

**Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский государственный университет спорта и туризма»
(ГАОУ ВО МГУСиТ)**

СОГЛАСОВАНО
Первый проректор
_____ Н.Л. Ткаченко
«30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор института спортивных
технологий физического воспитания
_____ А.Л. Волобу
«30» августа 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Туризм


индекс по учебному плану: **Б1.О.04.01.03**
направление подготовки: **49.03.01 Физическая культура**
профиль (направленность): **Спортивная подготовка в избранном виде спорта**

Общая трудоемкость (в академических часах / ЗЕ)	108 часов / 3 зачетных единиц	
в том числе по формам обучения:	очная	заочная
<i>Аудиторная работа</i> (контактная работа)	54	14
<i>аудиторных</i> из них:		
лекции	18	6
занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы, коллоквиумы и иные аналогичные занятия)	36	8
<i>Самостоятельная работа</i>	54	90
<i>Контроль</i>	-	4
Форма промежуточной аттестации Зачет с оценкой	4 семестр	3 семестр


Рабочая программа «Туризм» составлена на основании ФГОС высшего образования, утвержденного Минобрнауки РФ от 19.09.2017 г. № 940, основной профессиональной образовательной программы и учебного плана ГАОУ ВО МГУСиТ по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта.


Разработчик рабочей программы  канд.биол.наук,доц. Титовский А.В

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры теории и методики спорта и физического воспитания « 30 » августа 2021 г.

Заведующий кафедрой теории и методики спорта и физического воспитания  к.п.н.,доцент Пряникова Н.Г.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса  Федорова О.В.

Специалист по УМР отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса  Аверьянова Е.В.

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ И НОРМАТИВНЫЕ ССЫЛКИ

Настоящая программа учебной дисциплины устанавливает требования к образовательным результатам и результатам обучения студента и определяет содержание, виды учебных занятий и отчетности.

Программа предназначена для преподавателей, ведущих дисциплину Б1.О.04.01.03 Туризм и обучающихся студентов направления подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль Спортивная подготовка в избранном виде спорта.

Программа учебной дисциплины разработана в соответствии с:

- ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 N 940 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура" (Зарегистрировано в Минюсте России 16.10.2017 N 48566);

- Учебным планом по образовательной программе бакалавриата – направление подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденным в 2020 г

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины **Б1.О.04.01.03 Туризм** у студентов являются: является использование систематизированных теоретических и практических знаний по туризму и спортивному ориентированию при решении профессиональных задач педагогической деятельности.

Задачи дисциплины:

- обеспечить овладение навыками по туризму в проведении спасательных мероприятий в экстремальных ситуациях;

- развитие умений в построении, организации и проведении занятий урочных и внеурочных форм по тематикам «туризм» и «спортивное ориентирование»;

- формирование профессиональных умений тренера по физической культуре на различных этапах обучения двигательным действиям.

3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина Б1.О.04.01.03 «Туризм» включена в модуль Б1.О.04 «Теоретико-методических основ физического воспитания и спорта» обязательной части учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Для успешного освоения дисциплины студент должен обладать общепрофессиональными компетенциями. Дисциплина преподается на базе освоения таких дисциплин как «Анатомия человека», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Основы оказания первой помощи» и других обязательных дисциплин учебного плана.

Основные положения дисциплины Б1.О.04.01.03 «Туризм» должны быть использованы в дальнейшем при изучении дисциплин: Теория и методика физической культуры и спорта, «Подготовка и проведение мероприятий в ФКиС», «Основы научно-исследовательской деятельности в физической культуре и спорте», «Методика физического воспитания и спортивной подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста», «Организация и судейство физкультурных и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)» и др.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Индекс и содержание компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке	ОПК-3.1. Умеет использовать в учебно-тренировочных занятиях средства, методы и приемы обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности.	Знает: <ul style="list-style-type: none"> - современные тенденции и законодательство развития туризма и спортивного ориентирования; - классификацию и методические особенности оздоровительных видов физической культуры (туризма и спортивного ориентирования); - оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; - основы организации физкультурно-спортивной деятельности. Умеет: <ul style="list-style-type: none"> - рационально использовать в учебном и тренировочном процессе с различными категориями обучающихся оздоровительные и коррекционные средства физической культуры (туризма и спортивного ориентирования). Имеет опыт: применения комплексов избранных физических упражнений (средств туризма и спортивного ориентирования) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры
	ОПК-3.2. Знает современное состояние и значение базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре и спорте.	Знает: историю и современное состояние туризма его место и значение в физической культуре, науке и образовании. Умеет: использовать знания современного состояния базовых видов спорта в тренировочном процессе Имеет опыт: составления комплексов избранных физических упражнений с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры
ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта	ОПК-4.1. Проводит учебно-тренировочные занятия различной направленности с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Знает: особенности организации учебных и тренировочных занятий различной направленности по туризму Умеет: формировать план организации учебных и тренировочных занятий различной направленности по туризму Имеет опыт: организации учебного и тренировочного процесса с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности
ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий	ОПК-15.1. Оценивает состояние материальной базы физкультурно-спортивной организации и определяет потребность в техническом оснащении для реализации учебно-тренировочного процесса.	Знает: Особенности обеспечения занятий туризмом и спортивным ориентированием Умеет: Оценить и сформировать план материально технического обеспечения занятий туризмом Имеет опыт: Подбора инвентаря, оборудования в соответствии с потребностями занятий туризмом

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 108 часов, включая выполнение зачета

5.1. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Очная форма обучения

Номера и наименования разделов и тем	Всего часов	Контактная работа				СРС	Индекс компетенции
		Всего	в т.ч.				
			Лек-ции	Практ занятия	Др. виды работ		
Тема 1: Общая характеристика спортивно-оздоровительного туризма как вида двигательной деятельности	11	4	2	2		7	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 2: Безопасность в туризме	13	6	2	4		7	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 3: Жизнеобеспечение в походе	15	8	2	6		7	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 4: Характеристика спортивного ориентирования как вида спорта	13	6	2	4		7	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 5: Вопросы начального обучения спортивному ориентированию	16	8	2	6		8	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 6: Ориентирование и топография	16	8	2	6		8	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 7: Соревнования по спортивному ориентированию	12	4	2	2		8	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 8: Соревнования в туризме	12	4	2	2		8	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Зачет с оценкой	-	-	-	-	-	-	
Всего часов	108	48	16	32	-	60	

Заочная форма обучения

Номера и наименования разделов и тем	Всего часов	Контактная работа				СРС	Индекс компетенции
		Всего	в т.ч.				
			Лек-ции	Практ занятия	Др. виды работ		
Тема 1: Общая характеристика спортивно-оздоровительного туризма как вида двигательной деятельности	12	2	2			10	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 2: Безопасность в туризме	15	1		1		14	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 3: Жизнеобеспечение в походе	13	1		1		12	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 4: Характеристика спортивного ориентирования как вида спорта	13	1		1		12	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 5: Вопросы начального обучения спортивному ориентированию	13	1		1		12	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 6: Ориентирование и топография	16	4	2	2		12	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 7: Соревнования по спортивному ориентированию	13	1		1		12	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Тема 8: Соревнования в туризме	13	1		1		12	ОПК-3,ОПК-4,ОПК-15
Зачет с оценкой	108	12	4	8	0	96	
Всего часов	108	12	4	8	0	96	

5.2. Тематическое содержание дисциплины

Тема 1: Общая характеристика спортивно-оздоровительного туризма как вида двигательной деятельности:

Определение туризма, классификации туризма (по цели, способу передвижения, месту

проведения, категории сложности, продолжительности). История развития туризма. Основные нормативные документы в области туризма.

Формируемые индикаторы содержания компетенции ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-4.1, ОПК-15.1.

Тема 2: Безопасность в туризме:

Выбор места проведения маршрута. Разработка маршрута (классификация препятствий, аварийные выходы, график движения). Инструктаж по технике безопасности. Профилактика заболеваний и травматизма в походе. Состав медицинской аптечки, личная аптечка. Правила оказания первой доврачебной помощи в походе. Техника транспортировки пострадавшего в экстремальных условиях. Использование узлов в организации туристского быта. Назначение и способы вязки.

Формируемые индикаторы содержания компетенции ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-4.1, ОПК-15.1.

Тема 3: Жизнеобеспечение в походе:

Комплектация группы, распределение обязанностей в группе. Финансовое обеспечение похода. Составление сметы. Снаряжение в походе (личное и групповое). Список, подбор, распределение между участниками группы. Выбор места для организации ночлега. Основные требования к нему. Виды костров и правила их разведения. Техника безопасности при обращении с огнём и во время заготовки дров. Основные узлы: виды и назначение. Питание в походе. Составление меню и раскладки. Нормы продуктов. Упаковка, транспортировка и распределение продуктов. Групповое снаряжение: составление списка снаряжения в зависимости от вида и продолжительности похода, численности группы. Личное снаряжение: список, рекомендации по подбору и покупке личного снаряжения. Укладка рюкзака. Нормы весовых нагрузок.

Формируемые индикаторы содержания компетенции ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-4.1, ОПК-15.1.

Тема 4: Характеристика спортивного ориентирования как вида спорта:

История развития спортивного ориентирования. Нормативное обеспечения спортивного ориентирования. Спортивное ориентирование (определения, классификация). Составной элемент нормативов комплекса ГТО. Международная федерация ориентирования и ее деятельность. Виды спортивного ориентирования. Характеристика спортивного ориентирования как вида спорта.

Формируемые индикаторы содержания компетенции ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-4.1, ОПК-15.1.

Тема 5: Вопросы начального обучения спортивному ориентированию:

Обучение технике спортивного ориентирования. Тактика в спортивном ориентировании.

Физическая подготовка в спортивном ориентировании. Психологическая подготовка в спортивном ориентировании.

Формируемые индикаторы содержания компетенции ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-4.1, ОПК-15.1.

Тема 6: Ориентирование и топография:

Работа с картой. Различие топографических и спортивных карт. Условные знаки. Масштаб. Определение азимута и расстояний по карте. Определение сторон горизонта по местным объектам. Ориентирование карты по компасу. Определение азимута на заданный предмет. Движение по заданному азимуту. Измерение расстояний на местности, измерение длины среднего шага. Виды ориентиров, выбор варианта пути движения.

Формируемые индикаторы содержания компетенции ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-4.1, ОПК-15.1.

Тема 7: Соревнования по спортивному ориентированию:

Виды соревнований по спортивному ориентированию. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию.

Формируемые индикаторы содержания компетенции ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-4.1, ОПК-15.1.

Тема 8: Соревнования в туризме:

Виды соревнований: маршруты, дистанции, турслёты. Нормативные документы: правила, регламенты, разрядные требования. Организация и судейство соревнований. Техническая и физическая подготовка в спортивном туризме. Специальное снаряжение для организации соревнований на дистанциях Iго класса и турслётах.

Возможные технические этапы на дистанциях Iго класса и техника их прохождения.

Формируемые индикаторы содержания компетенции ОПК-3.1, ОПК-3.2, ОПК-4.1, ОПК-15.1.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

6.1 Основная литература

1. Константинов, Ю. С. Методика обучения: уроки ориентирования : учебное пособие для вузов / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 329 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07355-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453717>.

2. Стеблецов, Е. А. Спортивно-оздоровительный туризм и спортивное ориентирование : учебное пособие для вузов / Е. А. Стеблецов, Ю. С. Воронов, В. В. Севастьянов ; под общей редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13274-8. — С. 103 — 121 — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/465848/p.103-121>.

6.2 Дополнительная литература

1. Губа, Д.В. Лечебно-оздоровительный туризм : учебник / Губа Д.В., Воронов Ю.С. — Москва : Спорт, 2020. — 240 с. — ISBN 978-5-907225-06-0. — URL: <https://book.ru/book/934158>.

2. Зайцева, Н.А. Безбарьерный туризм : учебное пособие / Зайцева Н.А., Шурафина Д.Б. — Москва : КноРус, 2020. — 176 с. — ISBN 978-5-406-07528-9. — URL: <https://book.ru/book/932498>

7. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. <http://www.tssr.ru/> Федерация спортивного туризма России;
2. <http://fst-otm.net/> Федерация спортивного туризма Москвы;
3. <https://rufso.ru/> Федерация спортивного ориентирования России
4. <http://fst50.ru/> Федерация спортивного туризма Московской области

Сайт «Минобрнауки.рф.», рубрика «Обращение граждан», вопросы и ответы, тема «Дети с ОВЗ аучная электронная библиотека e-library: <http://www.e-library.ru/>

Университетская информационная система России (УИС России): <http://uisrussia.msu.ru/>

Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Библиотека полнотекстовых учебников и учебных пособий по гуманитарно-экономическим и техническим дисциплинам [Режим доступа <http://window.edu.ru/window/library>]

Научная электронная библиотека: электронные версии статей журналов. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

Публичная интернет-библиотека [Режим доступа <http://www.public.ru>].

8. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

включает перечень информационно–справочных систем:

– Электронно-библиотечную систему КноРус;

– Электронно-библиотечную систему Юрайт;

– Правовую информационную систему «Консультант-плюс» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/> (в соответствии с графиком работы коммерческой версии для незарегистрированных пользователей).

– Правовую информационную систему «Гарант» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.garant.ru/>.

Программное обеспечение:

Для успешного освоения дисциплины студент использует электронные таблицы и текстовые редакторы Microsoft – Excel; Word, Power Point.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Реализация программы предполагает наличие учебных кабинетов: лекционная аудитория, оборудованная видеопроекционной аппаратурой, экраном, компьютером.

Кабинет для практических занятий (компьютерный класс), имеющий видеопроекционную аппаратуру с возможностью подключения к ПК, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети Интернет и выходом в ЭОС вуза.

Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы:

Комплект мебели, ПК, ПО, обеспечение мультимедийным оборудованием, с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду.

Специальный инвентарь и оборудование:

Комплект «турист»;

Комплект учебных карт;

Планшеты;

Компаса;

Призма для ориентирования, КП (ориентирование).

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

10.1. Методические указания по изучению дисциплины для обучающихся

В ходе учебных занятий по дисциплине Б1.О.04.01.03 «Туризм» у студентов формируется целостное понимание и представление о профессиональной деятельности специалиста по физической культуре, формируются профессионально-прикладные умения и навыки. В учебном процессе студенты знакомятся с основами проектной и исследовательской деятельности, которая расширяет образовательные возможности за счет наглядной демонстрации взаимосвязи физической и технической подготовленности с показателями двигательных и вегетативных функций организма.

Для развития когнитивной сферы студента на лекционных и практических занятиях используются мультимедийные презентации, демонстрационный материал, активные и интерактивные формы занятий.

Двигательные умения и навыки по освоению технических элементов, тактики вырабатываются *парным, групповым или поточным* способом.

Подготовка конспекта занятия у студента формирует *проектное мышление*,

закрывающееся в определении:

- возраста и технической подготовленности занимающихся;
- целей и задач занятия;
- объема, последовательности, продолжительности и интенсивности двигательной нагрузки для разминочных, подводящих, образовательных или развивающих двигательных действий;
- методических указаний в соответствии с возрастом и уровнем технической подготовленности занимающегося.

Современное и глубокое представление о технике, методике обучения и тактике студент получает, используя *компьютерные и видео-технологии*, которые включают в себя:

- просмотр и изучение техники и методики обучения элементам, техническим и тактическим действиям;
- просмотр календарных соревнований чемпионата России, Чемпионаты Мира и Олимпийские игры, с последующим анализом индивидуальных, командных, тактических действий;

Высокая квалификация и компетентность специалиста, освоившего дисциплину Б1.О.04.01.03 «Туризм» обусловлена выраженной эффективностью самостоятельной работы студентов базирующейся на освоении технологии поиска и сбора новой информации, технологии педагогического наблюдения и анализа соревновательной деятельности, системного сбора и представления новой информации.

Студентам необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы дисциплины Б1.О.04.01.03 «Туризм», с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися на образовательном портале и сайте кафедры, с графиком консультаций преподавателей данной кафедры.

Советы по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины. Рекомендованное распределение времени на изучение дисциплины указано в разделе «Структура и содержание дисциплины». В целях более плодотворной работы в семестре студенты также могут ознакомиться с календарно-тематическим планом дисциплины, составленным преподавателем – как для лекционных, так и для практических занятий.

«Сценарий» изучения дисциплины студентом Б1.О.04.01.03 «Туризм» подразумевает выполнение им следующих действий:

1. Ознакомление с целями и задачами дисциплины.
2. Ознакомление с требованиями к знаниям и навыкам студента.
3. Первичное ознакомление с разделами и темами дисциплины.
4. Ознакомление с распределением времени на изучение дисциплины.
5. Ознакомление со списками рекомендуемой основной и дополнительной литературы по дисциплине.
6. Углублённое ознакомление с разделами и темами дисциплины.
7. Предварительный охват на основе рекомендуемой литературы круга вопросов, актуальных для конкретного занятия.
8. Самостоятельная проработка основного круга вопросов, как каждого последующего, так и каждого предыдущего занятия в свободное время между занятиями по дисциплине.
9. Присутствие и участие на лекционных и семинарских / практических занятиях.
10. Выполнение требований планового текущего и итогового контроля.
11. Уточнение возникающих вопросов на консультации по дисциплине.
12. Непосредственная подготовка к зачету по дисциплине на основе выданных преподавателем вопросов к экзамену.

10.2. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям (теоретический курс)

Для эффективного понимания и оперирования материалом, умения разбирать материал на составные части, четкого представления его структуры, понятий, правил и методического обеспечения, взаимосвязей составных элементов, освоение лекционного курса дисциплины Б1.О.04.01.03 «Туризм», включающего мультимедийные формы для студентов предполагает выполнение следующих правил:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- просматривать свои конспекты и презентации материалов предыдущей лекции на сайте кафедры. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам, если разобраться в материале опять не удалось, то обратиться к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

10.3. Рекомендации по подготовке к практическим (семинарским) занятиям

Эффективное освоение практического курса дисциплины Б1.О.04.01.03 «Туризм» овладение техническими умениями и навыками, методическими особенностями обучения двигательным действиям, развитием физических качеств, построением учебно-тренировочного процесса, понимание и оперирование материалом, умения разбирать материал на составные части, четкого представляя его структуру, понятия, правила и методическое обеспечение, взаимосвязи составных элементов, создание новых технологий обучения потребует от студентов предварительной работы:

- быть полностью экипированным для практических занятий (спортивная одежда с учетом температурных условий и формы занятий);
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;
- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и нормативно-правовые акты и материалы правоприменительной практики;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- в ходе практического занятия давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю по графику его работы.

10.4. Методические рекомендации по выполнению различных форм самостоятельных домашних заданий

Самостоятельная работа студентов дисциплины Б1.О.04.01.03 «Туризм» включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины студентам предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

Перечень видов самостоятельной работы:

- изучение содержания учебных программ, наблюдение за занятиями, подготовка конспектов,
 - подготовка к зачету, собеседованию
 - просмотр и анализ видео-обучающих материалов и соревнований
 - подготовка к выполнению двигательных нормативов
- Аудиторные самостоятельные занятия включают в себя:
- работу с источниками литературы (учебниками): конспектирование, аннотирование,

реферирование отдельных разделов и тем, анализ содержания научно-методической литературы;

- просмотр учебных кинофильмов, учебных видеороликов по методике обучения отдельным техническим элементам, индивидуальной и групповой тактической подготовке;
- разработка методических планов-конспектов подготовительных, подводящих и основных упражнений по видам туризма и спортивного ориентирования;

Анализ реальных соревнований (рекомендуется) и записей видеоматериалов соревнований:

- просмотр реальных соревнований различного уровня по туризму и спортивному ориентированию с итоговым обобщением собранного материала (рефераты по различным видам организационной работы, протоколы судейства, графические записи, индивидуальные, групповые тактические действия и схемы, таблицы результативности, графики активности).

Подготовка к зачету, собеседованию:

- воспроизведение понятий, методов тренировки, принципов организации занятий, интерпретация, применение знаний теории в предложенных конкретных условиях, понимание структуры (целого и составных частей) дисциплины «Туризм»;
- проектирование и выполнение плана-конспекта по виду спорта самостоятельный анализ проектов;
- анализ, систематизация и обобщение необходимых сведений по пройденным разделам программы.

Подготовка к выполнению двигательных нормативов:

- выполнение индивидуальных и групповых технических (результат тестирования);
- развитие физических качеств, совершенствованию техники и тактики.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования:

- задания должны исполняться самостоятельно и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению.
- руководствоваться графиком самостоятельной работы, определенным настоящей РПД;
- в полном объеме выполнять плановые задания, предложенные преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на практических занятиях и консультациях неясные вопросы;
- при подготовке к промежуточной аттестации параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на плановой консультации.

11. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОСТУПНОСТИ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Организация и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ определяются адаптированной при необходимости программой дисциплины Б1.О.04.01.03 «Туризм», для обучения указанных обучающихся.

Обучение, текущая и промежуточная аттестация студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся в каждом конкретном случае.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, занятия проводятся совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется.

При зачислении студентов с ОВЗ меняются формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и учебно-методические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением элементов электронного обучения посредством вебинаров (например, с использованием программы Skype, Webinar, Zoom и др.), что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В образовательном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для обучающихся с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения. Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы обучающиеся с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении всех видов аттестации.

Особые условия предоставляются обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья на основании заявления, содержащего сведения о необходимости создания соответствующих специальных условий.

12. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

12.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Формируемые компетенции	Знания, умения, навыки	Средства оценки
ОПК-3. Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	Знает: - современные тенденции и законодательство развития туризма и спортивного ориентирования; - классификацию и методические особенности оздоровительных видов физической культуры (туризма и спортивного ориентирования); - оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, - основы организации физкультурно-спортивной деятельности; историю и современное состояние туризма его место и значение в физической культуре, науке и образовании.	Этап 1. Формирование базы знаний: – Тестирование; - Контрольные задания; – – самостоятельная работа студентов по вопросам тем теоретического содержания. Этап 2. Формирование навыков практического использования знаний: – ситуационные задачи; – самостоятельная работа по решению ситуационных заданий.

	<p>Умеет: рационально использовать в учебном и тренировочном процессе с различными категориями обучающихся оздоровительные и коррекционные средства физической культуры (туризма и спортивного ориентирования);</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать знания современного состояния базовых видов спорта в тренировочном процессе. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применения комплексов избранных физических упражнений (средств туризма и спортивного ориентирования) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры; - составления комплексов избранных физических упражнений с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры 	<p>Этап 3. Проверка усвоения материала:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проверка решений самостоятельно выполненных практических и ситуационных задач; – тестирование текущих знаний; – контрольные срезовые задания; – итоговый контроль по дисциплине.
<p>ОПК-4. Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта</p>	<p>Знает: особенности организации учебных и тренировочных занятий различной направленности по туризму</p> <p>Умеет: формировать план организации учебных и тренировочных занятий различной направленности по туризму</p> <p>Имеет опыт: организации учебного и тренировочного процесса использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности</p>	
<p>ОПК-15. Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий</p>	<p>Знает: Особенности обеспечения занятий туризмом и спортивным ориентированием</p> <p>Умеет: Оценить и сформировать план материально технического обеспечения занятий туризмом</p> <p>Имеет опыт: Подбора инвентаря, оборудования в соответствии с потребностями занятий туризмом</p>	

12.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Описание показателей	
<p>Этап 1: Формирование базы знаний</p>	<ul style="list-style-type: none"> - посещение лекционных и практических занятий; - ведение конспекта лекций; - подготовка конспекта занятий на заданную тему.
<p>Этап 2: Формирование практических навыков подготовки и проведения занятия</p>	<ul style="list-style-type: none"> - правильное и своевременное формирование практических навыков и методики обучения; - успешное выполнение тестирования; - наличие правильно выполненной самостоятельной работы.
<p>Этап 3: Проверка усвоения материала путем анализа проекта</p>	<ul style="list-style-type: none"> - аналитические возможности комбинирования целей, условий для решения поставленной задачи; - выполнение самостоятельных работ с оценкой, в том числе домашних заданий; - результаты зачета
Критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования	
<p>Этап 1: Формирование</p>	<ul style="list-style-type: none"> - посещение лекционных и практических занятий не мене 40%;

базы знаний	<ul style="list-style-type: none"> - наличие конспекта занятий по всем темам, вынесенным на обсуждение не менее 40% - участие в обсуждении теоретических вопросов тем на каждом практическом занятии не менее 40%
Этап 2: Формирование навыков практического использования знаний	<ul style="list-style-type: none"> - студент знает сущность и специфику дисциплины с правильностью не менее 60%; - может определить основные направления практического использования знаний с правильностью не менее 60%; - называет и описывает различные формы и методы обучения с правильностью не менее 60%; - называет и описывает различные формы и методы контроля с правильностью не менее 60%; - знает структуру построения занятий, формы и способы планирования, документы планирования образовательного и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах с правильностью не менее 60%;
Этап 3: Проверка усвоения материала	<ul style="list-style-type: none"> - тестовые задания и задачи решены самостоятельно, в отведенное время, результат выше пороговых значений с правильностью не менее 60% Оценка «5» ставится при наличии 90-100% правильных ответов или решений; Оценка «4» ставится при наличии 75-89% правильных ответов или решений; Оценка «3» ставится при наличии 60-74% правильных ответов или решений
Уровни	<p>Пороговый:</p> <ul style="list-style-type: none"> - демонстрация знаний и использования базовых основ дисциплины; - владение основами техники элементов и методики обучения; - владение планированием дисциплины. <p>Повышенный</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение применить знания, умения и навыки на различных этапах обучения и тренировочного процесса; - корректировка обучения и тренировки в зависимости от пола и возраста обучающихся; - возможность самостоятельной и обоснованной разработки на тему контрольного мероприятия
Описание шкал оценивания	
Оценивание результатов устных опросов на зачете с оценкой	<p>Ответ студента на зачете с оценкой оценивается:</p> <ul style="list-style-type: none"> – «отлично», если ответы на вопросы полные, изложены в логической последовательности, студент владеет профессиональной терминологией, ориентируется в нормативных документах; – «хорошо», если допущена одна негрубая ошибка или не более двух недочетов; – «удовлетворительно», если в ответах на вопросы имеется одна грубая ошибка и не более одной негрубой ошибки или грубые ошибки отсутствуют, но допущено две или более негрубых ошибок; – «неудовлетворительно» выставляется в случае, когда количество неправильных ответов превышает количество допустимых для положительной оценки.
Оценивание результатов работы в группе на практических занятиях	<p>Оценка «отлично» выставляется каждому студенту в группе, устные ответы демонстрируют владение материалом дисциплины в объеме, предусмотренном программой, с точным использованием терминологии, с конкретными примерами; устные сообщения и выступления логически продуманы, их содержание соответствует заданному вопросу / теме, в них используется грамотная речь;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценка «хорошо» выставляется каждому студенту в группе, в чьих ответах (сообщениях, выступлениях) допущена одна негрубая ошибка или не более двух недочетов;

	<p>- оценка «удовлетворительно» выставляется каждому студенту в группе, в ответах (сообщениях) которых при правильности основного содержания имеют отступления от языковых и коммуникативно-речевых норм: одна грубая ошибка и не более одной негрубой ошибки или грубые ошибки отсутствуют, но допущено две или более негрубых ошибок ;</p> <p>- оценка «неудовлетворительно» выставляется каждому студенту группы, в чьих ответах (сообщениях, выступлениях) имеются значительные недочеты и нарушения языковых и коммуникативно-речевых норм, превышающее количество допустимых для положительной оценки.</p>
Оценивание результатов практического тестирования	<p>Умения, навыки: в работе демонстрируется техника приобретенных умений; демонстрируется самостоятельное решение заданий открытого типа рекомендованными методами.</p> <p>Шкала оценивания при тестировании: «отлично» - 90-100% правильных ответов; «хорошо» - 75-89% правильных ответов; «удовлетворительно» - 60-74% правильных ответов; «неудовлетворительно» - 59% и меньше правильных ответов.</p>

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

12.3.1 Тематика вопросов к зачету

1. Возникновение и развитие туризма в России
2. Туризм в зарубежных странах.
3. Нормативные документы в туризме.
4. Классификация туризма.
5. Возможности занятий туризмом на уроках физической культуры
6. Содержание плана подготовки похода
7. Регистрация и оформление похода.
8. Профилактика заболеваний и травматизма в походе.
9. Состав медицинской аптечки, личная аптечка.
10. Техника транспортировки пострадавшего.
11. Комплектация группы, распределение обязанностей в группе.
12. Финансовое обеспечение похода. Составление сметы.
13. Снаряжение в походе (личное и групповое). Список, подбор, распределение между участниками группы.
14. Выбор места для организации ночлега. Основные требования к нему.
15. Виды костров и правила их разведения. Техника безопасности при обращении с огнём и во время заготовки дров.
16. Основные узлы: виды и назначение.
17. Питание в походе. Составление меню и раскладки.
18. Нормы продуктов. Упаковка, транспортировка и распределение продуктов.
19. Личное снаряжение: список, рекомендации по подбору и покупке личного снаряжения.
20. Укладка рюкзака. Нормы весовых нагрузок.
21. Работа с картой.
22. Различие топографических и спортивных карт. Условные знаки. Масштаб.
23. Определение азимута и расстояний по карте.
24. Определение сторон горизонта по местным объектам.
25. Ориентирование карты по компасу.
26. Определение азимута на заданный предмет. Движение по заданному азимуту.
27. Измерение расстояний на местности, измерение длины среднего шага.

28. Виды ориентиров, выбор варианта пути движения
29. Виды соревнований по спортивному туризму.
30. Положение и условия соревнований.
31. Физическая подготовка в спортивном туризме

12.3.2 Методические указания и темы контрольных работ для заочной формы обучения

Цель контрольной работы – привить студентам элементарные навыки научно-исследовательской работы, научить пользоваться научной и методической литературой, самостоятельно и творчески анализировать её, излагать полученные данные в письменном виде.

Темы контрольных работ устанавливаются преподавателем кафедры читаемой дисциплины соответственно учебному плану и программе учебной дисциплины.

1. Основные требования и рекомендации при выполнении контрольной работы

1. Контрольная работа должна отражать современное состояние вопроса в теории и практике управления в сфере физической культуры и спорта.

2. Тема контрольной работы выбирается из предлагаемого кафедрой списка каждым студентом самостоятельно с учётом своих возможностей, интересов, профиля работы и педагогического опыта. Работы, выполненные не по предлагаемой тематике, не принимаются.

3. После выбора темы необходимо приступить к подбору литературных источников и ознакомлению с их содержанием.

Работа с литературой требует конспектирования. Существует несколько способов конспектирования: изложение мысли автора собственными словами, выборочное цитирование необходимых мест подлинника и совмещение того и другого. Целесообразнее использовать третий способ. После ознакомления с литературой составляется содержание контрольной работы.

4. В содержание должны быть три основных раздела:

- введение, в котором излагается обоснование темы (1-2 стр.);

- основная часть содержит несколько пунктов, раскрывающих содержание контрольной работы. В ней студент показывает умение самостоятельно работать с литературными источниками, творчески мыслить, сочетать методические и научные знания с требованиями практики (6-8 стр.);

- заключение, в котором даются обобщающие тему выводы (1-2 стр.).

Введение и заключение тесно связываются с основным разделом контрольной работы.

Хорошо продуманное содержание облегчает дальнейшую работу над темой, делает ее стройной и конкретной.

5. В содержании указываются страницы, на которых раскрываются те или иные вопросы темы. Материал по теме излагается строго по указанному плану. Каждый ответ на вопрос должен иметь заголовок в тексте работы.

6. Работа строится на основе анализа 4-6 источников литературы (статей, методических пособий и пр.). Важно общетеоретические положения проиллюстрировать примерами из практики. Содержание контрольной работы должно быть обоснованным и убедительным, текст написан литературным языком, грамотно.

7. Содержание следует раскрывать в собственном изложении. Прямое заимствование из текста источника (переписывание) недопустимо. Контрольная работа, выполненная на основе материала учебника без привлечения дополнительной литературы, не зачитывается.

8. В тексте обязательно должны быть ссылки на изученные работы. Переложение мысли автора или дословное цитирование сопровождается ссылкой с указанием инициалов, фамилии автора, а затем, через запятую - года издания упомянутого источника. Например: (В. М. Петров, 2019). Цитаты заключаются в кавычки.

9. Если в тексте контрольной работы есть рисунки, графики, таблицы,

заимствованные из литературных источников, то в подписях к ним даются ссылки на авторов. Например, (по Фадееву В. П., 2019).

10. В конце контрольной работы помещается список литературы, он нумеруется, а авторы перечисляются в алфавитном порядке. Запись источника осуществляется в соответствии с требованиями библиографического описания.

Каждая ссылка в тексте должна иметь соответствующий источник в списке использованной литературы.

2. Требования к оформлению контрольной работы

1. Контрольная работа имеет титульный лист.

2. На второй странице пишется содержание работы с указанием страниц каждого раздела и подпунктов. Разделы начинаются с нового листа, подпункты продолжают друг за другом. В конце работы прилагается список литературы.

3. Контрольная работа, удовлетворяющая всем перечисленным требованиям, получает «зачет» (оценка дифференцированная).

Положительная оценка за контрольную работу дает право на сдачу экзамена по дисциплине. При отрицательной оценке работа возвращается студенту для устранения недостатков. Исправленная контрольная работа вместе с предыдущим вариантом представляется на кафедру на повторную проверку.

Темы контрольных работ

1. Разработка программы соревнований по туризму на этапе начального обучения;
2. Разработка программы соревнований по туризму на тренировочном этапе;
3. Разработка программы соревнований по туризму на этапе спортивного совершенствования;
4. Разработка программы соревнований по спортивному ориентированию на этапе начального обучения;
5. Разработка программы соревнований по спортивному ориентированию на тренировочном этапе;
6. Разработка программы соревнований по спортивному ориентированию на этапе спортивного совершенствования;
7. Разработка плана-конспекта учебных занятий по туризму;
8. Разработка плана-конспекта учебных занятий по спортивному ориентированию;
9. Разработка плана-конспекта тренировочных занятий по туризму;
10. Разработка плана-конспекта тренировочных занятий по спортивному ориентированию.