

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Кислова Наталья Николаевна

Должность: Проректор по УМР и качеству образования

Дата подписания: 29.08.2019

Уникальный программный ключ:

52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**

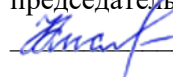
**высшего образования**

**«Самарский государственный социально-педагогический университет»**

**Кафедра физического воспитания и спорта**

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по УМР и КО,  
председатель УМС СГСПУ



Н.Н. Кислова

## **МОДУЛЬ "МЕТОДИЧЕСКИЙ"**

### **Туризм и спортивное ориентирование**

#### **рабочая программа дисциплины (модуля)**

Закреплена за кафедрой **Физического воспитания и спорта**

Учебный план ФФКС-б23Фo(4г)  
Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72  
в том числе:  
аудиторные занятия 28  
самостоятельная работа 44

Виды контроля в семестрах:  
зачеты 4

#### **Распределение часов дисциплины по семестрам**

| Семестр(Курс. Номер семестра на курсе) | 4(2.2) |     | Итого |     |
|----------------------------------------|--------|-----|-------|-----|
|                                        | УП     | РПД | УП    | РПД |
| Вид занятий                            |        |     |       |     |
| Лекции                                 | 6      | 6   | 6     | 6   |
| Практические                           | 22     | 22  | 22    | 22  |
| В том числе инт.                       | 6      | 6   | 6     | 6   |
| Итого ауд.                             | 28     | 28  | 28    | 28  |
| Контактная работа                      | 28     | 28  | 28    | 28  |
| Сам. работа                            | 44     | 44  | 44    | 44  |
| Итого                                  | 72     | 72  | 72    | 72  |

Программу составил(и):  
Пачин Андрей Юрьевич

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины  
**Туризм и спортивное ориентирование**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017г. №940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 28.10.2022 протокол № 4.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры  
**Физического воспитания и спорта**

Протокол от 27.09.2022 г. № 2

Зав. кафедрой Воеводина Т.М..

Начальник УОП



\_\_\_\_\_  
Н.А. Доманина

# 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**Цель изучения дисциплины:** установление качества и уровня подготовки выпускников к педагогической деятельности и соответствия его подготовки требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

## **Задачи изучения дисциплины:**

- способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни;
- решать педагогические задачи в рамках общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций, ориентированные на анализ научной и научно-практической литературы, обобщение практики в области физической культуры и образования;
- осуществлять обучение и воспитание обучающихся в процессе занятий;
- определять содержание обучения в рамках учебных планов, с учетом результатов оценивания физического и функционального состояния учащихся; обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;
- участвовать в деятельности методических комиссий и в других формах методической работы; осуществлять сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими).

**Область профессиональной деятельности:** 05 Физическая культура и спорта

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

|                                                                                                                           |         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| Цикл (раздел) ОП:                                                                                                         | Б1.О.06 |
| <b>2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>                                                          |         |
| Содержание дисциплины базируется на материале:                                                                            |         |
| Теория и методика физической культуры и спорта                                                                            |         |
| <b>2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b> |         |
| Учебная практика (туристский поход) (выездная)                                                                            |         |

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**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. Знает теоретико-методические основы проведения занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.**

Знает:

историю и современное состояние туризма и спортивного ориентирования, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;  
 значение и виды туризма и спортивного ориентирования как базовых видов спорта;  
 терминологию туризма и спортивного ориентирования;  
 средства туризма и спортивного ориентирования и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;  
 основы обучения туризму и спортивному ориентированию.

**ОПК-3.2. Умеет применять методы при проведении занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.**

Умеет:

использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по туризму и спортивному ориентированию в зависимости от поставленных задач;  
 использовать в своей деятельности терминологию туризма и спортивного ориентирования;  
 показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в туризме и спортивном ориентировании;  
 использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств туризма и спортивного ориентирования;  
 контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств;  
 оценивать качество выполнения упражнений в туризме и спортивном ориентировании и определять ошибки в технике;  
 использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по туризму и спортивному ориентированию.

**ОПК-3.3. Имеет опыт проведения занятия и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному обучению и физической подготовке.**

Имеет опыт:

проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;

проведения фрагмента занятия по туризму и спортивному ориентированию по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося;  
 составления упражнений по обучению техническим приемам туризма и спортивного ориентирования с учетом возраста и контингента занимающихся;  
 проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств туризма и спортивного ориентирования;  
 участия в судействе соревнования туризма и спортивного ориентирования;  
 проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств туризма и спортивного ориентирования с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;  
 проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/                                                                   | Семестр | Часов | Интеракт. |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------|-----------|
|             | <b>Раздел 1. Классификация туризма. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию</b> |         |       |           |
| 1.1         | Виды и формы туризма. Правила безопасности в туристическом походе и на соревнованиях /Лек/                  | 4       | 6     | 0         |
| 1.2         | Виды и формы туризма. Правила безопасности в туристическом походе и на соревнованиях /Ср/                   | 4       | 10    | 0         |
| 1.3         | Снаряжение туриста и история туризма /Пр                                                                    | 4       | 2     | 0         |
| 1.4         | Топографическая подготовка в туризме /Пр/                                                                   | 4       | 2     | 2         |
| 1.5         | Виды соревнований /Пр/                                                                                      | 4       | 2     | 2         |
| 1.6         | Классификация туризма в России /Пр/                                                                         | 4       | 2     | 0         |
| 1.7         | Способы передвижения /Пр/                                                                                   | 4       | 2     | 0         |
| 1.8         | Способы передвижения /Ср/                                                                                   | 4       | 8     | 0         |
| 1.9         | Категории соревнований /Пр/                                                                                 | 4       | 2     | 0         |
| 1.10        | Положение о соревнованиях /Пр/                                                                              | 4       | 2     | 0         |
| 1.11        | Отчеты о соревнованиях /Пр/                                                                                 | 4       | 2     | 0         |
| 1.12        | Организация и проведение самостоятельного тур. похода /Пр/                                                  | 4       | 2     | 2         |
| 1.13        | Организация и проведение самостоятельного тур. похода /Ср/                                                  | 4       | 8     | 0         |
| 1.14        | Комплектование группы /Пр/                                                                                  | 4       | 2     | 0         |
| 1.15        | Подготовка группы к тур. походу /Пр/                                                                        | 4       | 4     | 0         |
| 1.16        | Подготовка группы к тур. походу /Ср/                                                                        | 4       | 10    | 0         |
| 1.17        | Подготовка снаряжения к туристическому походу /Пр/                                                          | 4       | 2     | 0         |
| 1.18        | Классификация походов в зависимости от их цели /Ср                                                          | 4       | 8     | 0         |

#### 5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)

##### 5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)

##### 4 семестр, 3 лекции, 13 практических занятий

##### Раздел 1. Классификация туризма. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию Лекции № 1-3 (6 часов)

Виды и формы туризма. Правила безопасности в туристском походе и на соревнованиях

Вопросы и задания:

- Каковы особенности самостоятельного и планового туризма.
- Дайте характеристику степенных и категорийных походов.
- Инструктаж по технике безопасности на занятиях по туризму и спортивному ориентированию. Роль руководителя туристского похода.
- Современное состояние и перспективы развития туризма. Определение основных понятий: путешествие, поход, туризм, турист, экскурсант, путешественник. Основные рекреационные ресурсы России и зарубежных стран.
- Обеспечение безопасности во время похода.
- Продолжительность, дозировка нагрузки, предупреждение травматизма и оказание первой медицинской помощи.
- Врачебно-педагогический контроль, правила личной гигиены.
- Экскурсионная деятельность как средство патриотического, культурного и экологического воспитания.
- Классификация, тематика, логика изложенного материала.
- Технология разработки и методика проведения экскурсии.
- Особенности экскурсионной работы со школьниками.

Практическое занятие № 1 (2 часа)

Снаряжения туриста и история туризма

Вопросы и задания:

- Какие виды снаряжения существуют.
- Туризм как средство организации досуга и формирования основ здорового образа жизни. Спортивный туризм как вид спорта.
- История развития туризма в России и за рубежом.

Практическое занятие № 2 (2 часа)

Топографическая подготовка в туризме

Вопросы и задания:

1. Организационные основы развития туризма. Нормативно-правовое обеспечение туризма. Программное и методическое обеспечение туризма. Структура управления туризмом, индустрия туризма.
2. Особенности менеджмента школьного туризма, мотивы, интересы. Типы школьников-туристов. Барьеры к путешествию и их преодоление. Принципы школьного туризма. Туристский обмен, образовательный школьный туризм.

Практическое занятие № 3 (2 часа)

Виды соревнований

Вопросы и задания:

1. Содержание и особенности проведения туристских мероприятий с детьми. Туризм в условиях детского оздоровительного лагеря: туристские кружки, секции, слёты, досуговые мероприятия, соревнования и походы.
2. Содержание туристской работы в школе. Формы работы: обучение основам туризма, массовые походы, степенные и категориальные походы, экспедиции, летние туристские лагеря, организованные туристские путешествия, экскурсионная работа.
3. Обеспечение безопасности во время похода. Продолжительность, дозировка нагрузки, предупреждение травматизма и оказание первой медицинской помощи. Врачебно-педагогический контроль, правила личной гигиены. Экскурсионная деятельность как средство патриотического, культурного и экологического воспитания. Классификация, тематика, логика изложенного материала. Технология разработки и методика проведения экскурсии. Особенности экскурсионной работы со школьниками.

Практическое занятие № 4 (2 часа)

Классификация туризма в России

Вопросы и задания:

1. Классификация соревнований по видам туризма, по видам соревнований, по масштабу, по возрастным группам, по форме проведения.
2. Категориальность туристских маршрутов, зачётные нормы. Контрольно-туристский маршрут, перечень возможных этапов и заданий.

Практическое занятие № 5 (2 часа)

Способы передвижения

Вопросы и задания:

1. Туристский поход. Топографическая подготовка туриста. Топографическая карта, план, рельеф, компас и работа с ним, ориентирование на местности.
2. Классификация туристских узлов. Способы вязки узлов и их применение. Наведение переправы с помощью бревна и верёвки.

Практические занятия № 6 (2 часа)

Категории соревнований

Вопросы и задания:

1. Организационные основы развития туризма. Нормативно-правовое обеспечение туризма. Программное и методическое обеспечение туризма.
2. Структура управления туризмом, индустрия туризма, операторская и агентская деятельность.
3. Особенности менеджмента школьного туризма, мотивы, интересы. Типы школьников-туристов. Барьеры к путешествию и их преодоление. Принципы школьного туризма. Туристский обмен, образовательный школьный туризм.

Практическое занятие № 7 (2 часа)

Положения о соревнованиях

Вопросы и задания:

1. Общие положения, цели и задачи, организация и проведения мероприятий, участникам и условия их допуска, требования к участникам и условия их допуска, условия подведения итогов, обеспечение безопасности участников и зрителей.

Практическое занятие № 8 (2 часа)

Отчеты о соревнованиях

Вопросы и задания:

1. Общие сведения о нагрузке. Физическая нагрузка, ее объем и интенсивность. Пять зон интенсивности нагрузки.
2. Протоколы пульсометрии и хронометража урока. Проведение хронометража урока по физической культуре. Проведение пульсометрии урока по физической культуре.
3. Вычисление общей и моторной плотности урока по физической культуре.

Практическое занятие № 9 (2 часа)

Организация и проведение самостоятельного тур. похода

Вопросы и задания:

1. Организационные основы развития туризма. Нормативно-правовое обеспечение туризма.
2. Программное и методическое обеспечение туризма. Структура управления туризмом, индустрия туризма, операторская и агентская деятельность.
3. Особенности менеджмента школьного туризма, мотивы, интересы. Типы школьников-туристов. Барьеры к путешествию и их преодоление. Принципы школьного туризма. Туристский обмен, образовательный школьный туризм.

Практическое занятие № 10 (2 часа)

Комплектование группы

Вопросы и задания:

1. Организационные основы развития туризма.
2. Нормативно-правовое обеспечение туризма. Программное и методическое обеспечение туризма. Структура управления туризмом, индустрия туризма, операторская и агентская деятельность.
3. Особенности менеджмента школьного туризма, мотивы, интересы. Типы школьников-туристов. Барьеры к путешествию и их

преодоление. Принципы школьного туризма. Туристский обмен, образовательный школьный туризм.  
 Практическое занятие № 11 (2 часа)  
 Подготовка группы к турпоходу

Вопросы и задания:

1. Организационные основы развития туризма. Нормативно-правовое обеспечение туризма.
2. Программное и методическое обеспечение туризма. Структура управления туризмом, индустрия туризма, операторская и агентская деятельность.
3. Особенности менеджмента школьного туризма, мотивы, интересы. Типы школьников-туристов. Барьеры к путешествию и их преодоление. Принципы школьного туризма. Туристский обмен, образовательный школьный туризм.

Практическое занятие № 12 (2 часа)  
 Подготовка снаряжения к туристическому походу

Вопросы и задания:

1. Какова главная цель спортивных походов.
2. Каким требованиям должна отвечать одежда и обувь для похода.

## 5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

### Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине

| № п/п | Темы дисциплины                                                                       | Содержание самостоятельной работы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Продукты деятельности |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| 1     | Виды и формы туризма. Правила безопасности в туристическом походе и на соревнованиях. | Написать реферат<br>1. «История развития туризма в России и за рубежом».<br>2. «Характеристика пешеходного, лыжного, горного, водного, велотуризма».<br>3. «Разработать программу массового семейного походы выходного дня».<br>4. «Составить отчёт о проведении туристского похода».<br>5. «Инструктаж по технике безопасности на занятиях по туризму в туристском походе».<br>6. «Разработать программу экскурсии по спортивной тематике для старших классов». | Реферат               |
| 2     | Способы передвижения.                                                                 | 1.Виды передвижения и их применения в различных туристических походах.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Конспект              |
| 3     | Организация и проведение самостоятельного тур. похода                                 | 1.Разработать задания для организации полосы туристских препятствий.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Конспект              |
| 4     | Подготовка группы к тур. походу                                                       | Основы развития туризма                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Конспект              |
| 5     | Классификация походов в зависимости от их цели                                        | Цели походов и их различия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Конспект              |

### Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор

| № п/п | Темы дисциплины                                | Содержание самостоятельной работы                                                                                                                                                                                                                                             | Продукты деятельности  |
|-------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 1     | Подготовка группы к тур. походу                | 1. Написать реферат на одну из тем<br>2. 1. «Организация и методика подготовки к туристическому походу».<br>3. 2. «Особенности и организация горных походов».<br>4. 3. «Особенности и организация пеших походов».<br>5. 4. «Особенности и организация походов выходного дня». | Реферат с презентацией |
| 2     | Классификация походов в зависимости от их цели | 1. 1. Цели походов и их различия.<br>2. Классификация соревнований по видам туризма, по видам соревнований, по масштабу, по возрастным группам, по форме проведения.                                                                                                          | Конспект<br>Доклад     |

## 5.3. Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

## 5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины.  
 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ (Обновляется при необходимости в течение всего срока обучения без переутверждения рабочей программы дисциплины)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

|      | Авторы, составители                              | Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему                                                                                                                                                    | Издательство, год                              |
|------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Л1.1 | Т.А. Кравчук,<br>И.А. Зданович,<br>В.Н. Агальцов | Теория и методика спортивно-оздоровительного туризма:<br>учебное пособие<br><a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298125">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=298125</a> | Омск: Издательство<br>СибГУФК, 2009,           |
| Л1.2 | Евсеев Ю.И.                                      | Физическая культура: учебное пособие:<br><a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271591">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271591</a>                                    | Ростов-на-Дону:<br>Издательство «Феникс», 2014 |

#### 6.1.2. Дополнительная литература

|      | Авторы, составители | Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему                                                                                                                                                                                                       | Издательство, год      |
|------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Л2.1 | Ланда Б.Х.          | Туристский поход с проверкой приобретенных навыков:<br>организация, подготовка и проведение:<br>учебно-методическое пособие<br><a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364177">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364177</a> | Казань: Познание, 2014 |

### 6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat reader DC
- Dr.Web Desktop security, Dr.Web Server security
- GIMP
- Мой офис, сервисы Яндекс 360 для образования (почта, Яндекс Диск, Яндекс Телемост, Яндекс документы, Календарь)
- Многофункциональный сервис обмена информацией Мах
- Архиватор 7-Zip
- Браузер Яндекс для организаций

### 6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.1 | Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, Учебная аудитория. Оснащенность: Меловая доска-1 шт., Комплект учебной мебели |
| 7.2 | Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, Читальный зал. Оснащенность: ПК-4шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ, Письменный стол-4 шт., Парта-2 шт.                       |

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю. Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах. Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Туризм и спортивное ориентирование»

Курс 2 Семестр 4

| Вид контроля                                                                                                             |                                                         | Минимальное количество баллов | Максимальное количество баллов |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| <b>Наименование раздела «Классификация туризма. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию»</b> |                                                         |                               |                                |
| Текущий контроль по разделу:                                                                                             |                                                         | 27                            | 45                             |
| 1                                                                                                                        | Аудиторная работа                                       | 10                            | 15                             |
| 2                                                                                                                        | Самостоятельная работа (специальные обязательные формы) | 10                            | 15                             |
| 3                                                                                                                        | Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)     | 7                             | 15                             |
| Контрольное мероприятие по разделу                                                                                       |                                                         | 10                            | 20                             |
| Промежуточный контроль                                                                                                   |                                                         | 8                             | 20                             |
| Промежуточная аттестация                                                                                                 |                                                         | 9                             | 15                             |
|                                                                                                                          |                                                         | <b>56</b>                     | <b>100</b>                     |

| Виды контроля                                                                                                                   |                                       | Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Темы для изучения и образовательные результаты                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Текущий контроль по разделу «Классификация туризма. Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию»</b> |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 1                                                                                                                               | Аудиторная работа                     | <p>Конспект лекции, устные ответы</p> <p>Критерии ответов на практических занятиях</p> <p>3 балла - обучающийся показывает глубокое и полное знание материала, ответ полный и логически грамотно построен, при ответе опирается на конспект, использует правильную терминологию, делает собственные выводы (анализ, обобщение), правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя;</p> <p>2 балла - обучающийся излагает материал несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно; слабо аргументирует выводы и обобщения, допускает ошибки при их формулировке; даёт нечёткие определения понятий; отвечает неполно на вопросы преподавателя; недостаточно понимает отдельные положения; при ответе не опирается на конспект</p> <p>Минимально 5 ответов на вопросы по тематике занятия</p> <p>Максимум 15 баллов.</p> | <p>Виды и формы туризма. Правила безопасности в туристическом походе и на соревнованиях</p> <p>Снаряжение туриста и история туризма</p> <p>Топографическая подготовка в туризме</p> <p>Виды соревнований</p> <p>Классификация туризма в России</p> <p>Способы передвижения</p> <p>Категории соревнований</p> <p>Положение о соревнованиях</p> <p>Отчеты о соревнованиях</p> <p>Организация и проведение самостоятельного тур. похода</p> <p>Комплектование группы</p> <p>Подготовка группы к тур. походу</p> <p>Подготовка снаряжения к туристическому походу</p> <p>Образовательные результаты:</p> <p>Знает:</p> <p>историю и современное состояние туризма и спортивного ориентирования, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;</p> <p>значение и виды туризма и спортивного ориентирования как базовых видов спорта;</p> <p>терминологию туризма и спортивного ориентирования;</p> <p>средства туризма и спортивного ориентирования и возможностей их применения в физкультурно-спортивной и социальной деятельности;</p> <p>основы обучения туризму и спортивному ориентированию.</p> |
| 2                                                                                                                               | Самостоятельная работа (обязательные) | <p>Написать реферат на одну из тем: 1. «История развития туризма в России и за рубежом».</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>Виды и формы туризма. Правила безопасности в туристическом походе и на соревнованиях.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|   |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | формы)                            | <p>2. «Характеристика пешеходного, лыжного, горного, водного, велотуризма».</p> <p>3. «Разработать программу массового семейного походы выходного дня».</p> <p>4. «Составить отчёт о проведении туристского похода».</p> <p>5. «Инструктаж по технике безопасности на занятиях по туризму в туристском походе».</p> <p>6. «Разработать программу экскурсии по спортивной тематике для старших классов».</p> <p>5 баллов – реферат соответствует теме и отражает основные положения, и написан разборчиво, структурирован, полнота и логичность изложения, методология анализа, раскрытие темы. Присутствует план, введение, заключение и список литературы. Осуществлено объяснение фактов, явлений, закономерностей содержит дополнительные сведения, почерпнутые обучающимся из других источников.</p> <p>4 балла – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, присутствует план, введение, заключение и список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.</p> <p>3 балла – реферат соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.</p> <p>2 балла – реферат не соответствует заявленной теме, структурирован, нет плана, не указан список литературы. В качестве источников материала для подготовки реферата обучающийся использовал только Интернет-ресурсы.</p> <p>Написать конспекты на темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Виды и формы туризма. Правила безопасности в туристическом походе и на соревнованиях Анализ техники и методика обучения передачи и остановки мяча</li> <li>2. Способы передвижения</li> <li>3. Организация и проведение самостоятельного тур. похода</li> <li>4. Подготовка группы к тур. походу</li> <li>5. Классификация походов в зависимости от их цели Анализ техники и методика обучения передачи мяча в воздухе</li> </ol> <p>Критерии: 1 балл – конспект соответствует теме и отражает основные положения: описаны все требования и методики проведения походов, методика обучения написана последовательно, от простого к сложному, описаны дозировка и методические указания по выполнению задания.</p> <p>0,5 балл – конспект соответствует теме и отражает основные положения: описаны не все требования и методики проведения походов, методика обучения написана последовательно, от простого к сложному, не дана дозировка и методические указания по выполнению задания описаны с ошибками.</p> <p>Max 15 баллов.</p> | <p>Способы передвижения</p> <p>Организация и проведение самостоятельного тур. похода</p> <p>Подготовка группы к тур. походу</p> <p>Классификация походов в зависимости от их цели</p> <p>Образовательные результаты:</p> <p>Умеет:</p> <p>использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по туризму и спортивному ориентированию в зависимости от поставленных задач;</p> <p>использовать в своей деятельности терминологию туризма и спортивного ориентирования;</p> <p>показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в туризме и спортивном ориентировании;</p> <p>использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств туризма и спортивного ориентирования;</p> <p>контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств;</p> <p>оценивать качество выполнения упражнений в туризме и спортивном ориентировании и определять ошибки в технике;</p> <p>использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по туризму и спортивному ориентированию.</p> |
| 3 | Самостоятельная работа (на выбор) | <p>Подготовить доклад с презентацией на тему «Развитие норм ГТО по туризму в школах»</p> <p>Критерии: доклад структурирован, обучающийся не зачитывает текст доклада, а свободно рассказывает о сути проблемы, останавливаясь на ключевых вопросах, их сущности и сделанных выводах; продемонстрировано свободное владение материалом, представлено современное видение проблемы. Выступление</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>Подготовка группы к тур. походу</p> <p>Классификация походов в зависимости от их цели</p> <p>Образовательные результаты:</p> <p>Имеет опыт:</p> <p>проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                    | <p>укладывается в отведенный лимит времени. Обязательно сопровождение выступления презентацией.</p> <p>7 баллов – тема освещена не полностью, слайды содержат только простой текст или текст со вставками рисунков. Количество слайдов – 10-15.</p> <p>10 баллов - тема освещена полностью, материал темы представлен на слайдах не только в виде простого текста, но и в форме различных схем, таблиц и т.д. с добавлением рисунков-иллюстраций. Количество слайдов – 10-15.</p> <p>15 баллов - тема освещена полностью, материал темы представлен на слайдах практически полностью в виде различных схем, таблиц и т.д. с добавлением рисунков-иллюстраций. Количество слайдов - более 15.</p> <p>Написать Положение о соревнованиях по спортивному ориентированию, заполнение таблиц и протоколов</p> <p>7 баллов – положение имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, не указано время и место проведения, организаторы соревнований. Не описана судейская коллегия. Не полно расписан ход мероприятия, дистанции не соответствуют заявленному возрасту, не указан порядок определения победителя и награждения</p> <p>10 баллов –положение имеет название, цель, задачи, не определен возраст, не описано оборудование, указано время и место проведения, организаторы соревнования, указан не полный список судейской коллегии. Не полно расписан ход мероприятия, дистанции соответствуют заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения</p> <p>15 баллов – положение имеет название, цель, задачи, определен возраст, описано оборудование, время и место проведения, организаторы соревнования. Полно расписан ход мероприятия, дистанции соответствуют заявленному возрасту, указан порядок определения победителя и награждения</p> <p>Одно задание по выбору</p> <p>Max 15 баллов</p> | <p>проведения фрагмента занятия по туризму и спортивному ориентированию по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося;</p> <p>составления упражнений по обучению техническим приемам туризма и спортивного ориентирования с учетом возраста и контингента занимающихся;</p> <p>проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств туризма и спортивного ориентирования;</p> <p>участия в судействе соревнования туризма и спортивного ориентирования;</p> <p>проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств туризма и спортивного ориентирования с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;</p> <p>проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>                         |
| Контрольное мероприятие по разделу | <p>Знает и владеет 3-5 туристическими узлами и умеет находить азимут- 15 баллов;</p> <p>Знает и владеет 6-9 туристическими узлами и умеет находить азимут- 20 баллов;</p> <p>Знает и владеет 10-12 туристическими узлами и умеет находить азимут- 30 баллов.</p> <p>Max 30 баллов</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Имеет опыт:</p> <p>проведения комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста контингента занимающихся;</p> <p>проведения фрагмента занятия по туризму и спортивному ориентированию по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности учащегося;</p> <p>составления упражнений по обучению техническим приемам туризма и спортивного ориентирования с учетом возраста и контингента занимающихся;</p> <p>проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств туризма и спортивного ориентирования;</p> <p>участия в судействе соревнования туризма и спортивного ориентирования;</p> <p>проведения фрагмента физкультурно-спортивного мероприятия (соревнования) с использованием средств туризма и спортивного ориентирования с учетом возрастных особенностей контингента занимающихся;</p> |

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура  
 Направленность (профиль): «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»  
 Рабочая программа дисциплины «Туризм и спортивное ориентирование»

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Промежуточный контроль<br>(количество баллов) | <p>Знать и уметь определять на карте одного из топографических знаков (на выбор). Совершенствование умений и навыков показа и объяснения топографических знаков.</p> <p>8 балла – упражнения частично соответствуют теме занятия, показ упражнений выполнен с незначительными ошибками. Нет подсчета выполнения упражнений, редко даются методические указания по выполнению упражнений.</p> <p>20 баллов – упражнения полностью соответствуют теме занятия, показ упражнений выполнен четко соответственно образцу. Дан громкий подсчет выполнения упражнений, даются методические указания по выполнению упражнений.</p> <p>Max 20 баллов</p> | <p>Умеет:</p> <p>использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по туризму и спортивному ориентированию в зависимости от поставленных задач;</p> <p>использовать в своей деятельности терминологию туризма и спортивного ориентирования;</p> <p>показывать наглядно и правильно выполнение упражнений в туризме и спортивном ориентировании;</p> <p>использовать стандартное и дополнительное оборудование, пользоваться спортивным инвентарем, и контрольно-измерительными приборами на занятиях физической культурой с использованием средств туризма и спортивного ориентирования;</p> <p>контролировать и оценивать работу обучающихся на занятиях и самостоятельную работу, успехи и затруднения в освоении средств;</p> <p>оценивать качество выполнения упражнений в туризме и спортивном ориентировании и определять ошибки в технике;</p> <p>использовать систему нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся на занятиях по туризму и спортивному ориентированию.</p> |
| Промежуточная аттестация                      | Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (9-15 баллов)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |