекционных и практических занятий:
Аудиторная доска – 1шт.,
стол -13,
стулья - 25,
интерактивная доска - 1шт,

8.3. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Очная форма обучения

8.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

9. ПРИМЕРЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Тема: «Топографическая подготовка туриста»

1. Умение читать топографическую карту – залог успешной подготовки и проведения похода. Каким цветом изображается земляной рельеф?

1) желтым;
2) красным;
3) коричневым;
4) черным;
5) голубым.

2. Разность высот двух соседних горизонталей называется

1) заложение;
2) высота сечения рельефа;
3) бергштрих;
4) тальвег.

3. Чтобы отобразить наиболее важные подробности рельефа используется … горизонталь:

1) утолщенная;
2) основная;
3) дополнительная.

4. Для спортивной карты характерны следующие признаки. (можно выбрать несколько вариантов ответа):

1) издается в крупных масштабах (1:15000, 1:10000);
2) имеет плотную «нагрузку» ориентирами;
3) имеет отметки абсолютных высот;
4) имеется километровая сетка.

5. Понятие «прямая засечка» означает

1) ориентирование карты;
2) определение азимута данного ориентира;
3) нахождение ориентиров по заданному азимуту;
4) угол между направлением на север и направлением на заданный предмет.

Тема: «Организация и проведение туристских походов со школьниками**»**

1. Для совершения многодневного (степенного) похода необходимы документы:

1)маршрутный лист, приказ образовательного учреждения (ОУ);
2) маршрутная книжка, приказ ОУ;
3) приказ ОУ.

2. Для совершения категорийного похода необходимы документы:

1)маршрутный лист, приказ образовательного учреждения (ОУ);
2) маршрутная книжка, приказ ОУ;
3) приказ ОУ.

3. Маршрутные документы для совершения категорийного похода подаются на рассмотрение и утверждение в:

1) МКК имеющую полномочия данной категории сложности;
2) Администрацию образовательного учреждения, проводящего поход;
3) никуда.

4. Вы собираетесь с группой детей в поход 1-ой степени сложности. Что из предложенного вы включите в список личного снаряжения? (можно выбрать несколько вариантов ответа):

1) рюкзак;
2) ботинки туристские;
3) альпеншток;
4) страховочная система;
5) спальный мешок.

5. Вам предстоит с группой детей пройти пешеходный маршрут 3-й степени сложности. Ваш ходовой день составляет:

1) 7-8 ч., причем две трети времени – до обеда;

2) не более 5-6 ч., причем две трети времени – до обеда;
3) не более 5-6 ч., большая часть движения – после обеда;
4) с обеда до позднего вечера.

6. Трудный походный день позади. Решено остановиться на ночлег. Вам необходимо выбрать место для привала. (можно выбрать несколько вариантов ответа):
1) вблизи населенных пунктов, у одиноко стоящих деревьев;
2) на поляне в лесу, место хорошо продуваемое, недалеко родник;
3) на поляне в лесу, рядом много сухостоя, недалеко родник;
4) в некотором отдалении от реки на возвышенной площадке;
5) в ложбине, недалеко от реки.

7. К внешним признакам брода относятся:
1) расширение реки на прямом его участке;
2) рябь на поверхности воды;
3) плесы, отмели, перекаты, островки;
4) тропы и дороги, спускающиеся к реке;
5) все вышеперечисленные признаки.

8. Переход реки вброд осуществляется:
1) в одном месте и по одному пути;
2) каждый самостоятельно выбирает место брода.

9. Как держать шест при переправе вброд?
1) вверх по течению;
2) вниз по течению;
3) безразлично как

Тема: «Правила соревнований в спортивном туризме»

1. Для выполнения юношеских разрядов организуются
1) ПВД;
2) степенные походы;
3) категорийные походы.

2. Основные документы необходимы при подготовке туристских соревнований:
1) положение;
2) информационный бюллетень;
3) положение и условие проведения.

3. Положение об областных туристских соревнованиях должно быть направлено организациям:
1) не позднее чем за 1 месяц;
2) за 2 месяца;
3) не позднее чем за 3 месяца.

4. Каким цветом обозначаются условные знаки дистанции:
а) белым;
б) черным;
в) красным;
г) жёлтым.

5. Какие виды работ относятся к бивачным работам? (можно выбрать несколько вариантов ответа):
1) выбор места для привала;
2) постановка палаток;
3) сооружение костра;
4) оборудование мусорных ям;
5) организация сушки одежды и обуви.

ВОПРОСЫ И КОМПЛЕКТ ТИПОВЫХ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ (ЗАЧЕТ)

ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ

4 курс VIII семестр

1. В чем заключается организация проведения соревнований по спортивному туризму.
2. Влияние занятия туризмом на организм занимающегося.
3. Движение по ледовому склону и скалам.
4. Действия участников при преодолении водной преграды различными способами.
5. Измерение расстояния по карте и на местности.
6. Календарный план соревнований по туризму.
7. Компас и способы работы с ним.
8. Комплектование туристской группы и их обязанности.
9. Методы контроля за состоянием организма спортсмена во время тренировочного процесса.
10. Назовите, что входит в бивачные работы.
11. Обязанности членов главной судейской коллегии (ГСК).
12. Описание местности по карте.
13. Определение масштаба карты.
14. Определение расстояния по карте.
15. Определение сложности дистанции.
16. Определение сторон горизонта по местным предметам.
17. Определение сторон горизонта по небесным светилам.
18. Организация и преодоление отдельных препятствий в туристском многоборье.
19. Организация и проведение соревнования по пешеходному туризму.
20. Организация ночлега в походе.
21. Организация питания на туристском маршруте.
22. Организация секции по туризму с детьми.
23. Ориентирование карты и определение своего точки стояния.
24. Ориентирование на местности по компасу.
25. Основные правила поведения на природе в туристском походе.
26. Основные разделы спортивной тренировки туриста.
27. Особенности выбора и подготовки снаряжения в туристических походах.
28. Особенности организации и проведения работ по туризму в школе.
29. Особенности организации питания в лыжном походе.
30. Особенности организации соревнований на контрольно-туристическом маршруте.
31. Особенности передвижения по снежному склону.
32. Особенности пешего туризма.
33. Отличия спортивной карты от топографической карты.
34. Разработка «Положения» о соревнованиях.
35. Разработка маршрута движения походной группы.
36. Разработка плана местности.
37. Расчет абсолютной высоты точки местности.
39. Связь курса «Спортивный туризм» с другими предметами школьного и вузовского цикла.
40. Составление сметы похода.
41. План подготовки туристского похода.
42. Положение о зимних (летних) соревнованиях по туризму для школьников.
43. Способы измерения расстояний до определенного предмета.
44. Способы изображения рельефа.
45. Технология подведения личных и командных результатов соревнований.
46. Топографическая карта. Масштаб карты.
47. Требования к месту проведения соревнований.
48. Туризм в системе воспитания школьников.

49. Туристские узлы и их назначение.
50. Туристское снаряжение.
51. Узлы на соревнованиях по туристскому многоборью.
52. Условные топографические знаки.
53. Факторы, влияющие на спортивную подготовку туриста.
54. Формы туристской работы с младшими школьниками.
55. Характеристика степенных и категорийных походов.
56. Характеристика условных топографических знаков.
57. Характеристика участка рельефа по карте.
58. Цели и задачи походов.

Процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Любое оценивание, проводимое в форме устного опроса, позволяет оценить знания и кругозор студента, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки. Устный опрос обладает большими возможностями воспитательного воздействия преподавателя в процессе непосредственного контакта, создавая условия для его неформального общения со студентом.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично») выставляется студенту, если - см. примечание;
- оценка – 2 балла («хорошо») выставляется студенту, если - см. примечание;
- оценка – 1 балл («удовлетворительно») выставляется студенту, если - см. примечание;
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно») выставляется студенту, если - см. примечание;

Примечание: уровень знаний, умений и навыков студента при устном ответе во время текущего/промежуточного контроля определяется оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» по следующим критериям:

Оценка «3» (отлично) ставится, если:

– полно раскрыто содержание материала;
– материал изложен грамотно, в определенной логической последовательности;
– продемонстрировано системное и глубокое знание программного материала;
– точно используется гимнастическая терминология;
– показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации;
– продемонстрировано усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов;
– ответ прозвучал самостоятельно, без наводящих вопросов;
– продемонстрирована способность творчески применять знание теории к решению профессиональных задач;
– продемонстрировано знание современной учебной и научной литературы;
– допущены одна-две неточности при освещении второстепенных вопросов, которые исправляются по замечанию.

Оценка «2» (хорошо) ставится, если:

– вопросы излагаются систематизировано и последовательно;
– продемонстрировано умение анализировать материал, однако не все выводы носят аргументированный и доказательный характер;
– продемонстрировано усвоение основной литературы;
– ответ удовлетворяет в основном требованиям на оценку «хорошо», но при этом имеет один из недостатков: в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие содержание ответа; допущены один-два недочета при освещении основного содержания ответа, исправленные по замечанию преподавателя; допущены ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, которые легко исправляются по замечанию преподавателя.

Оценка «1» (удовлетворительно) ставится, если:

– неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения материала;
– усвоены основные категории по рассматриваемому и дополнительным вопросам;
– имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии, исправленные после нескольких наводящих вопросов;
– при неполном знании теоретического материала выявлена недостаточная сформированность компетенций (умений и навыков), студент не может применить теорию в новой ситуации;
– продемонстрировано усвоение основной литературы.
Оценка «0» (неудовлетворительно) ставится, если:
– не раскрыто основное содержание учебного материала;
– обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала;
– допущены ошибки в определении понятий, при использовании терминологии, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов;
– не сформированы умения и навыки.

МАКЕТ
оформления методико-практических заданий
(*репродуктивный* уровень)
Кафедра _____

Методико-практические задания репродуктивного уровня по дисциплине «Туризм», в которых очевиден способ решения, усвоенный студентом ранее при изучении учебного материала (направлена на углубление и закрепление знаний студента, развитие практических умений):

Раздел: «Организация и проведение туристских походов со школьниками».
1. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала:
   1) составить меню похода;
   2) произвести расчет необходимого количества продуктов и приобрести их;
   3) осуществить подбор недостающего группового снаряжения;
   4) осуществить подбор должного индивидуального снаряжения;
   5) распределить обязанности в подгруппе во время похода.

Ожидаемые результаты:
1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.
2. Умение собирать, систематизировать и грамотно использовать практический материал в учебном процессе.
3. Умение самостоятельно решать практические задачи на основе изученных методов, приемов, технологий (обучающих алгоритмов).

Критерии оценки:
- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

МАКЕТ
оформления методико-практических заданий
(*репродуктивный* и *творческо-репродуктивный* уровни)
Кафедра _____

Проектные методико-практические задания по дисциплине «Туризм»: 1) *репродуктивный уровень*, в которых очевиден способ решения, усвоенный студентом ранее при изучении учебного материала, и 2) *творческо-репродуктивный уровень*, в которых студенты моделируют и реализуют собственные проекты, позволяющие осознать специфику профессионально-педагогической

деятельности педагога по физической культуре и спорту в рамках программного материала дисциплины.

Раздел: «Топографическая подготовка туриста».

1.1. Задание: на основе ранее усвоенного содержания учебного материала, составить индивидуальную шкалу измерений расстояний с помощью пар-шагов в заданном масштабе.

1.2. Задание: подготовить картографический планшет и необходимый канцелярский инструментарий.

2.1. Задание: произвести съемку указанной местности в условных знаках ИОФ с нанесением на рабочий материал.

2.2. Задание: вычертить авторский оригинал карты выбранного района местности в условных знаках и соблюдением заданного масштаба.

На предварительном этапе подготовки: самостоятельно разработать (используя ранее освоенные - «типовые схемы» и универсальный «алгоритм-инструкцию» по выполнению топографических работ - проект (модель-схему), включающий содержательную и технологическую компоненты топографических работ по подготовке карты местности.

Ожидаемые результаты:

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.

2. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников.

3. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать практический материал в учебном процессе.

4. Умение самостоятельно решать проблему/задачу на основе изученных методов, приемов, технологий.

Критерии оценки:

- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

МАКЕТ

оформления методико-практических заданий

(*творческо-репродуктивный* уровень)

Кафедра _____

Проектные методико-практические задания по дисциплине «Туризм»: студенты моделируют и реализуют собственные проекты, требующие соответственно решения на *проективно-технологической основе*, что способствует качественному формированию у студентов профессиональных компетенций, предметных знаний, умений и навыков.

Разработка студентом проектов основана на знании и владении *технологией дидактического проектирования*, что позволяет максимально приблизить условия профессиональной подготовки студентов к реальным условиям организации и проведения мероприятий спортивно-туристской направленности.

Раздел: «Спортивный поход».

1.1. Задание: выполнение проектной работы «Трехдневный самодеятельных поход с использованием активных средств передвижения».

На основе освоенных ранее - «алгоритм инструкции» проектирования и «модели конструирования операционно-деятельностного компонента» процесса планирования, организации и проведения подобных мероприятий:

- изучить нормативно-правовую базу туризма;
- разработать маршрут похода или путешествия с активными способами передвижения в любой точке РД продолжительностью не менее 3-х дней;

- разработать план-график преодоления маршрута;
- подготовить картографический материал;
- составить перечень группового и индивидуального снаряжения, медицинской аптечки;
- произвести распределение обязанностей в группе;
- составить меню похода;
- составить смету путешествия с учетом питания.

Ожидаемые результаты:

1. Умение извлекать и использовать основную учебно-методическую информацию из заданных теоретико-дидактических источников.
2. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников.
3. Умение собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать практический материал в учебном процессе.
4. Умение самостоятельно решать проблему/задачу на основе изученных методов, приемов, технологий.

Критерии оценки:
- оценка – 3 балла («отлично»);
- оценка – 2 балла («хорошо»);
- оценка – 1 балл («удовлетворительно»);
- оценка – 0 баллов («неудовлетворительно»).

МАКЕТ
оформления тем рефератов
Кафедра _____

Примерная тематика рефератов по дисциплине «Туризм» (в рамках СРС):
1. Роль туризма как эффективного средства физического воспитания.
2. Возникновение и развитие туризма в нашей стране.
3. Возникновение и развитие туризма в зарубежный странах.
4. Методика организации занятий по туризму с различными возрастными группами населения.
5. Организация питания в туристическом походе.
6. Этапы программы массовых соревнований по туризму в школе.

Критерии оценки: оценка – подготовить и защитить реферат - 1 балл.

Реферирование материала

Защита реферата - одна из форм проведения самостоятельной работы Она предполагает предварительный выбор интересующей проблемы, ее глубокое изучение, изложение результатов и выводов. Термин «реферат» имеет латинские корни и в дословном переводе означает «докладываю, сообщаю».

Требования к оформлению титульного листа. В правом верхнем углу указывается название учебного заведения, в центре - тема реферата, ниже темы справа - Ф.И.О. студента, курс, группа. Ф.И.О. руководителя, внизу - город и год написания.

Оглавление. Следующим после титульного листа должно идти оглавление.

Реферат следует составлять из четырех основных частей: введения, основной части, заключения и списка литературы.

Основные требования к введению. Введение должно включать в себя краткое обоснование актуальности темы реферата, которая может рассматриваться в связи с невыясненностью вопроса в науке, с его объективной сложностью для изучения, а также в связи с многочисленными теориями и спорами, которые вокруг нее возникают. В этой части необходимо также показать, почему данный вопрос может представлять научный интерес и какое может иметь практическое значение. Таким образом, тема реферата должна быть актуальна либо с научной точки зрения, либо из практических соображений. Очень важно, чтобы студент умел выделить цель (или несколько целей), а также задачи, которые требуется решить для реализации цели.

Введение должно содержать также краткий обзор изученной литературы, в котором указывается взятый из того или иного источника материал, анализируются его сильные и слабые стороны. Объем введения обычно составляет две-три страницы текста.
Требования к основной части реферата. Основная часть реферата содержит материал, который отобран для рассмотрения проблемы. Не стоит требовать очень объемных рефератов, превращая труд в механическое переписывание из различных источников первого попавшегося материала. Средний объем основной части реферата - 10 страниц. Преподавателю при рецензии, а студенту при написании необходимо обратить внимание на обоснованное распределение материала на параграфы, умение формулировать их название, соблюдение логики изложения. Основная часть реферата, кроме содержания, выбранного из разных литературных источников, также должна включать в себя собственное мнение студента и сформулированные самостоятельные выводы, опирающиеся на приведенные факты.
Требования к заключению. Заключение - часть реферата, в которой формулируются выводы по параграфам, обращается внимание на выполнение поставленных во введении задач и целей (или цели). Заключение должно быть четким, кратким, вытекающим из основной части. Объем заключения 2-3 страницы.
Основные требования к списку изученной литературы: источники должны быть перечислены в алфавитной последовательности (по первым буквам фамилий авторов или по названиям сборников). Необходимо указать место издания, название издательства, год издания.
Выставление оценки. В итоге оценка складывается из ряда моментов: соблюдения формальных требований к реферату грамотного раскрытия темы умения четко рассказать о представленном реферате; способности понять суть задаваемых по работе вопросов и сформулировать точные ответы на них.
Оценка работы с тестовыми заданиями:
0-20 % правильных ответов оценивается как «неудовлетворительно»;
30-50% - «удовлетворительно»;
60-80% - «хорошо»;
80-100% – «отлично»
Критерии оценки на промежуточной аттестации
Критерии оценки:
Оценка «зачтено» выставляется студенту при положительной оценке по двум показателям:
1) освоение практического раздела (результаты выполнения проектных методико-практических заданий);
2) теоретический раздел.
Освоение первого и второго разделов оценивается по рейтинговой системе учета успеваемости студентов (по результатам - посещения занятий, устных опросов, выполнение проектных методико-практических заданий, защиты реферата, тестирования). Шкала перевода суммы рейтинговых баллов в традиционную систему следующая:
от 0 до 50 баллов – «неудовлетворительно» (не зачтено);
от 51 и выше - «удовлетворительно» (зачтено).
Примечание: более подробно общие критерии оценивания видов деятельности студентов по разделам (модулям) дисциплины представлены в ФОС.

10.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины «Туризм и спортивное ориентирование»

10.1. Методические рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям.
Процесс изучения данной дисциплины «Туризм» строится на основе следующих принципов:
- принцип актуализации личного опыта, учитывающий, что туризм – практическая дисциплина, понимание которой может быть облегчено использованием практических примеров. Поэтому для достижения успешных результатов важна актуализация личного опыта ученичества. Пропуская практический материал через собственный образовательный опыт, можно не просто заучить учебный материал, но и понять, как его применить на практике;

- принцип субъектного знания, предполагающий глубокое осмысление и понимание учебного материала, обеспечивающий процесс перехода объективных знаний, в субъектные, личностно присвоенные. Для этого необходимо научиться осознанно и грамотно решать проблемы и задачи педагогической деятельности.

Одним из видов учебных занятий согласно требованиям учебного плана и рабочей программы – лекции. Несмотря на то, что лекция представляет собой монолог преподавателя и относительно пассивную позицию студента, следует обеспечить активную познавательную деятельность на учебных занятиях подобного вида. Для этого:

- заведите отдельную тетрадь для записи лекций по дисциплине;
- не старайтесь записывать дословно все, что говорит преподаватель, фиксируйте лишь самые главные мысли. Чтобы запомнить примеры, которые приводит преподаватель по ходу лекции, обозначайте их в скобках с помощью ключевых слов;
- не забывайте записывать тему лекции, ее план и литературу, которую предлагает преподаватель для дополнения и углубления знаний по изучаемой теме;
- ключевые понятия, их дефиниции выделяйте подчеркиванием, цветом или каким-либо другим способом;
- используйте в процессе записи лекции условные обозначения. Например: «!» - важно: «?» - уточнить в учебнике или задать вопрос педагогу; «+» – дополнить и т.д.;
- записывая лекционный материал, оставляйте широкие поля. Это позволит дополнить материал, уточнить его в случае необходимости;
- обязательно повторяйте предыдущий материал пред новой лекцией. При этом для лучшего усвоения и осознания материала можно выполнять различные задания: составить собственный план лекции, придумать свои примеры на основные теоретические положения, составить вопросы по материалу лекции, разработать опорный конспект.

Чем активнее Вы работаете с материалом лекции, тем лучше Вы его запоминаете и понимаете.

10.2. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям.

Один из видов учебных занятий, применяемых при изучении дисциплины «Туризм», – практические занятия. Программа по дисциплине предполагает аудиторные практические задания по изученному курсу. Студентам следует научиться:

Решать учебную и профессионально-ориентированную задачу путем проектирования (моделирования) реальной проблемной ситуации. Положительно решать типичные профессиональные задачи.

Иногда теоретические сведения освещаются в ходе практических занятий. Для этого необходима тетрадь. В данной тетради студент может записывать теоретические положения, самостоятельные конспекты из учебника, готовиться к практическим заданиям по дисциплине.

10.3. Методические рекомендации по подготовке к устному опросу студентов.

При устном опросе устанавливается непосредственный контакт между преподавателем и студентами, в процессе которого преподаватель получает широкие возможности для изучения индивидуальных возможностей усвоения студентами учебного материала.

Фронтальный опрос проводится в форме беседы преподавателя с группой. Опрос сочетается с повторением пройденного являясь средством для закрепления знаний и умений. Его достоинство в том, что в активную умственную работу можно вовлечь всех студентов группы. С помощью фронтального опроса преподаватель имеет возможность проверить выполнение студентами самостоятельных внеаудиторных заданий, выяснить готовность группы к изучению нового материала, определить сформированность компетенций: основных понятий, усвоение нового учебного материала, который только что был разобран на занятии.

Индивидуальный опрос предполагает обстоятельные, связные ответы студентов на вопрос, относящийся к изучаемому учебному материалу, поэтому он служит важным средством развития профессиональной речи, памяти, мышления студентов.

В целях рационального использования учебного времени планируется проведение комбинированного опроса, сочетающего устный опрос с практическим показом.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Программы образовательные, рабочая программа дисциплины «Туризм и спортивное ориентирование», поурочные (рабочие) планы.
2. Мультимедийная аудитория: компьютер, проектор, проекционный экран.
3. Туристическое оборудование и инвентарь: туристическое снаряжение, набор верёвок для вязания узлов, туристические палатки, комплект для приготовления пищи, туристические рюкзаки, медицинская аптечка, перевязочные средства, разномасштабные географические карты, спортивные карты.
4. Видеофильмы, плакаты, стенды, слайды по различным разделам учебной программы.
5. Учебники, учебно-методические пособия, методические рекомендации и разработки.
6. Зачетные требования по курсу обучения. Методические рекомендации по самостоятельной работе студента, графики контроля.
7. Тексты: государственных образовательных стандартов общего среднего образования по физической культуре; обязательного минимума содержания среднего общего образования образовательной области «Физическая культура»; Закона РФ «Об образовании»; основ законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте.

Учебная аудитория для лекционных и практических занятий:
Аудиторная доска – 1шт.,
стол -13,
стулья - 25,
интерактивная доска - 1шт,
ноутбук - 1шт,
проектор – 1шт.

Автор рабочей программы дисциплины (модуля):

Зав. каф. Дунаев К.Ш.

Директор библиотеки Арсагириева Т.А.