

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»  
Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра игровых и циклических видов спорта

УТВЕРЖДАЮ:  
Декан факультета



А. В. Савельев

«20» января 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине Б1.О.6 Туризм

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 - Физическая культура

Профиль/направленность/специализация: Спортивный менеджмент

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2020

**Автор программы:**

Кандидат педагогических наук, доцент Кейно Александр Юрьевич

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Министерства образования и науки РФ от «19» сентября 2017 г. № 940).

Рабочая программа принята на заседании Кафедры игровых и циклических видов спорта «18» декабря 2020 г. Протокол № 4

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «20» января 2021 г. № 4.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавра.....	4
3. Объем и содержание дисциплины.....	5
4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства.....	8
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	17
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	19
7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	19

## 1. Цели и задачи дисциплины

### 1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

### 1.2 Типы задач профессиональной деятельности, к которым готовятся обучающиеся в рамках освоения дисциплины:

- нормотворческая
- правоохранительная
- правоприменительная
- экспертно-консультационная

### 1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: Обеспечение законности и правопорядка, Разработка и реализация правовых норм

### 1.4 В результате освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы:

Обобщенные трудовые функции / трудовые функции / трудовые или профессиональные действия (при наличии профстандарта)	Код и наименование компетенции ФГОС ВО, необходимой для формирования трудового или профессионального действия	Индикаторы достижения компетенций
	УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Анализирует реализацию проекта в целом и выбирает оптимальный способ решения оставленных задач, исходя из имеющихся ресурсов и ограничений

### 1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения					
		Очная (семестр)			Заочная (семестр)		
		2	6	7	2	6	7
1	Введение в проектную деятельность	+			+		
2	Основы менеджмента		+	+		+	+
3	Профилактика применения допинга	+			+		

## 2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Туризм» относится к обязательной части учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура.

Дисциплина «Туризм» изучается в 4 семестре.

### 3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины: 3 з.е.

Очная: 3 з.е.

Заочная: 3 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)	Заочная (всего часов)
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
Контактная работа	40	12
Лекции (Лекции)	-	4
Практические (Практ. раб.)	40	8
Самостоятельная работа (СР)	68	92
Зачет	-	4

### 3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.						Формы текущего контроля
		Лекции		Практ. раб.		СР		
		О	З	О	З	О	З	
4 семестр								
1	Узлы и обвязки, укладка рюкзака. Использование личного снаряжения, его ремонт. Разбивка бивака, установка палатки.	-	-	8	2	8	10	Опрос
2	Оказание доврачебной помощи пострадавшим. Транспортировка пострадавших подручными средствами	-	-	8	2	8	10	Опрос; Тестирование
3	Способы наведения переправы через реку, овраг, болото.	-	-	4	2	8	10	Собеседование
4	Виды и способы страховки	-	-	4	2	8	10	Опрос; Тестирование
5	Техника и тактика прохождения маршрута по пересеченной местности	-	-	4	-	8	10	Опрос

6	Физическая подготовка. Упражнения для развития физических качеств общей и специальной направленности в туризме	-	-	4	-	8	10	Собеседование; Тестирование
7	Обучение технике туризма	-	-	4	-	10	20	Собеседование
8	Обучение тактике туризма	-	-	4	-	10	12	Опрос
9	Особенности организации спортивной работы по туризму в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста	-	2	-	-	-	-	Опрос; Тестирование
10	Планирование спортивной тренировки в туризме, Подготовка конспекта тренировочного занятия.	-	2	-	-	-	-	Опрос

### **Тема 1. Узлы и обвязки, укладка рюкзака. Использование личного снаряжения, его ремонт. Разбивка бивака, установка палатки. (УК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Разновидности узлов и обвязок. Способы их применения. Использование узлов и обвязок в туристском походе. Правила укладки рюкзака. Основные требования, предъявляемые к личному снаряжению, ремонт личного снаряжения и его оборудование. Требования к правильной установке палатки. Меры безопасности при разбивке бивуака. Разбивка лагеря в весенне-летний и осенне-зимний периоды. Использование дополнительных средств, при разбивке бивуака.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Работа с литературой.
2. Углубленное изучение материалов темы.

### **Тема 2. Оказание доврачебной помощи пострадавшим. Транспортировка пострадавших подручными средствами (УК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Оказание доврачебной помощи пострадавшим в различных условиях и ситуациях связанных с туристской деятельностью. Септики и антисептики. Виды и способы транспортировки: один - одного, двое - одного, группа – одного. Требования безопасности при транспортировке пострадавшего. Транспортировка при спусках и подъемах.

### **Задания для самостоятельной работы.**

- 1 1. Организация условий оказания помощи.
- 2 2. Требования к подручным средствам.

### **Тема 3. Способы наведения переправы через реку, овраг, болото. (УК-2)**

#### **Задания для самостоятельной работы.**

- 1 1. Работа с литературой.
- 2 2. Углубленное изучение материалов темы.

### **Тема 4. Виды и способы страховки (УК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Виды страховки: самостраховка, индивидуальная страховка, групповая страховка. Способы нижней страховки. Использование дополнительных средств, при верхней и нижней страховке. Применение и использование специальных средств страховки.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

- 1 1. Работа с литературой.
- 2 2. Углубленное изучение материалов темы.

### **Тема 5. Техника и тактика прохождения маршрута по пересеченной местности (УК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Техника в туристском походе. Планирование нагрузки в походе. Режим походного дня. Темп, ритм и порядок движения. Техника движения и преодоления препятствий в пешеходном походе. Движение по тропам склонам и зарослям. Преодоление водных преград и заболоченных участков. Страховка и самостраховка. Узлы, используемые в туристской практике, при прохождении препятствий на маршруте.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Работа с литературой.
2. Углубленное изучение материалов темы

### **Тема 6. Физическая подготовка. Упражнения для развития физических качеств общей и специальной направленности в туризме (УК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Развитие двигательных качеств путем использование физических упражнений на силу, быстроту, выносливость, гибкость, ловкость, координацию. Прием контрольных нормативов. Развитие и совершенствование специальных физических качеств: скорости реакции, восприятия, ориентирования в пространстве, чувства положения тела, технико-тактического мышления, управления психическим состоянием.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

1. Работа с литературой.
2. Углубленное изучение материалов темы.

### **Тема 7. Обучение технике туризма (УК-2)**

#### **Практическое занятие.**

Техника преодоления естественных препятствий. Техника бивачных работ. Техника спасательных работ. Техника ориентирования на местности. Техника переправ.

#### **Задания для самостоятельной работы.**

- 1 Работа с литературой.
- 2 Углубленное изучение материалов темы.

### **Тема 8. Обучение тактике туризма (УК-2)**

### Практическое занятие.

Составляющие тактики туризма: выбор плана похода по показателям протяженности, продолжительности, количеству и качеству естественных препятствий; запасные и аварийные варианты основного плана походной программы; комплектование группы; выбор материально-технического обеспечения; выбор походного режима; выбор пути с определением характера рельефа местности.

### Задания для самостоятельной работы.

1. Работа с литературой.
2. Углубленное изучение материалов темы.

### Тема 9. Особенности организации спортивной работы по туризму в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста (УК-2)

### Тема 10. Планирование спортивной тренировки в туризме, Подготовка конспекта тренировочного занятия. (УК-2)

## 4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

### 4.1. Распределение баллов:

4 семестр

- посещаемость – 10 баллов
- текущий контроль – 70 баллов
- контрольные срезы – 2 среза по 10 баллов каждый
- премиальные баллы – 30 баллов

### Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Мак. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки
1.	Узлы и обвязки, укладка рюкзака. Использование личного снаряжения, его ремонт. Разбивка бивака, установка палатки.	Опрос	5	5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы. 3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов. 1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.



2.	Оказание доврачебной помощи пострадавшим. Транспортировка пострадавших подручными средствами	Опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование	10	<p>10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
3.	Способы наведения переправы через реку, овраг, болото.	Собеседование	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>
4.	Виды и способы страховки	Опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>

5.	Техника и тактика прохождения маршрута по пересеченной местности	Опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>
6.	Физическая подготовка. Упражнения для развития физических качеств общей и специальной направленности и в туризме	Собеседование	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование	10	<p>10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
7.	Обучение технике туризма	Собеседование	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>
8.	Обучение тактике туризма	Опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>

9.	Особенности организации спортивной работы по туризму в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста	Опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>
		Тестирование(контрольный срез)	10	<p>10 баллов – студент правильно отвечает на 75-100% вопросов в тесте</p> <p>7 баллов – студент правильно отвечает на 50-74% вопросов в тесте</p> <p>4 балла – студент правильно отвечает на 25-50% вопросов в тесте.</p> <p>Менее 25% правильных ответов баллов не дает</p>
10.	Планирование спортивной тренировки в туризме, Подготовка конспекта тренировочного занятия.	Опрос	5	<p>5 баллов – студент умеет сопоставить полученную при подготовке к практическому занятию информацию, сравнивать разные точки зрения на анализируемую проблему, умеет четко отвечать на задаваемые ему вопросы.</p> <p>3 балла - студент умеет применять полученную при подготовке к практическому занятию информацию, отвечать на большинство вопросов.</p> <p>1 балл – студент владеет теоретическим материалом по теме практического занятия, иногда затрудняется при ответе на вопросы, не умеет сформулировать свою точку зрения на обсуждаемую тему</p> <p>Если студент не владеет проблематикой практического занятия, не может отвечать на вопросы – ответ баллами не оценивается.</p>
11.	Посещаемость		10	<p>10 баллов – студент посетил все 100% занятий</p> <p>7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий</p> <p>4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий</p> <p>1-3 балла – студент посетил не менее 25% занятий</p> <p>Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются</p>
12.	Премиальные баллы		30	<p>Дополнительные премиальные баллы могут быть начислены:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- постоянная активность во время практических занятий – 10 баллов;</li> <li>- участие с докладом и презентацией по тематике изучаемой дисциплины – 10 баллов;</li> <li>- полностью подготовленная к публикации статья по тематике в рамках дисциплины – 10 баллов.</li> </ul>
13.	Итого за семестр		100	

Итоговая оценка по зачету выставляется в 100-балльной шкале и в традиционной четырехбалльной шкале. Перевод 100-балльной рейтинговой оценки по дисциплине в традиционную четырехбалльную осуществляется следующим образом:

100-балльная система	Традиционная система
50 - 100 баллов	Зачтено
0 - 49 баллов	Не зачтено

#### 4.2 Типовые оценочные средства текущего контроля

## Опрос

Тема 1. Узлы и обвязки, укладка рюкзака. Использование личного снаряжения, его ремонт. Разбивка бивака, установка палатки.

1. Отображение рельефа на топографических картах.
2. Картографическая генерализация. Туристские схемы.
3. Ориентирование на маршруте. Основные ориентиры.

Тема 2. Оказание доврачебной помощи пострадавшим. Транспортировка пострадавших подручными средствами

1. Ориентирование карты на местности. Определение точки стояния.
2. Компас, разновидности и характеристика. Понятие азимута, движение по азимуту.
3. Методы определения сторон света и азимута без компаса.
4. Определение расстояний на местности.

Тема 4. Виды и способы страховки

1. Спальные мешки. Разновидности, характеристика.
2. Туристские рюкзаки. Разновидности, характеристика.
3. Укладка рюкзака. Основные ошибки и их последствия.
4. Общественное снаряжение группы туристов.
5. Палатки. Разновидности, характеристика.
6. Походная аптечка. Основные составляющие и их назначение.

Тема 5. Техника и тактика прохождения маршрута по пересеченной местности

1. Организация движения на маршруте. Режим движения, привалы.
2. Техника преодоления основных препятствий: сухопутные препятствия (склоны, завалы, заболоченные участки).
3. Техника преодоления основных препятствий: водные препятствия (переправы).
4. Привалы, биваки, лагеря. Разновидности, требования, техника обустройства.
5. Костер. Виды костров, приготовление пищи.
6. Техника установки палатки. Размещение туристов в палатке.

Тема 8. Обучение тактике туризма

1. Объективные и субъективные причины несчастных случаев. Роль человеческого фактора. Профилактика несчастных случаев.
2. Медицинское обеспечение в походе. Медицинский контроль и противопоказания к участию в туристских походах.

Тема 9. Особенности организации спортивной работы по туризму в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста

1. Основные виды травм в походе и оказание экстренной помощи. Заболевания в походе и оказания экстренной помощи.

Тема 10. Планирование спортивной тренировки в туризме, Подготовка конспекта тренировочного занятия.

1. Энцефалитный клещ – профилактика укусов.

## Собеседование

Тема 3. Способы наведения переправы через реку, овраг, болото.

1. Организация питания в походе, энергетическая ценность и ассортимент продуктов.
2. Упаковка и хранение продуктов в походе.
3. Режим питания в походе.
4. Индивидуальное снаряжение туриста, основные требования.

Тема 6. Физическая подготовка. Упражнения для развития физических качеств общей и специальной направленности в туризме

1. Природоохранные мероприятия в походе.
2. Условия выполнения разрядных требований в туризме.
3. Соревнования в спортивном туризме, их разновидности и организация.
4. Соревнования по туристской технике, основные этапы. Соревнование по глазомерной топографической съемке.
5. Туристский слет, порядок проведения и требования к обеспечению безопасности.
6. Полевой туристский лагерь. Цели и порядок его организации.

Тема 7. Обучение технике туризма

1. Требования к оборудованию базового лагеря. Зоны, выделяемые в лагере.
2. Обеспечение безопасности в туристском походе. Основной принцип безопасного похода – постепенный набор опыта.

### Тестирование

Тема 2. Оказание доврачебной помощи пострадавшим. Транспортировка пострадавших подручными средствами

#### 1. Кто в группе отвечает за питание?

- 2 Руководитель.
- 3 Завхоз
- 4 Реммастер
- 5 Медик
- 6 Хронометрист

#### 2. Кто в группе контролирует время (ходовое)?

1. Реммастер
2. Руководитель
3. Медик
4. Хронометрист
5. Завхоз

#### 3. Кто в группе отвечает за ремонт и подготовку снаряжения?

1. Реммастер
2. Медик
3. Завхоз
4. Хронометрист
5. Руководитель

#### 4. Кто отвечает в группе за доврачебную медицинскую помощь?

1. Руководитель
2. Медик
3. Завхоз
4. Хронометрист
5. Фотограф

#### 5. Кто в походе отвечает за жизнь и безопасность?

1. Руководитель
2. Завхоз
3. Медик
4. Хронометрист
5. Реммастер

#### Тема 4. Виды и способы страховки

##### **1. Что относится к личному снаряжению?**

- 2 Палатка.
- 3 Рюкзак.
- 4 Котелок.
- 5 Куртка.
- 6 Нож.

##### **2. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?**

- 1.Свитер.
2. Картографический материал.
3. Веревка.
4. Велосипед.
5. Топор.

##### **3. Что относится к специальному снаряжению?**

- 2 Лыжи.
- 3 Ботинки.
- 4 Коврик.
- 5 Бахилы.
- 6 Спальник групповой.

##### **4. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке?**

- 3 Кроссовки.
- 4 Свитер.
- 5 Носки шерстяные.
- 6 Белую рубашку.
- 7 Шапку.

##### **5. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?**

- 1 Кружки.
- 2 Куртки.
- 3 Котелок.
- 4 Лыжи.
- 5 Рукавицы.

#### Тема 6. Физическая подготовка. Упражнения для развития физических качеств общей и специальной направленности в туризме

##### **1. Какие действия у костра могут привести к травме (ожогу)?**

- 4 Сушка обуви.
- 5 Махание горячей веткой.
- 6 Борьба за место у костра.
- 7 Бег вокруг костра.
- 8 Чтение книги.

##### **2. Каков порядок установки палатки?**

- 5 Застегнуть вход палатки.
- 6 Вынуть палатку из чехла.

- 7 Натянуть и закрепить боковые оттяжки.
- 8 Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек.
- 9 Растянуть и закрепить днище палатки.
- 10 Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.

### **3. Каков порядок сборки палатки?**

1. Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку.
  - 1 Взавшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька.
  - 2 Уложить в чехол.
  - 3 Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние.
  - 4 Уложить на землю и свернуть.

### **4. В какой последовательности надо завалить дерево толщиной 25 – 30 см. и более?**

1. Сделать подруб запила (со стороны 1/ 3 ).
2. Определить естественный наклон дерева.
3. Когда дерево начнет падать, отойти в сторону.
4. Сделать надпил на 1 / 3 толщины ствола со стороны, куда надо завалить дерево.
5. С другой стороны на 10 – 15 см. выше первого сделать надпил, пока оба надпила не совместятся.

### **5. Что нельзя делать, когда валишь дерево?**

- 1 Проверять насадку топора.
- 2 Ничего.
- 3 Все можно делать.
- 4 Раскачивать подпиленное дерево.
- 5 Подрубать первый надпил.

Тема 9. Особенности организации спортивной работы по туризму в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста

### **1. Какие узлы используются для вязки петель?**

1. Прямой.
2. Восьмерка.
3. Булинь.
4. Ткацкий.
5. Штык.

### **2. Какие узлы используются для связывания веревок одного диаметра?**

1. Прямой.
2. Двойной проводник.
3. Ткацкий.
4. Булинь.
5. Встречный.

### **3. Какие узлы используются для связывания веревок разного диаметра?**

1. Академический.
2. Ткацкий.
3. Прямой.
4. Встречный.
5. Брамшкотовый.

### **4. Какие узлы не требуют завязывания на концах веревки контрольных узлов?**

1. Восьмерка.
2. Встречный.
3. Ткацкий.

4. Прямой.

5. Проводник.

**5. Какой из узлов предназначен для связывания веревок одного диаметра, подвержен саморазвязыванию и сильно затягивается?**

1. Встречный.

2. Проводник.

3. Булинь.

4. Прямой.

5. Схватывающий.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

### **Типовые вопросы зачета (УК-2)**

1. Принципы определения туризма. Понятия путешествия. Современные представления о феномене туризма.

2. Туристский продукт. Туроператоры и турагенты, особенности их деятельности.

3. Рекреационное и спортивное направления туризма, их характеристика.

4. Виды туризма и их особенности. Типология туристов.

5. Предыстория туризма. Античный туризм, туризм средних веков.

6. Этапы развития туризма в России, их характеристика.

7. Развитие детско-юношеского туризма

8. Организация самостоятельного туризма в СССР

9. Современное состояние индустрии туризма в России.

10. Современное состояние мирового туризма. Туристские регионы, их характеристика.

11. Рекреационный туризм, его содержание и формы.

12. Курортный туризм, компоненты санаторно-курортной сети.

13. Курортные зоны и курортные агломерации в России.

14. Курортный потенциал Сибири.

15. Зарубежные курорты, их характеристика и перспективность для российского туризма.

16. Экологический туризм, его основные принципы. Национальные парки.

17. Экологический поход, маршруты и особенности.

18. Религиозный туризм, его разновидности. Основные направления религиозного туризма в России и в мире.

19. Образовательный туризм, его разновидности.

20. Деловой туризм, его разновидности. Понятие business travel.

21. Содержание и формы спортивного туризма, особенности туризма как вида спорта.

22. Экстремальный туризм, его особенности и разновидности.

23. Индустрия спортивного туризма.

24. Основы туристского законодательства. Федеральный реестр туроператоров. Государственные стандарты в туризме.

25. Гарантии обеспечения безопасности в туризме.

26. Международное туристское право. Международные организации в туризме.

27. Особенности экономики и менеджмента в туризме. Специфические свойства туристской услуги.

28. Информационные технологии в туризме, их характеристика.

29. Современные системы бронирования туристских услуг.

30. Туристские услуги в интернет. Продвижение туристских услуг в сети, сайты туристических агентств.

31. Туристская подготовка и тренировка; их основные задачи в приложении к спортивно-оздоровительному туризму.



32. Содержание, разделы и этапы туристской подготовки.
33. Структура тренировочного процесса в туризме, цикличность и сезонность.
34. Техника туризма, ее основные элементы.
35. Тактика туризма, ее основные элементы.
36. Психологическая тактика руководства туристической группой.
37. Понятие туристского похода, их классификация.
38. Одно-трехдневный поход (поход выходного дня). Разновидности маршрутов походов выходного дня.
39. Классические маршруты походов выходного дня.
40. Маршруты рекреационно-оздоровительных походов, их характеристика.
41. Маршруты многодневных спортивных походов, их характеристика.
42. Маршрутно-квалификационные комиссии, их организация, задачи и порядок деятельности.
43. Выбор района и составление плана похода.
44. Подготовка походной документации. Маршрутный лист.
45. Подготовка отчета о прохождении маршрута. Требования к отчету, порядок и сроки представления.
46. Формирование тургруппы, распределение обязанностей.
47. Финансовое обеспечение похода. Составление сметы.
48. Карты местности, их классификация, топографические карты.
49. Картографические проекции. Масштаб карт.
50. Условные обозначения на топографических картах.

#### **Типовые задания для зачета (УК-2)**

1. Как руководитель пешеходного туристского похода группы в 6-8 человек отберете снаряжение, относящееся к групповому.
2. Какое снаряжение для туристического похода группы взрослых в 6-8 человек считается личным.
3. Какое снаряжение для туристического похода группы взрослых в 6-8 человек относится к групповому.
4. Какое определение подходит к термину «бивак».

#### **4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации**

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	УК-2	Анализирует реализацию проекта в целом и выбирает оптимальный способ решения оставленных задач, исходя из имеющихся ресурсов и ограничений
«не зачтено» (0 - 49 баллов)	УК-2	не способен анализировать реализацию проекта в целом и не может выбирать оптимальный способ решения оставленных задач, исходя из имеющихся ресурсов и ограничений

### **5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

#### **5.1 Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся:**

Приступая к изучению дисциплины, в первую очередь обучающимся необходимо ознакомиться содержанием рабочей программы дисциплины (РПД), которая определяет содержание, объем, а также порядок изучения и преподавания учебной дисциплины, ее раздела, части.

Для самостоятельной работы важное значение имеют разделы «Объем и содержание дисциплины», «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» и «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы».

В разделе «Объем и содержание дисциплины» указываются все разделы и темы изучаемой дисциплины, а также виды занятий и планируемый объем в академических часах.

В разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» указана рекомендуемая основная и дополнительная литература.

В разделе «Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы» содержится перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины.

## 5.2 Рекомендации обучающимся по работе с теоретическими материалами по дисциплине

При изучении и проработке теоретического материала необходимо:

- просмотреть еще раз презентацию лекции в системе MOODLe, повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной дополнительной литературы;
- при самостоятельном изучении теоретической темы сделать конспект, используя рекомендованные в РПД источники, профессиональные базы данных и информационные справочные системы;
- ответить на вопросы для самостоятельной работы, по теме представленные в пункте 3.2 РПД.
- при подготовке к текущему контролю использовать материалы фонда оценочных средств (ФОС).

## 5.3 Рекомендации по работе с научной и учебной литературой

Работа с основной и дополнительной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к дебатам, тестированию, экзамену. Она включает проработку лекционного материала и рекомендованных источников и литературы по тематике лекций.

Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, в том числе с опорой на размещенные в системе MOODLe презентации, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект может быть выполнен в рамках распечатки выдачи презентаций лекций или в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом.

В процессе работы с основной и дополнительной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы).

## 5.4. Рекомендации по подготовке к отдельным заданиям текущего контроля

Собеседование предполагает организацию беседы преподавателя со студентами по вопросам практического занятия с целью более обстоятельного выявления их знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Все члены группы могут участвовать в обсуждении, добавлять информацию, дискутировать, задавать вопросы и т.д.

Устный опрос может применяться в различных формах: фронтальный, индивидуальный, комбинированный. Основные качества устного ответа подлежащего оценке:

- правильность ответа по содержанию;
- полнота и глубина ответа;
- сознательность ответа;
- логика изложения материала;
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи;
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе;

- использование дополнительного материала;
- рациональность использования времени, отведенного на задание.

Устный опрос может сопровождаться презентацией, которая подготавливается по одному из вопросов практического занятия. При выступлении с презентацией необходимо обращать внимание на такие моменты как:

- содержание презентации: актуальность темы, полнота ее раскрытия, смысловое содержание, соответствие заявленной темы содержанию, соответствие методическим требованиям (цели, ссылки на ресурсы, соответствие содержания и литературы), практическая направленность, соответствие содержания заявленной форме, адекватность использования технических средств учебным задачам, последовательность и логичность презентуемого материала;
- оформление презентации: объем (оптимальное количество), дизайн (читаемость, наличие и соответствие графики и анимации, звуковое оформление, структурирование информации, соответствие заявленным требованиям), оригинальность оформления, эстетика, использование возможности программной среды, соответствие стандартам оформления;
- личностные качества: ораторские способности, соблюдение регламента, эмоциональность, умение ответить на вопросы, систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- содержание выступления: логичность изложения материала, раскрытие темы, доступность изложения, эффективность применения средств ИКТ, способы и условия достижения результативности и эффективности для выполнения задач своей профессиональной или учебной деятельности, доказательность принимаемых решений, умение аргументировать свои заключения, выводы.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **6.1 Основная литература:**

1. Соколова М.В. История туризма : учебное пособие для студентов вузов. - 3-е изд., испр.. - Москва: Издательский центр "Академия", 2006. - 350, [2] с.
2. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование : Учеб. пособие для вузов. - М.: Академия, 2001. - 208 с.

### **6.2 Дополнительная литература:**

1. Китманов В.А. Туризм и спортивное ориентирование : УМК по спец.: физическая культура и спорт для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. - Тамбов: [Изд-во ТГУ], 2009. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
2. Трухачев А. В., Таранова И. В. Туризм. Введение в туризм : учебник. - Ставрополь: Ставропольский государственный аграрный университет, 2013. - 396 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233099>

### **6.3 Иные источники:**

1. Министерство спорта Российской Федерации - <https://minsport.gov.ru/>
2. Библиотека научной и учебной литературы - <http://sbiblio.com>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Для проведения занятий по дисциплине необходимо следующее материально-техническое обеспечение: учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы.

Учебные аудитории и помещения для самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы укомплектованы компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Для проведения занятий лекционного типа используются наборы демонстрационного оборудования, обеспечивающие тематические иллюстрации (проектор, ноутбук, экран/ интерактивная доска).

Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

Microsoft Office Профессиональный плюс 2007

Microsoft Windows 10

Операционная система "Альт Образование"

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: <https://elibrary.ru>
2. Российская государственная библиотека. – URL: <https://www.rsl.ru>
3. Российская национальная библиотека. – URL: <http://nlr.ru>
4. Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина. – URL: <https://www.prlib.ru>
5. Электронный каталог Фундаментальной библиотеки ТГУ. – URL: <http://biblio.tsutmb.ru/elektronnyij-katalog>
6. Юрайт: электронно-библиотечная система. – URL: <https://urait.ru>

### **Электронная информационно-образовательная среда**

[https://auth.tsutmb.ru/authorize?response\\_type=code&client\\_id=moodle&state=xyz](https://auth.tsutmb.ru/authorize?response_type=code&client_id=moodle&state=xyz)

Взаимодействие преподавателя и студента в процессе обучения осуществляется посредством мультимедийных, гипертекстовых, сетевых, телекоммуникационных технологий, используемых в электронной информационно-образовательной среде университета.