Приложение 5

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»
Факультет физической культуры и спорта
Кафедра организации тренерской деятельности

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета



А. В. Савельев
«17» июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине Б1.В.9 Туризм и спортивное ориентирование

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 - Физическая культура

Профиль/направленность/специализация: Спортивная тренировка

Уровень высшего образования: бакалавриат

Квалификация: Бакалавр

год набора: 2026

Тамбов, 2026

Автор программы:
Кандидат педагогических наук, доцент Пугачев Игорь 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 организации тренерской деятельности «16» июня 2026 г. Протокол № 11

Рассмотрена и одобрена на заседании Ученого совета Факультета физической культуры и спорта, Протокол от «17» июня 2026 г. № 10.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины…… 4

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата……. 5

3. Объем и содержание дисциплины…… 5

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства…… 9

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)…….. 22

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины…… 23

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы……. 24

1. Цели и задачи дисциплины

1.1 Цель дисциплины – формирование компетенций:

ПК-1 Способен формировать разностороннюю общую и специальную физическую, технико-тактическую, психологическую и теоретическую подготовленность обучающихся в соответствии с дополнительными общеобразовательными программами в области физической культуры и спорта

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

- педагогический
- тренерский

1.3 Дисциплина ориентирована на подготовку обучающихся к профессиональной деятельности в сферах: 01 Образование и наука (в сфере начального общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований), 05 Физическая культура и спорт (в сфере физического воспитания, в сфере физической культуры и массового спорта, спортивной подготовки, в сфере управления деятельностью и развитием физкультурно-спортивной организации)

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
	ПК-1 Способен формировать разностороннюю общую и специальную физическую, технико-тактическую, психологическую и теоретическую подготовленность обучающихся в соответствии с дополнительными общеобразовательными программами в области физической культуры и спорта	Использует методики формирования двигательных умений, технических и тактических навыков, развития физических качеств и совершенствования двигательных способностей обучающихся в туризме и спортивном ориентировании

1.5 Согласование междисциплинарных связей дисциплин, обеспечивающих освоение компетенций:

ПК-1 Способен формировать разностороннюю общую и специальную физическую, технико-тактическую, психологическую и теоретическую подготовленность обучающихся в соответствии с дополнительными общеобразовательными программами в области физической культуры и спорта

№ п/п	Наименование дисциплин, определяющих междисциплинарные связи	Форма обучения							
		Очная (семестр)							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Лыжный спорт		+						

2	Теория и методика единоборств				+				
3	Теория и методика обучения гимнастике	+	+	+	+	+	+		
4	Теория и методика обучения конькобежному спорту	+							
5	Теория и методика обучения легкой атлетике	+	+	+	+	+	+		
6	Теория и методика обучения лыжному спорту				+				
7	Теория и методика обучения плаванию			+					
8	Теория и методика обучения подвижным и спортивным играм	+	+	+	+	+	+	+	+
9	Теория и практика плавания	+							
10	Тренерская практика							+	

2. Место дисциплины в структуре ОП бакалавриата:

Дисциплина «Туризм и спортивное ориентирование» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, учебного плана ОП по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура.

Дисциплина «Туризм и спортивное ориентирование» изучается в 3 семестре.

3.Объем и содержание дисциплины

3.1.Объем дисциплины: 2 з.е.

Очная: 2 з.е.

Вид учебной работы	Очная (всего часов)
Общая трудоёмкость дисциплины	**72**
Контактная работа	30
Лекции (Лекции)	10
Практические (Практ. раб.)	20
Самостоятельная работа (СР)	42
Зачет	-

3.2.Содержание курса:

№ темы	Название раздела/темы	Вид учебной работы, час.			Формы текущего контроля
		Лекции	Практ. раб.	СР	
		О	О	О	
3 семестр					

1	Туризм как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по туризму.	2	4	2	Опрос; Тестирование
2	Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. Содержание туристской подготовки.	2	4	16	Опрос; Тестирование
3	Техника и тактика в туризме. Ориентирование на местности.	2	2	10	Опрос; Тестирование
4	Спортивное ориентирование как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по спортивному ориентированию.	2	4	2	Опрос; Тестирование
5	Техника и тактикаспортивного ориентирования. Обеспечение безопасности при занятиях спортивным ориентированием.	2	4	10	Опрос; Тестирование
6	Особенности организации спортивной работы по туризму и спортивному ориентированию в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста.	-	2	2	Опрос; Тестирование

Тема 1. Туризм как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по туризму. (ПК-1)

Лекция.

Туризм как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по туризму. История, состояние и перспективы развития туризма. Виды туризма. Категории туристских маршрутов. Приоритетное распределение физических качеств в туризме. Общие положения и основные понятия правил соревнований по туризму.

Практическое занятие.

Виды соревнований по туризму. Условия допуска к соревнованиям и определения результатов. Нормативные требования к спортивным разрядам и званиям.

Задания для самостоятельной работы.

1. Классификация видов туризма.
2. Содержание правил соревнований по туризму.
3. Обязанности участников, представителей и судей в процессе соревнований по туризму.
4. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 2. Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. Содержание туристской подготовки. (ПК-1)

Лекция.

Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. Содержание туристской подготовки. Обязанности капитанов команд, участников, начальника дистанции и оргкомитета соревнований по обеспечению безопасности мероприятия. Оказание доврачебной помощи пострадавшим при занятиях туризмом.Ориентиры и маркировка района. Подготовка к туристскому походу, организация доставки группы к месту маршрута, подготовка снаряжения, обеспечение питания. Смета похода. Характеристика основных прикладных действий туриста.

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.

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.

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 бивака. Разбивка лагеря в весенне-летний и осенне-зимний периоды. Использование дополнительных средств, при разбивке бивака.

Задания для самостоятельной работы.

1. Работа с литературой.
2. Техника завязывания основных узлов: «прямого»; «ткацкого»; «встречного»; «встречной восьмерки»; «шкотового и брамшкотового»; «грептвайна»; «проводника»; «восьмерки»; «схватывающего узла»; «Австрийского проводника»; «стремя».
3. Совершенствование умения укладки рюкзака.
4. Совершенствование умения экипироваться снаряжением.
5. Техника установки палатки.
6. Техника страховки и самостраховки.
7. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 3. Техника и тактика в туризме. Ориентирование на местности. (ПК-1)

Лекция.

Техника и тактика в туризме. Ориентирование на местности. Техника и тактика пешего, горного, водного походов. Топографическая подготовка. Характеристика естественных препятствий: труднопроходимый лес; болота; склоны и перевальные участки; водные препятствия. Шкала оценки трудности перевалов. Способы и варианты движения. Основные способы ориентирования на местности: с помощью карты; по компасу; по карте и компасу; по небесным светилам. Ориентирование в лесу: по деревьям; по травам и кустарникам; по животным и насекомым; по искусственным объектам лесного хозяйства.

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 участников. Страховка и самостраховка. Узлы, используемые в туристской практике, при прохождении препятствий на маршруте.

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

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.

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. Способы преодоления естественных и искусственных препятствий.
2. Техника преодоления естественных и искусственных препятствий.
3. Техника бивачных работ.
4. Техника спасательных работ.
5. Техника ориентирования на местности.
6. Техника переправ.
7. Методика развития и совершенствования специальных физических качеств в туризме.
8. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 4. Спортивное ориентирование как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по спортивному ориентированию. (ПК-1)

Лекция.

Спортивное ориентирование как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по спортивному ориентированию. Оздоровительное значение спортивного ориентирования. История развития спортивного ориентирования.

Практическое занятие.

Виды спортивного ориентирования. Система и правила проведения соревнований.

Задания для самостоятельной работы.

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

Тема 5. Техника и тактикаспортивного ориентирования. Обеспечение безопасности при занятиях спортивным ориентированием. (ПК-1)

Лекция.

Виды подготовок к соревнованиям по спортивному ориентированию. Техника и тактика ориентирования бегом,ориентирования на лыжах,ориентирования на велосипедах.Рогайн как одна из дисциплин спортивного ориентирования. Ориентирование по тропам.Обеспечение безопасности при занятиях спортивным ориентированием.

Практическое занятие.

Ориентирование бегом.Ориентирование на лыжах. Ориентирование на велосипедах. Общефизическаяиспециальнаяфизическаяподготовка в спортивном ориентировании. Специальная технико-тактическая подготовка к соревнованиям и изучениеправилсоревнований.Обеспечениебезопасностипри ориентировании на различных участках местности. Инструкторскаяисудейскаяпрактика.

Задания для самостоятельной работы.

1. Работа с литературой.
2. Техника ориентирования бегом.
3. Техника ориентирования на лыжах.
4. Техника ориентирования на велосипедах.
5. Техника ориентирования по тропам.
6. Методика развития и совершенствования специальных физических качеств в спортивном ориентировании.
7. Углубленное изучение материалов темы.

Тема 6. Особенности организации спортивной работы по туризму и спортивному ориентированию в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста. (ПК-1)

Лекция.

Особенности организации спортивной работы по туризму и спортивному ориентированию в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста. Основные коммуникативные связи педагога физического воспитания с направлениями «туризм» и «спортивное ориентирование» в общеобразовательных школах, по месту жительства, в оздоровительных лагерях. Положение о соревнованиях, заявки. Допуск группы на маршрут. Требования к группе и ее участникам. Требования к специальной подготовке группы. Определение мест, занятых группами. Инспектор и мандатная комиссия.

Практическое занятие.

Планирование спортивной тренировки в туризме. Подготовка конспекта тренировочного занятия. Подготовка проекта Положения о соревнованиях. Ведение протоколов соревнований. Оформление отчета о соревнованиях. Разработка методики формирования двигательных умений, технических и тактических навыков, развития физических качеств и совершенствования двигательных способностей обучающихся в туризме и спортивном ориентировании с учетом их возраста и уровня спортивной подготовленности.

Задания для самостоятельной работы.

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

4. Контроль знаний обучающихся и типовые оценочные средства

4.1. Распределение баллов:

3 семестр

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

Распределение баллов по заданиям:

№ темы	Название темы / вид учебной работы	Формы текущего контроля / срезы	Max. кол-во баллов	Методика проведения занятия и оценки

1.	Туризм как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по туризму.	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.
		Тестирование	10	10 баллов – студент правильно отвечает на 75–100% вопросов в тесте; 7 баллов – студент правильно отвечает на 50–74% вопросов в тесте; 4 балла – студент правильно отвечает на 25–49% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
2.	Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. Содержание туристской подготовки.	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.
		Тестирование	10	10 баллов – студент правильно отвечает на 75–100% вопросов в тесте; 7 баллов – студент правильно отвечает на 50–74% вопросов в тесте; 4 балла – студент правильно отвечает на 25–49% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
3.	Техника и тактика в туризме. Ориентирование на местности.	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.

		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – студент правильно отвечает на 75–100% вопросов в тесте; 7 баллов – студент правильно отвечает на 50–74% вопросов в тесте; 4 балла – студент правильно отвечает на 25–49% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
4.	Спортивное ориентирование как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по спортивному ориентированию.	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.
		Тестирование	10	10 баллов – студент правильно отвечает на 75–100% вопросов в тесте; 7 баллов – студент правильно отвечает на 50–74% вопросов в тесте; 4 балла – студент правильно отвечает на 25–49% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
5.	Техника и тактикаспортивного ориентирования. Обеспечение безопасности при занятиях спортивным ориентированием.	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.
		Тестирование	10	10 баллов – студент правильно отвечает на 75–100% вопросов в тесте; 7 баллов – студент правильно отвечает на 50–74% вопросов в тесте; 4 балла – студент правильно отвечает на 25–49% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.

6.	Особенности организации спортивной работы по туризму и спортивному ориентированию в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста.	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.
		Тестирование(контрольный срез)	10	10 баллов – студент правильно отвечает на 75–100% вопросов в тесте; 7 баллов – студент правильно отвечает на 50–74% вопросов в тесте; 4 балла – студент правильно отвечает на 25–49% вопросов в тесте. Менее 25% правильных ответов баллов не дает.
7.	Посещаемость		10	10 баллов – студент посетил все 100% занятий 7-9 баллов – студент посетил не менее 80% занятий 4-6 баллов – студент посетил не менее 50% занятий 1-3 балла - студент посетил не менее 25% занятий Если студент посетил менее 25% занятий, баллы не начисляются
8.	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. Туризм как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по туризму.

1. Дайте определение «Водный туризм».
2. Дайте определение «Лыжный туризм».
3. Дайте определение «Комбинированная туристская дистанция».
4. Дайте определение «Велотуризм».
5. Дайте определение «Пешеходный туризм».
6. Чем отличается «Горный туризм» от «Пешеходного»?
7. Когда было создано общество пролетарского туризма?
8. В каком веке зародилось туристское движение?
9. С какого года туризм включен в комплекс ГТО?
10. Основные физические качества туриста-спортсмена.

Тема 2. Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. Содержание туристской подготовки.

1. Предназначение карабинов.

2. Укажите наиболее безопасный способ переправы через реку.
3. Укажите вид переправы через реку где необходимо пользоваться одним усом самостраховки.
4. Устройства, используемые для повышения эффективности страховки.
5. Определение «Бивак».
6. Узлы для связывания верёвок одинакового диаметра.
7. Узлы для связывания верёвок разного диаметра.
8. Узлы для закрепления верёвок на опоре.

Тема 3. Техника и тактика в туризме. Ориентирование на местности.

1. Классификация техники в туризме.
2. Сколько человек туристского похода может находится на участке между точками закрепления перильной веревки?
3. Укажите вид переправы через реку, где необходимо пользоваться одним усом самостраховки и транспортировочным карабином.
4. Движение группы на туристском маршруте.
5. Виды компасов.
6. Содержание «Навесной переправы».
7. Использование устройства «Жумар».
8. Картографическая генерализация. Туристские схемы.

Тема 4. Спортивное ориентирование как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по спортивному ориентированию.

1. Является ли ориентирование одним из видов спортивного туризма?
2. Устройство компасов.
3. Отображение рельефа на топографических картах.
4. Основы правил соревнований по спортивному ориентированию.
5. Основные физические качества и двигательные умения при различных видах спортивного ориентирования.

Тема 5. Техника и тактикаспортивного ориентирования. Обеспечение безопасности при занятиях спортивным ориентированием.

1. Классификация техники в спортивном ориентировании.
2. Определение сторон света.
3. Ориентирование карты на местности. Определение точки стояния.
4. Ориентирование на маршруте. Основные ориентиры.
5. Определение расстояний на местности.
6. Основные меры безопасности при занятиях спортивным ориентированием.

Тема 6. Особенности организации спортивной работы по туризму и спортивному ориентированию в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста.

1. Классифицикация спортивных маршрутов.
2. Классифицикация дистанции соревнований по спортивному туризму.
3. Количество спортсменов в туристской связке.
4. Основное правило при передвижении по скалам.
5. Обязательное личное и групповое снаряжение для занимающихся туризмом и спортивным ориентированием.
6. Энцефалитный клещ – профилактика укусов.
7. Условия выполнения разрядных требований в туризме и спортивном ориентировании.
8. Туристский слет, порядок проведения и требования к обеспечению безопасности.

9. Полевой туристский лагерь. Цели и порядок его организации.

Тестирование

Тема 1. Туризм как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по туризму.

Тема № 1. Туризм как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по туризму.

1. Дайте определение «Спортивный туризм» – это … ?

1.Активный отдых, в основе которого лежат прогулки, включающие преодоление препятствий в природной среде и на искусственном рельефе.

2.Вид спорта, в основе которого лежат соревнования на искусственном рельефемаршрутов, включающих преодоление дистанций, проложенных в природной среде.

3.Вид спорта, в основе которого лежат соревнования на маршрутах, включающих преодоление категорированных препятствий в природной среде, и на дистанциях, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе.

4.Нет правильного ответа.

2. Виды спортивного туризма?

1. Горный, пешеходный, вело, спелео, лыжный, комбинированный.

2.Рекреационный, оздоровительный, спортивный.

3. Индивидуальный, групповой, комбинированный.

4. Все ответы верны.

3. Дайте определение «Горный туризм» – это … ?

1.Вид спортивного туризма, заключающийся в передвижении группы людей с помощью мускульной силы по определенному маршруту, проложенному в горной местности в условиях высокогорья.

2.Вид туризма, заключающийся в передвижении группы людей с помощью горных лыж по определенному маршруту, проложенному в горной местности в условиях высокогорья.

3.Вид активного отдыха, заключающийся в передвижении группы людей на горных лыжах по определенному маршруту, проложенному в горной местности в условиях высокогорья.

4. Все варианты правильные.

4. Снаряжение делится на ?

1. Групповое и личное.

2. Походное и соревновательное.

3. Групповое походное и личное соревновательное.

4. Нет правильных вариантов.

5. Влияние туризма на организм?

1. Развитие силы и выносливости, закаливание организма, удовлетворение двигательной потребности организма.

2. Развитие силы и скорости.

3. Воспитание моральных качеств.

4. Все ответы верны.

Тема 2. Обеспечение безопасности при занятиях туризмом. Содержание туристской подготовки.

1. Страховочная система состоит из ?

1. Грудная обвязка,нижняя беседка, блокировочная верёвка.

2. Карабины, блокировочная верёвка, каска.

3. Блокировочная верёвка, каска, нижняя беседка.

4. Нет правильных вариантов.

2. Кто в походе отвечает за жизнь и безопасность?

1. Руководитель.

2. Медик.

3. Завхоз.

4. Хронометрист.

3. Устройство «Восьмёрка» предназначено для ?

1.Страховки и спуска по веревке.

2.Подъема по веревкам, работы на вертикальных перилах и фиксации грузов.

3.Передвижение по навесной переправе.

4.Все ответы верны.

4. Туристские узлы применяются для?

1. Связывания верёвок одинакового и разного диаметра, для страховки и самостраховки, для закрепления верёвок на опоре.

2. Вязания узлов, привязывания к верёвке, индивидуальное использование.

3. Связывания верёвок между собой, для привязывания верёвки к участнику.

4. Все варианты верны.

5. Узлы для страховки и самостраховки называются?

1.Прямой, встречный, греппвайн.

2.Восьмёрка,проводник, схватывающий.

3.Шкотовый, брамшкотовый.

4.Стремя,булинь, штык.

Тема 3. Техника и тактика в туризме. Ориентирование на местности.

1. На каком минимальном расстоянии устанавливается палатка от костра?

1. 5–7 метров.

2. 2–3 метра.

3. 12–18 метров.

4. 3–4 метра.

2. На каком минимальном расстоянии устанавливается палатка от реки или водоёма?

1. 20–30 метров, в зависимости от уровня подъёма воды в реке.

2. 8–10 метров.

3. 600–800 метров.

4. 2–3 метра.

3. Девушки на маршруте должны идти …?

1. Впереди или середине колоны.

2. Впереди или конце колоны.

3. В конце колоны.

4. Все ответы верны.

4. Критерии для выбора Бивака?

1. Максимально безопасная местность, ровная поверхность, наличие воды и дров.

2. Наличие магазинов, открытая поляна.

3. Расстояние до населённого пункта не более 500 метров.

4. Все варианты верны.

5. Дайте определение «Карта» – это …?

1. Изображение местности на плоскости с использованием условных знаков, ориентированное по сторонам света и масштабированное.

2. Изображение местности на плоскости в полном объёме, ориентированное по сторонам света.

3. Изображение местности в 3-d формате.

4. нет правильных вариантов

Тема 4. Спортивное ориентирование как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по спортивному ориентированию.

1. При ориентировании бегом какие умения необходимо иметь спортсмену?

1.Преодоления естественных препятствий, долговременной памяти, рукопашного боя, взрывной силы.

2. Коллективной сплоченности, координированных действий, преодоления горизонтальных препятствий, скоростно-силовых качеств, статической выносливости.

3. Быстрого чтения карты,абсолютной концентрации внимания и способности быстро принимать решения,выбирая наилучший маршрут во время работы при высокой скорости бега.

4.Нет правильного ответа.

2. Кто является родоначальником спортивного ориентирования?

1. Швед Эрнст Килландер.

2.Француз Пьер Жиголь.

3. Итальянец Франциско Тотти.

4. Немец Ганс Брайнер.

3. Когда состоялось первое состязание по спортивному ориентированию в СССР?

1.В 1939 г. под Ленинградом.

2.В 1940 г. в Киеве.

3.В 1938 г. в Москве.

4. Нет правильных вариантов.

4. Какие разновидности имеют место у спортивного ориентирования?

1. Ориентирование в заданном направлении; ориентирование на маркированной трассе; ориентирование по выбору; рогейн; трейл-ориентирование.

2. Ориентирование в заданном направлении; ориентирование на полу-маркированной трассе; ориентирование по выбору; рогейн; трейл-ориентирование.

3. Ориентирование в заданном направлении; ориентирование на маркированной трассе; ориентирование по жеребьевке; рогейн; трейл-батл.

4. Нет правильных вариантов.

5. Какое самое основное или «непреложное» правило всех соревнований по спортивному ориентированию?

1. «Если с одним из участников на дистанции случилась беда, соревнования прекращаются, и все результаты аннулируются. Жизнь и здоровье людей важнее всего».

2. «Если с одним из участников на дистанции случилась беда, соревнования продолжают сильнейшие спортсмены; самый слабый остается с пострадавшим для ожидания медицинской помощи».

3. «Если с одним из участников на дистанции случилась беда, соревнования продолжаются по принципу – следую своим курсом».

4. Нет верного ответа.

Тема 5. Техника и тактикаспортивного ориентирования. Обеспечение безопасности при занятиях спортивным ориентированием.

1. Дайте определение «Азимут» – это …?

1. Угол между направлением на север и заданным объектом против часовой стрелки.

2. Направление на север.

3. Угол между направлением на север и на заданный объект по часовой стрелке.

4. Нет правильных вариантов.

2. Какие специальные физические качества следует считать основными в беге с ориентированием?

1. Скорость бега по пересеченной местности на уровне анаэробного порога и максимальную алактатную мощность (силу) работающих мышц.

2. Силовые способности при беге по пересеченной местности на уровне анаэробного порога и максимальную алактатную мощность (силу) работающих мышц.

3. Координационные способности при беге по пересеченной местности на уровне анаэробного порога и максимальную алактатную мощность (силу) работающих мышц.

4. Все ответы верны.

3. Какие параметры составляют арсенал техники ориентирования?

1. Элементарные действия (элементы техники); технические приемы; способы ориентирования.

2. Сложнокоординированные действия (элементы противохода); технические приемы; способы ориентирования.

3. Элементарные действия по азимуту; технические приемы ориентирования.

4. Все варианты правильные.

4. Какие элементы техники ориентирования являются основными?

1. Опознавание ориентиров на местности, сопоставление условного знака или совокупности условных знаков на карте с объектами на местности, измерение расстояний на карте и на местности, определение сторон горизонта и направления на север.

2. Опознавание маркеров на местности, сопоставление условного знака или совокупности условных знаков на карте с объектами на местности, вычитание расстояний на карте и на местности, определение сторон горизонта и направления на юг.

3. Считывание ориентиров на местности, дифференциация условного знака или совокупности условных знаков на карте с объектами на местности, детализация расстояний на карте и на местности, определение сторон горизонта и направления на восток.

4. Нет правильных вариантов.

5. Что относится к числу основных технических приемов ориентирования?

1. Чтение карты на бегу, образное представление местности по изображению на карте, определение направления движения, сопоставление карты и местности, непрерывный контроль своего местонахождения (точки на карте).

2. Чтение карты стоя, образное представление местности по изображению в интернете, определение направления движения, сопоставление карты и местности, трехкратный контроль своего местонахождения (точки на карте).

3. Чтение карты в укрытии, образное представление местности по изображению на карте, определение направления движения, сопоставление карты и местности, двукратный контроль местонахождения команды соперников.

4. Все ответы верны.

Тема 6. Особенности организации спортивной работы по туризму и спортивному ориентированию в общеобразовательных школах, по месту жительства, в летний период в оздоровительных лагерях с детьми различного возраста.

1.Формы спортивного туризма?

1. Дистанция и маршрут.

2. Индивидуальный, групповой, самостоятельный, доступность.

3. Спортивный, оздоровительный, групповой.

4. Нет правильных вариантов.

2. Сколько руководителей должно сопровождать группу детей из 25 чел.?

1. 1 чел.

2. 2 чел.

3. 3 чел.

4. 4 чел.

3. Сколько категорий сложности есть во всех видах спортивного туризма?

1. 2.

2. 4.

3. 5.

4. 6.

4. Минимальная численность участников спортивного похода 1–3 категории сложности (горный туризм):

1. 2 человека.

2. 3 человека.

3. 4 человека.

4. 6 человек.

5. Сколько дисциплин соревнований входит во Всероссийский реестр видов спорта по спортивному ориентированию?

1. 26 дисциплин.

2. 12 дисциплин.

3. 10 дисциплин.

4. 20 дисциплин.

4.3 Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета

Типовые вопросы зачета (ПК-1)

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 самодеятельного 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 businesstravel.
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 туристкой услуги.
28. Информационные технологии в туризме, их характеристика.
29. Современные системы бронирования туристских услуг.
30. Туристские услуги в интернете. 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 туристкой 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.
51. Определение «Спортивный туризм».
52. Виды спортивного туризма.
53. Определение «Бивак».
54. На каком минимальном расстоянии устанавливается палатка от костра?
55. На каком минимальном расстоянии устанавливается палатка от реки или водоёма?
56. Формы спортивного туризма.
57. Применение туристских узлов.
58. Узлы для связывания верёвок одинакового диаметра.
59. Узлы для связывания верёвок разного диаметра.
60. Узлы для страховки и самостраховки.
61. Узлы для закрепления верёвок на опоре.
62. Классификация верёвок.
63. Диаметр основной верёвки.
64. Диаметр вспомогательной верёвки.
65. Классификация снаряжения.
66. Содержание группового снаряжения.
67. Содержание личного снаряжения.
68. Влияние туризма на организм.
69. Движение группы на маршруте.
70. Сколько руководителей должно сопровождать группу детей из 25 чел.?
71. Критерии для выбора Бивака.
72. Виды костров.
73. Типы костров.
74. Порядок разжигания костра.
75. Определение «Карта».
76. Определение «Азимут».
77. Определение сторон света.
78. Виды и устройство компасов.

79. Определение «Горный туризм».
80. Определение «Водный туризм».
81. Определение «Лыжный туризм».
82. Определение «Комбинированная туристская дистанция».
83. Определение «Велотуризм ».
84. Определение «Спелеотуризм».
85. Определение «Пешеходный туризм».
86. Обязательное групповое снаряжение для Горного туризма.
87. Обязательное личное снаряжение для Горного туризма.
88. Обязательное групповое снаряжение для Пешеходного туризма.
89. Обязательное личное снаряжение для Пешеходного туризма.
90. Обязательное групповое снаряжение для Водного туризма.
91. Обязательное групповое снаряжение для Велотуризма.
92. Обязательное групповое снаряжение для Лыжного туризма.
93. Обязательное личное снаряжение для Лыжного туризма.
94. Обязательное личное снаряжение для Велотуризма.
95. Обязательное личное снаряжение для Водного туризма.
96. Определение «Навесная переправа».
97. Определение « Переправа параллельные перила».
98. Определение «Переправа вертикальный маятник».
99. Определение «Переправа горизонтальный маятник».
100. Устройство страховочной системы.
101. Виды карабинов.
102. Предназначение карабинов.
103. Предназначение основных верёвок.
104. Предназначение устройства «Жумар».
105. Предназначение устройства «Восьмёрка».
106. Чем отличается Горный туризм от Пешеходного?
107. Какая должна быть обувь в Горном туризме?
108. Какая должна быть обувь в Пешеходном туризме?
109. Какая должна быть обувь в Лыжном туризме?
110. Какая должна быть обувь в Велотуризме?
111. Сколько категорий сложности есть во всех видах спортивного туризма?
112. Минимальная численность участников спортивного похода 1–3 категории сложности (горный туризм).
113. В каком году впервые спортивный туризм был введен в Единую спортивную классификацию?
114. В каком году впервые в спортивном туризме учреждено звание Мастер Спорта и ЗМС?
115. В каком году впервые в спортивном туризме учреждено звание инструктора по туризму.
116. С какого года в разрядные требования по спортивному туризму введено присуждение званий Мастер спорта международного класса?
117. Является ли ориентирование одним из видов спортивного туризма?
118. Общефизическая и специальная физическая подготовка при ориентировании бегом.
119. Специальная технико-тактическая подготовка к соревнованиям по спортивному ориентированию.
120. Обеспечение безопасности при занятиях ориентированием.
121. Выполнение контрольных нормативов и участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.
122. Инструкторская и судейская практика по спортивному ориентированию.
123. Общефизическая и специальная физическая подготовка при ориентировании на лыжах.

124. Специальная технико-тактическая подготовка к соревнованиям по ориентированию на лыжах.

125. Общефизическая и специальная физическая подготовка при ориентировании на велосипедах.

126. Специальная технико-тактическая подготовка к соревнованиям по ориентированию на велосипедах.

127. Снаряжение при занятиях спортивным ориентированием.

128. Система факторов, обеспечивающих достижение высокого спортивного результата по спортивному ориентированию.

129. Формирование двигательных качеств при занятиях спортивным ориентированием.

130. Уровни арсенала техники ориентирования.

Типовые задания для зачета (ПК-1)

Тестирование

Тема № 1. Туризм как вид спорта. Правила и регламенты соревнований по туризму.

1. Дайте определение «Спортивный туризм» – это … ?

1.Активный отдых, в основе которого лежат прогулки, включающие преодоление препятствий в природной среде и на искусственном рельефе.

2.Вид спорта, в основе которого лежат соревнования на искусственном рельефемаршрутов, включающих преодоление дистанций, проложенных в природной среде.

3.Вид спорта, в основе которого лежат соревнования на маршрутах, включающих преодоление категорированных препятствий в природной среде, и на дистанциях, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе.

4.Нет правильного ответа.

2. Виды спортивного туризма?

1. Горный, пешеходный, вело, спелео, лыжный, комбинированный.

2.Рекреационный, оздоровительный, спортивный.

3. Индивидуальный, групповой, комбинированный.

4. Все ответы верны.

3. Дайте определение «Горный туризм» – это … ?

1.Вид спортивного туризма, заключающийся в передвижении группы людей с помощью мускульной силы по определенному маршруту, проложенному в горной местности в условиях высокогорья.

2.Вид туризма, заключающийся в передвижении группы людей с помощью горных лыж по определенному маршруту, проложенному в горной местности в условиях высокогорья.

3.Вид активного отдыха, заключающийся в передвижении группы людей на горных лыжах по определенному маршруту, проложенному в горной местности в условиях высокогорья.

4. Все варианты правильные.

4.4. Шкала оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Компетенции	Дескрипторы (уровни) – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
«зачтено» (50 - 100 баллов)	ПК-1	Студент владеет методиками формирования двигательных умений, технических и тактических навыков, развития физических качеств применительно к спортивному туризму и спортивному ориентированию; умеет подбирать средства и методы с учётом рельефа, погодных условий и уровня подготовки занимающихся, корректирует технику и тактику в процессе обучения

«не зачтено» (0 - 49 баллов)	ПК-1	Студент не знает базовых методик обучения двигательным действиям в спортивном туризме и спортивном ориентировании, не может обосновать выбор упражнений для развития качеств или формирования навыков, а его предложения не учитывают безопасность и специфику двигательной деятельности на местности.

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 презентаци, 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. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособ. для студ. пед. вузов. - 2-е изд., доп.. - М.: Академия, 2004. - 208 с.

2. Крайнов И. В. Спортивный туризм: техническая подготовка в спортивном ориентировании : учебное пособие. - Омск: Омский государственный педагогический университет (ОмГПУ), 2018. - 60 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616200

6.2 Дополнительная литература:

1. Востриков А. А. Физическая культура: элективный курс «Спортивный туризм»: учебно-методический комплекс. Рабочая программа для бакалавров 1-2 курсов очной формы обучения всех направлений подготовки Тюменского государственного университета : учебно-методический комплекс. - Тюмень: Тюменский государственный университет, 2016. - 36 с. - Текст : электронный // ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [сайт]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574512

2. Тинькова З. С. Спортивный туризм. Специфика подготовки студентов к комбинированной дистанции : учебное пособие. - Орел: ОГУ имени И.С. Тургенева, 2026. - 84 с. - Текст : электронный // ЭБС "ЛАНЬ" [сайт]. - URL: https://e.lanbook.com/book/524986

6.3 Иные источники:

1. Университетская библиотека онлайн: электронно-библиотечная система - http://www.biblioclub.ru
2. Российская национальная библиотека - http://www.nlr.ru/
3. elibrary.tsutmb.ru - https://elibrary.tsutmb.ru/
4. Гуманитарная электронная библиотека - http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html - http://www.lib.ua-ru.net/katalog/41.html

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 Windows 10
SPSS Statistic
LibreOffice

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Электронная библиотека ТГУ. – URL: https://elibrary.tsutmb.ru/
2. Юрайт: образовательная платформа, электронно-библиотечная система. – URL: https://urait.ru
3. Электронная библиотека РФФИ. – URL: https://www.rfbr.ru/rffi/ru/library
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.ru. – URL: https://elibrary.ru

Электронная информационно-образовательная среда

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.