Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной работе



М.И. Салимов

«21» марта 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Элективные курсы по физической культуре (ДВ1)
«ТУРИЗМ»

Направление подготовки – 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Екатеринбург 2019 г.

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Туризм»* **с**оставлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Адаптивная физическая культура

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТиМ ФК протокол №7 от «13 марта» 2019 г.

Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» (протокол № 7 от «21» марта 2019 г.)

Разработчик программы: О.В. Молокова

И. о. зав. кафедрой . _____ И.В. Тарасевич

Проверил:

Начальник учебного отдела _____ Л. А. Осадчая

1. **МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Данная дисциплина относится к дисциплинам по выбору **Б1.В.21.ДВ.01.02** / части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при очной и заочной формах получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет.

В методическом плане дисциплина опирается на знания, полученные при изучении следующих учебных курсов, дисциплин:

1 курс - история физической культуры и спорта, теория и методика физической культуры, физиология человека, анатомия человека.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

Код компетенции	**Наименование компетенции**	**Степень реализации компетенции (полностью/частично) Курс/семестр**	**Индикаторы достижения компетенции**	**Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии). / область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников**
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности и для обеспечения социальной и профессиональной деятельности	**УК-7.1. Знает:** - значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; - основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и профессиональной деятельности, работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; - основы организации здорового образа жизни; - требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта к уровню физической подготовленности работников; - правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; - методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта, адаптивных видов спорта, и ИВС и АС; - основы планирования и проведения занятий по физической культуре и адаптивной физической культуре;	**Тип профессиональной задачи/ Реабилитационная (восстановительная** **05 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ** **Профессиональный стандарт "Инструктор-методист по АФК"** **УТВЕРЖДЕН приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 4 августа 2014 № 526н** **Инструктор по адаптивной физической культуре** Код 05.004 **Анализ потребностей рынка труда**

			- основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; - правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. **УК-7.2. Умеет:** - самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; - планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; - проводить занятия по общей физической подготовке; - определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; - соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; - пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности **УК-7.3. Имеет опыт:** - проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима; - планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; - планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС и АС по обучению технике выполнения	1. Получение информации о проблемах, связанных с состоянием физической работоспособности занимающегося различными формами двигательной активности, за исключением спорта 2.Организация и методическое обеспечение процессов использования различных форм двигательной активности с элементами спорта в отношении лиц различных групп здоровья 3.Оказание реабилитационной помощи по сохранению и восстановлению основных физических качеств: выносливости (толерантности к физическим нагрузкам), силы, быстроты, координации, ловкости. **02.ЗДРАВООХРАНЕНИЕ**

			упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; - владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и видов адаптивного спорта и ИВС и АС на уровне выполнения контрольных нормативов; - самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.	Профессиональный стандарт "Специалист по медицинскому массажу" УТВЕРЖДЕН приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 26 ноября 2018 года N 744н (В редакции, введенной в действие с 2 февраля 2019 года приказом Минтруда России от 26 декабря 2018 года N 849н.) *Специалист по медицинскому массажу* Код 02.042

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		1
Зачетные единицы	з.е.	
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	52
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	зачет
Контактная работа *(контакт. часы), в том числе:*	час	52
Лекции (Лек)	час	
Практические занятия (Пр)	час	52
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	
Самостоятельная работа, в том числе	час	
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Курсы
		1
Зачетные единицы	з.е.	
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	52
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	10
Лекции (Лек)	час	2
Практические занятия (Пр)	час	8
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	
Самостоятельная работа, в том числе	час	40
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль	час	4
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ
4.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения

/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
Модуль №1			**52**	0
	Раздел 1	**Проведение соревнований и корпоративного отдыха**		
Б1.В.15.ДВ.01.02	**Тема 1.1.** Веревочный курс	**Практические/семинарские занятия** Туристические узлы. Виды узлов, их классификация, способы завязывания. Организация переправ, спусков и подъемов. Способы страховки. Использование коллективных лидерских игр. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	**16**	
	Тема 1.2. Организация соревнований	**Практические/семинарские занятия** Разработка положения. Организация спортивного маршрута для школьников различного возраста. Использование нестандартного оборудования для оборудования дистанции. Основы техники и тактики в детско-юношеском туризме. Основы организации обеспечения безопасности в детско-юношеском спортивном туризме. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	**8**	
	Тема 1.3. Работа ДЮСШ	**Практические/семинарские занятия** Организация подготовки туристов-спортсменов на базе спортивных школ. Особенности физической подготовки в детско-юношеском туризме. Основные характеристики смешенных и разновозрастных групп. Организация врачебно-педагогического контроля и самоконтроля туристов-спортсменов. Особенности психологической подготовки в детско-юношеском туризме. Мониторинг спортивной подготовленности в группе и лично на протяжении занятием спортивным туризмом. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	**8**	

Модуль №2				0
	Раздел 2	**Организация спортивно туристических походов и спортивно коммерческих туров.**		
.1.	**Тема 2.1.** Организация деятельности перед походом	**Практические/семинарские занятия** Составление плана похода. Определение задачи (цели) похода. Подбор группы участников похода. Распределение обязанностей среди участников похода. Определение района похода. Сбор сведений о районе похода путешествия. Разработка маршрута. Составление календарного плана похода. Инструкция по технике безопасности. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	**10**	
	Тема 2.2. Проведение похода	**Практические/семинарские занятия** Подбор личного снаряжения. Групповое снаряжение. Организация бивачных работ. Обеспечение безопасности в походе. Медицинское обеспечение в походе. ПМП. Составление аптечки. Организация питания. Расчет себестоимости походов и коммерческих туров **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	**10**	

ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
Модуль №1			8	0
	Раздел 1	**Проведение соревнований и корпоративного отдыха**		
Б1.В.14.ДВ.02.02	**Тема 1.1.** Веревочный курс	**Практические/семинарские занятия** Туристические узлы. Виды узлов, их классификация, способы завязывания. Организация переправ, спусков и подъемов. Способы страховки. Использование коллективных лидерских игр. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	2	

	Тема 1.2. Организация соревнований	**Практические/семинарские занятия** Разработка положения. Организация спортивного маршрута для школьников различного возраста. Использование нестандартного оборудования для оборудования дистанции. Основы техники и тактики в детско-юношеском туризме. Основы организации обеспечения безопасности в детско-юношеском спортивном туризме. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	2	
	Тема 1.3. Работа ДЮСШ	**Практические/семинарские занятия** Организация подготовки туристов-спортсменов на базе спортивных школ. Особенности физической подготовки в детско-юношеском туризме. Основные характеристики смешенных и разновозрастных групп. Организация врачебно-педагогического контроля и самоконтроля туристов-спортсменов. Особенности психологической подготовки в детско-юношеском туризме. Мониторинг спортивной подготовленности в группе и лично на протяжении занятием спортивным туризмом. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	1	
		Модуль №2		
	Раздел 2	**Организация спортивно туристических походов и спортивно коммерческих туров.**		
.1.	**Тема 2.1.** Организация деятельности перед походом	**Практические/семинарские занятия** Составление плана похода. Определение задачи (цели) похода. Подбор группы участников похода. Распределение обязанностей среди участников похода. Определение района похода. Сбор сведений о районе похода путешествия. Разработка маршрута. Составление календарного плана похода. Инструкция по технике безопасности. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	2	
	Тема 2.2. Проведение похода	**Практические/семинарские занятия** Подбор личного снаряжения. Групповое снаряжение. Организация бивачных работ. Обеспечение безопасности в походе. Медицинское обеспечение в походе. ПМП.	**1**	

		Составление аптечки. Организация питания. Расчет себестоимости походов и коммерческих туров **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений		

5. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.
2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к практическому занятию.

Практическое занятие − это занятие, проводимое под руководством преподавателя на базе медицинского учреждения, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине.

Экзамен/Зачет является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к зачету. Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

Заочная форма обучения

	Модуль №1	
Раздел 1	**Проведение соревнований и корпоративного отдыха**	
Тема 1.1. Веревочный курс	**Содержание** **Учебное задание:** Организация коллективных лидерских игр с применением веревок **Цель**: Умение организовывать веревочные курсы **Учебное задание:** Туристические узлы, способы завязывания. Организация переправ, спусков и подъемов. Способы страховки. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	
Тема 1.2. Организация соревнований	**Содержание** **Учебное задание:** Разработка положения и условий дистанции **Цель**: Умение работать с документацией при разработке условий и положений **Учебное задание:** Организация спортивного маршрута для школьников различного возраста. Использование нестандартного оборудования для оборудования дистанции. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений	
Тема 1.3. Работа ДЮСШ	**Содержание** **Учебное задание: Способы о**рганизации подготовки туристов-спортсменов на базе спортивных школ.	

		Цель: Ознакомится с документами ДЮСШ **Учебное задание:** Особенности физической подготовки в детско-юношеском туризме. Организация врачебно-педагогического контроля и самоконтроля туристов-спортсменов. Особенности психологической подготовки в детско-юношеском туризме. Мониторинг спортивной подготовленности в группе и лично на протяжении занятием спортивным туризмом. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений
		Модуль №2
	Раздел 2	**Организация спортивно туристических походов и спортивно коммерческих туров.**
	Тема 2.1. Организация деятельности перед походом	**Содержание** **Учебное задание:** Составление плана похода с группами различного возраста **Цель**: Умение организовать спортивно-туристкийй или корпоративный поход **Учебное задание:** Определение задачи (цели) похода. Подбор группы участников похода. Распределение обязанностей среди участников похода. Определение района похода. Сбор сведений о районе похода путешествия. Разработка маршрута. Составление календарного плана похода. Инструкция по технике безопасности. **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений
	Тема 2.2. Проведение похода	**Содержание** **Учебное задание:** Проведение похода выходного дня **Цель**: Умение организовать спортивно-туристкийй или корпоративный поход **Учебное задание:** Подбор личного снаряжения. Групповое снаряжение. Организация бивачных работ. Обеспечение безопасности в походе. Медицинское обеспечение в походе. ПМП. Составление аптечки. Организация питания. Расчет себестоимости походов и коммерческих туров **Формы отчетности:** практическая демонстрация полученных умений

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

ТЕСТЫ

Тест №1

1. Повреждения мягких тканей и внутренних органов, костной системы, кровеносных сосудов и т.д. при сохранении целости кожи и слизистых оболочек – это: а) закрытые повреждения; б) открытые повреждения; в) раны; г) растяжения связок.

2. ПМП при обширных ожогах а) уложить горизонтально; б) обложить льдом или холодными компрессами; в) дать напиться холодной воды; г) тепло укутать; д) напоить горячим кофе.

3. Первая помощь пострадавшему от теплового удара: а) укутать в тёплый спальник; б) положить холод на голову, область сердца; в) напоить горячим чаем; г) напоить минеральной водой; д) дать понюхать нашатырный спирт.

4. При ушибах необходимо: а) растереть место ушиба; б) приложить холод; в) обеспечить покой; г) активно разминать место ушиба.

5. Зимний поход. Спустившись с перевала группа приближается к лесу. Через часполтора все должны быть в лесу. У одного участника ломается крепление. Как быть? а) всем ждать пока починят лыжу; б) оставить ремонтный набор пусть чинит сам, потом придет в лагерь; в) оставить с пострадавшим ремонтника, остальным идти в лес ставить лагерь.

6. Пик травматизма приходится на: а) зима; б) весна; в) лето; г) осень.

7. Если Вы увидели змею, что лучше сделать: а) громко закричать; б) тихо уйти, не привлекал внимания; в) топая ногами, дать ей уползти.

8. На месте лагеря (палаток) много сухостойных деревьев. Что с ними сделать: а) спилить все; б) спилить столько, сколько нужно для ночлега; в) оставить их в запас; г) разбить лагерь в другом месте.

9. Азимут может меняться от: а) 0°-180° б) 0°-360° в) 0°-300° г) 90°-270° д) 45°-315°.

10. Сторона горизонта, имеющая азимут 225°: а) Север; б) Северо-запад; в) Юго-запад; г) Восток; д) Северо-восток.

11. Горизонтали бывают: а) промежуточные; б) основные; в) вспомогательные; г) все перечисленные.

12. Голубым цветом на карте обозначаются объекты: а) рельефа; б) растительности; в) гидрографии; г) искусственные.

13. Узлы для привязывания веревок к опоре: а) академический; б) брамшкотовый; в) двойной проводник; г) булинь.

14. Личным снаряжением в походе является: а) фотоаппарат; б) палатка; в) спальник; г) котёл.

15. Раскладка по питанию, предусматривающая равномерное распределение продуктов между участниками: а) классическая; б) полугималайская; в) гималайская; г) все перечисленные.

Ключ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
а	гд	бг	бв	а	в	б	г	б	в	бв	в	г	в	а

Тест № 2

1. Установите последовательность действий ПМП при ранении: а) кожу вокруг раны протереть одним из дезинфицирующих растворов; б) рану закрыть стерильной салфеткой; в) остановить кровотечение; г) удалить поверхностно лежащие у раны обрывки одежды, грязи, инородные предметы.

2. Основные принципы транспортной иммобилизации следующие: а) шина не должна захватывать суставы; б) необходимо придать конечности физиологическое положение; в) необходимо вправление отломков; г) накладывают стерильную повязку; д) шину накладывают на одежду, вату, полотенце; е) шина должна быть стандартной по всем параметрам.

3. Форма ожога, при которой повреждается вся толща кожи, мышцы, сухожилия, кости. При этой степени ожога происходит обугливание кожи и подлежащих тканей: а) I степени; б) II степени; в) III степени ; г) IVстепени ; д) V степени.

4. Оказание первой помощи при отморожении: а) поместить в спальник прямо в одежде; б) отмороженные участки растереть снегом; в) напоить горячим молоком; г) смазать отмороженные участки жиром; д) обмороженные участки растереть мягкой шерстяной тканью.

5. Группа идет по целине тропя лыжню. В группе двое слабых. Куда их поставить? а) в начале; б) в середине; в) в конце.

6. Факторы природной среды влияющие на безопасность в походе: а) рельеф; б) температура; в) осадки; г) ветер; д) растительность; е) вода; г) все факторы влияют.

7. Если для очистки воды использовать раствор марганцовки, то цвет раствора должен быть: а) бледно-розовый; б) красный; в) темно-красный.

8. Как безопаснее рубить сучья у лежащего дерева: а) стоять на той же стороне, что и ветки; б) стоять на другой стороне от веток; в) дерево между ног.

9. Угол между направлением на север и на какой-нибудь определенный предмет местности: а) восток; б) полюс; в) ориентир; г) азимут; д) компас.

10. Учащиеся возвращаются от озера, расположенного на востоке от школы в направлении: а) Южном; б) Северном; в) Юго-восточном; г) Юго-западном; д) Западном.

11. Что такое азимут: а) Краткое описание КП относительно его ориентира; б) Угол между направлением на север и на какой-либо предмет; в) Конечный ориентир, помогающий выйти на КП.

12. **Укажи пять способов определения сторон света на местности:** а) направление ветра; б) собственная тень; в) направление течения реки; г) направление хоженых троп; д) направление нехоженых рек; е) компас; ж) звёзды; з) направление движения поездов; и) местные приметы; к) часы.

13. Узлы не затягивающиеся петли: а) академический; б) брамшкотовый; в) двойной проводник; г) булинь.

14. К групповому снаряжению в походе относятся: а) спальники; б) фотоаппарат; в) тент; г) КЛМН.

15. Раскладка по питанию, предусматривающая личный и общий набор продуктов в походе: а) классическая; б) полугималайская; в) гималайская; г) все перечисленные.

Ключ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
гавб	бгд	г	вд	б	г	а	б	г	д	б	ежик	в	бв	б

Тест №3

1. При оказании ПМП нельзя: а) заливать и промывать рану дезинфицирующими растворами; б) накладывать стерильную повязку; в) поить пострадавшего горячим чаем; г) удалять одежду с поврежденного места; д) удалять из раны инородные тела и костные обломки; е) вправлять выпавшие внутренние органы.

2. Форма ожога, при которой появляются пузыри: а) I степени; б) II степени; в) III степени ; г) IVстепени ; д) V степени.

3. Пострадавший жалуется на головную боль, головокружение, тошноту, слабость, шум в ушах при: а) ушибе уха; б) ушибе головы; в) сотрясении мозга; г) ушибе грудной клетки.

4. При каком кровотечении кровь имеет темно-вишневый цвет, вытекает непрерывной струей медленно, равномерно: а) при капиллярном; б) при венозном; в) при артериальном; г) такого кровотечения не бывает.

5. Больше всего травматизму подвержены участники следующих походов: а) 4-5 категории сложности; б) 2-4 категории сложности; в) до 2 категории сложности.

6. Вашей группе надо пройти участок пути вдоль шоссе. Где безопаснее идти: а) навстречу транспорту по левой стороне; б) по ходу транспорта по правой стороне; в) часть группы — по правой стороне, часть — по левой, чтобы не было толпы.

7. Вы ищете место для ночлега в летнем походе по Уралу. В первую очередь оно должно быть: а) рядом с водой; б) рядом с дровами; в) подальше от людей.

8. Как правильно спилить дерево: а) пилить с той стороны, куда оно должно упасть; б) пилить с противоположной стороны, куда оно должно упасть; в) подпилить с любой стороны, потом толкать руками в нужную сторону; г) все варианты правильные.

9. Каким цветом отображается на топографических картах искусственные образования рельефа: а) желтым; б) зеленым; в) черным; г) коричневым; д) оранжевым.

10. Прибор для ориентирования: а) транспортир; б) ориентир; в) компас; г) азимут; д) нивелир.

11. Сторона горизонта, имеющая азимут 270°: а) Север; б) Запад; в) Восток; г) Юг; д) Северо-запад.

12. Часть земной поверхности, которую мы видим вокруг себя на открытом месте: а) полюс; б) горизонт; в) местность; г) рельеф; д) ориентир.

13. Узлы для связывания веревок: а) булинь; б) прямой; в) простой; г) все перечисленные.

14. Раскладка по питанию, предусматривающая равномерное распределение продуктов между участниками: а) классическая; б) полугималайская; в) гималайская; г) все перечисленные.

15. Личным снаряжением в походе является: а) фотоаппарат; б) палатка; в) спальник; г) котёл.

Ключ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
аде	б	в	б	в	а	а	б	в	в	б	в	б	а	в

Тест № 4

1. При укушенных ранах необходимо: а) остановить кровотечение; б) промыть холодной водой; в) промыть мыльным раствором; г) наложить стерильную повязку.

2. При вывихах и переломах необходимо: а) дать выпить любой обезболивающий препарат; б) приложить к повреждению горячую грелку; в) зафиксировать поврежденную конечность; г) опустить конечность как можно ниже.

3. ПМП при ожогах I степени: а) Смачивают ожог свежевыпущенной мочой; б) смазать салом; в) в виде повязки используют свежие листья капусты; г) завернуть пострадавшего в простыню; д) ничего не делать.

4. При отморожении нарушается кровообращение, это приводит к поражению всех слоев кожи (некроз) и мягких тканей, в первые дни появляются пузыри, заполненные кровянистым или темно-бурым содержимым: а) I степени; б) II степени; в) III степени; г) IVстепени; д) V степени.

5. Группа в начале сентября на Северном Кавказе при движении по маркированной тропе попали в сложные метеоусловия. Сошли на труднопроходимый склон. Часть людей погибла. Группа была предупреждена заранее. После схода с тропы снаряжение не было утеряно. После спуска по склону находились под покровом леса. Причины несчастья: а) работа руководителя; б) неудачная группа; в) плохое снаряжения; г) пренебрежение мнением местных жителей; д) неудачный район похода.

6. На каком расстоянии от деревьев должен быть костер: а) 1м; б) 3м; в) 5м; г) чем дальше, тем лучше.

7. Воду из пруда, озера, реки на Урале: а) можно сразу же пить; б) сначала нагреть, потом пить; в) сначала прокипятить, потом пить.

8. Какие виды обозначения масштаба существуют: а) численный; б) частный; в) линейный; г) главный; д) все перечисленные

9. Высота точки, определяется относительно основной уровневой поверхности, — это: а) относительная высота; б) абсолютная высота; в) аппликанта точки; г) геодезическая высота.

10. Условные знаки делятся на: а) масштабные; б) линейные; в) внемасштабные; г) все перечисленные

11. Какие карты относятся к крупномасштабным: а) 1:500 000; б) 1: 20 000; в) 1: 1 000 000; г) здесь все мелкомасштабные.

12. Узлы для связывания веревок: а) академический; б) брамшкотовый; в) двойной проводник; г) булинь.

13. Раскладка по питанию, предусматривающая личный набор продуктов на каждого участника: а) классическая; б) полугималайская; в) гималайская; г) все перечисленные.

14. К групповому снаряжению в походе относятся: а) спальники; б) фотоаппарат; в) тент; г) рюкзак.

15. Открытое пространство на картах ориентирования обозначается: а) желтым; б) зеленым; в) черным; г) коричневым; д) оранжевым.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
вг	ав	д	г	аг	г	в	ав	б	ав	б	аб	в	бв	д

Ключ

Тест № 5

1. Давящей повязкой можно остановить кровотечение: а) капиллярное; б) венозное; в) артериальное; г) нельзя остановить кровотечение.

2. Жгут используется при кровотечении: а) капиллярном; б) венозном; в) артериальном; г) нельзя останавливать кровотечение жгутом.

3. Первая медицинская помощь при обмороке: а) больного приподнять и придать положение полусидя; б) больному придать лежачее положение с низко опущенной головой; в) расстегнуть стесняющую больного одежду; г) как можно плотнее закутать пострадавшего в тёплый спальник; д) растирать щеткой кожу подошв; е) дать понюхать нашатырный спирт; ж) приложить холод к ногам.

4. Отморожение проявляется нарушением кровообращением и образованием пузырей с прозрачной жидкостью. а) I степени; б) II степени; в) III степени; г) IVстепени; д) V степени.

5. Северный Урал. Зимний вечер. Группа лыжников совершает траверс Главного Уральского хребта во второй половине дня. Две девушки завернули по нужде. Их остался ждать руководитель. Трое остальных продолжили путешествие. Когда оставшиеся продолжили путь след замело, ушедших не было видно. У отставших: топор, спички, 2 спальника. Ваш вариант их действий: а) продолжить путь и догнать группу; б) идти пока возможно, затем остановиться на привал; в) остановиться на привал сразу, и продолжить путь с утра; г) ждать возвращения ушедших.

6. Воду из ручья нельзя пить, если она: а) прозрачная; б) мутная; в) на поверхности — пена; г) на поверхности — мусор (хвоя, ветки).

7. В летнем походе дежурный у костра надевает: а) шорты, шапочку; б) обувь, рукавицы; в) обувь, брюки, рубашку, рукавицы, шапочку.

8. Если при пилке дерева оно начало падать, надо: а) руками толкать его в нужную сторону; б) отойти подальше; в) отклонять в сторону деревья, растущие на пути падения.

9. Масштаб карты это: а) отношение отрезка на карте к соответствующему отрезку на местности; б) соотношение длины и ширины карты; в) степень увеличения изображаемого объекта

10. Условные знаки это: а) знаки для классификации карт; б) пояснительный текст; в) графические символы, обозначающие на карте объекты, явления и процессы; г) номер карты.

11. Карты классифицируются: а) по масштабу; б) по легенде; в) по пространственному охвату; г) по картографической сетке; д) по содержанию.

12. Разница высот двух точек — это: а) превышение; б) приросты аппликату; в) приросты абсцисс; г) приросты ординат.

13. Вспомогательные узлы: а) академический; б) стремя; в) двойной проводник; г) булинь; д) восьмерка.

14. Раскладка по питанию, предусматривающая личный и общий набор продуктов в походе: а) классическая; б) полугималайская; в) гималайская; г) все перечисленные.

15. Групповое снаряжение, которое потребуется в зимнем походе: а) печка; б) коврик; в) палатка; г) все перечисленное.

Ключ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
аб	в	бвеж	б	в	бв	в	б	а	в	ад	а	бд	б	а

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

№ п/п	Задание	Критерии оценки
1 Задания репродуктивного уровня		
Раздел 1		
1	Выслушав рассказ преподавателя, выписать из него известные условные знаки	«Отлично» - написано от 90 до 100% прозвучавших УТЗ; «Хорошо» - написано от 75 до 90% прозвучавших УТЗ; «Удовлетворительно» - написано от 55 до 75 % прозвучавших УТЗ; «Неудовлетворительно» - менее 55%
2	По заданию преподавателя пройти по азимуту определенное расстояние.	«Зачтено» - студент пришел в расчетную точку, с погрешность не более 2-х метров «Не зачтено» - ошибка составляет более 2-х метров в любую сторону.
3	Пройти по маршруту каждого из видов ориентирования	«Зачтено» - уложился в поставленное время, правильно отметил все КП; «Не зачтено» - не уложился во времени, в отметке КП грубые нарушения.
Раздел 2		
1	Произвести перевязку различных частей тела по предложенным схемам.	«Зачтено» - полностью выполнил задание, правильно произведена перевязка; «Не зачтено» - перевязка не соответствует схемам, много ошибок.

2	Составить список необходимого в ПВД снаряжения и медикаментов на основе стандартного	«Зачтено» - список соответствует представленным требованиям; «Не зачтено» - не справились с заданием.
Раздел 3		
1	Завязывание узлов на репшнуре, по рисунку	«Зачтено» - студент может завязать 15 узлов, по всем правилам, знает их названия; «Не зачтено» - студент не может завязать более половины узлов, не знает их названий.
2	Привязывание веревок к опоре, по стандартной схеме	«Зачтено» - студент может завязать 4 узла на опоре при помощи основной веревки, по всем правилам, знает их названия; «Не зачтено» - студент не может завязать более половины узлов, не знает их названий.
2 Задания реконструктивного уровня		
Раздел 1		
1	Переделать известный рассказ или стихотворение с использованием УТЗ	«Отлично» - написано от 90 до 100% прозвучавших УТЗ; «Хорошо» - написано от 75 до 90% прозвучавших УТЗ; «Удовлетворительно» - написано от 55 до 75 % прозвучавших УТЗ; «Неудовлетворительно» - менее 55%
2	Пройти по усложненному маршруту каждого из видов ориентирования	«Зачтено» - уложился в поставленное время, правильно отметил все КП; «Не зачтено» - не уложился во времени, в отметке КП грубые нарушения.
Раздел 2		
1	Выбрать способ перевязки и транспортировки пострадавшего исходя из полученной травмы	«Зачтено» - полностью выполнил задание, правильно произведена перевязка и организована доставка; «Не зачтено» - перевязка не соответствует схемам, много ошибок.
2	Распределить представленное снаряжение по разным видам походов, обосновать выбор	«Зачтено» - список соответствует представленным требованиям, анализ развернутый; «Не зачтено» - не справились с заданием.
Раздел 3		
1	Завязывание узлов на репшнуре, по названию и назначению	«Зачтено» - студент может завязать 15 узлов, по всем правилам, знает их названия и применение; «Не зачтено» - студент не может завязать более половины узлов, не знает их названий и применение.
2	Поставить короткую спортивную дистанцию по описанию	«Зачтено» - студент может организовать основные веревочные этапы для 1 класса, по всем правилам, знает их названия и способы применения;

		«Не зачтено» - студент не может организовать веревочные этапы, не знает их названий и способы применения.
3 Задания творческого уровня		
Раздел 1		
1	Поставить маршрут ориентирования для своих сокурсников	«Зачтено» - студент правильно определил местонахождение КП и проложил маршрут в соответствии с требованиями; «Не зачтено» - студент не справился с заданием.
2	Написать развернутый рассказ с использованием УТЗ.	«Отлично» - использовано более половины изученных УТЗ, рассказ связный; «Хорошо» - использовано от 10 и более УТЗ, возникают проблемы с переходными фразами; «Удовлетворительно» - использовано менее 10 УТЗ, предложения слабо связаны; «Неудовлетворительно» - не справились с заданием
Раздел 2		
1	Самостоятельно организовать ПВД для сокурсников в окрестностях Екатеринбурга	«Зачтено» - студент правильно заполнил все необходимые документы, придерживался пана подготовки, проложил соответствующий параметрам маршрут, способен организовать группу, участники выполняют поставленные задачи; «Не зачтено» - студент не способен организовать группу, допускает ошибки в заполнении документов, план похода не выдерживается.
2	Самостоятельно написать отчет с презентацией о совершенном путешествии	«Зачтено» - студент правильно заполнил все необходимые документы и составил отчет, презентация отражает структуру отчета, красочная и наглядная, активно используется картографический материал; «Не зачтено» - студент делает ошибки при заполнении документов, презентация не отражает пройденного маршрута.
Раздел 3		
1	Самостоятельная организация массового спортивного мероприятия для детей с элементами туризма и ориентирования	«Зачтено» - студент правильно заполнил все необходимые документы, придерживался пана подготовки, проложил соответствующий параметрам маршрут, сообщил задачи для судей этапов; «Не зачтено» - студент не способен организовать группу, допускает ошибки в заполнении документов, маршрут дистанции не соответствует заданным параметрам.

2	Самостоятельная организация поляны развлечений для корпоративной встречи	«Зачтено» - студент проложил соответствующий параметрам маршрут, способен организовать группу, участники выполняют поставленные задачи, творческий подход к организации мероприятия, написан качественный сценарий; «Не зачтено» - студент не способен организовать группу, допускает ошибки в заполнении документов, сценарий взят чужой.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Подбор и разработка учебных материалов должны производиться с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах так, чтобы инвалиды 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 по дисциплине создан фонд оценочных средств (ФОС), адаптированный для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности компетенций. Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИ

Применение ДОТ допускается при наличии объективных уважительных причин (форсмажорные обстоятельства), препятствующих обучающимися и педагогическим работникам лично присутствовать в Институте. Преподаватель обеспечивает освоение обучающимися учебной дисциплины в дистанционном режиме в полном объеме: организует взаимодействие со студентами в ЭИОС с использованием прикладных инструментов для проведения online-занятий (Zoom, Skype и др.), а также электронной почты, социальных сетей и мессенджеров; проводят консультации со студентами согласно графику, размещенному на сайте; осуществляют текущий и промежуточный контроль результатов обучения. Возможны следующие формы проведения занятий: проведения online-занятий с использованием прикладных инструментов (Zoom, Skype и др.); запись и размещение видеоматериалов или ссылок на них в системе «Автор-вуз»; размещение в системе «Автор-вуз» текстов лекций или презентаций лекций; размещение практических заданий в системе «Автор-вуз» с последующей их проверкой. Проведение занятий с использованием ДОТ предполагает размещение в ЭИОС учебно-методического комплекса.

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Не предусмотрена

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Основная литература

1.Вяткин Л. А. Туризм и спортивное ориентирование: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений/Л.А. Вяткин, Е.В. Стдорчук, Д.Н. Немытов. – 2-е изд., доп. – М.: Издательский центр «Академия»,2014. – 208 с

2. Вяткин Л. А. Туризм и спортивное ориентирование: учеб.
пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений/Л.А. Вяткин, Е.В. Стдорчук, Д.Н. Немытов. – М.: Академия,2008. – 208 с.

3. Молокова О.В. Методические рекомендации по дисциплине «Туризм» / О.В. Молокова – Екатеринбург УралГУФК 2020 г. – 36 с.

Дополнительная литература

1. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. – М., 1985
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.,1983
3. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. – М., 1992
4. Востоков И.Е., Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебник. – М.: Советский спорт, 2002.
5. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник для ин-тов и техникумов физической культуры / В.И. Ганопольский, Е.Я. Безносиков, В.Г. Булатов. - М. : ФиС, 1987. - 240 с.
6. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. – М., 1995.
7. Русский турист (Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000гг.). – М., 1990.
8. Шимоловский В.М., Топольский В.М. Питание в туристском путешествии. М., 1986.

8.2. Электронные образовательные ресурсы

1.Письменский, И. А. Физическая культура : учебник для бакалавриата и специалитета / И. А. Письменский, Ю. Н. Аллянов. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 493 с. — (Серия : Бакалавр и специалист). — ISBN 978-5-534-09116-8. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/D44EA4DA-A7D7-4FE0-88CC-DF81C3859B81.

2.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, 2019. — 329 с. — (Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-07355-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/438524 (дата обращения: 20.02.2020).

8.3. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/
Министерство образования и науки РФ https://minobrnauki.gov.ru/
Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online http://biblioclub.ru/

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1. Программное обеспечение.

- Операционная система ROSA Linux
- Текстовый процессор и визуальный редактор HTML Writer
- Табличный процессор Calc

- Программа подготовки презентаций Impress
- Интернет обозреватель Mozilla Firefox
- Интернет обозреватель Chrome
- Система автоматизации учебного процесса «Автор-вуз».

9.2. Материально-техническое обеспечение

Универсальный спортивный зал Для групповых и индивидуальных занятии Универсальный спортивный зал: 4 стола для настольного тенниса, 2 стандартного кольца для профессионального баскетбола, 6 баскетбольных колец для тренировок и проведения учебного процесса, Комплект снарядов для волейбола, 2 ворот для мини-футбола, Электронное табло, Трибуны, 10 конусов, 15 волейбольных мячей, 20 баскетбольных мячей, 15 футбольных мячей, 10 ракеток для настольного тенниса, 20 скакалок, 10 набивных мячей, 10 обручей, , сетки для настольного тенниса ,5 гандбольных мячей, 5 гимнастических ковриков, 10 скамеек, Переносные стойки и маты для прыжков в высоту, Переносные маты для прыжков в длину, 9 упорных стеновых снарядов (стенок), 10 барьеры для бега, 10 копий, 7 ядер.

Спортивный зал (единоборств, тренажерный зал) Для групповых и индивидуальных занятии: Ковер (22 мата), 12 силовых снарядов для развития мышц рук, ног, спины, 2 штанги, 15 гирь и гантель.

Зал лечебной физической культуры Для групповых и индивидуальных занятий: Кольца для пилатеса, батут, мягкий модуль 2 шт, гимнастические палки, балансы, шведская стенка, бодибар, гантели, фитболы, сенсорные дорожки, массажные мячи, блоки для йоги, полусферы, гимнастические коврики, утяжелители, степ-платформы.

Аудитория для проведения занятий лекционного типа, оснащенная набором демонстрационного оборудования.

Аудитория для занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспеченное доступом в электронную информационно-образовательную среду.

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебные занятия проводятся в форме лекционных и практических занятий.

Лекционные занятия являются аудиторными.

Практические занятия являются аудиторными, проводятся в виде групповой работы.

Самостоятельная работа является внеаудиторной и предназначена для самостоятельного ознакомления студентов с поставленными вопросами и проблемами.

В самостоятельную работу входит изучение рекомендованной литературы, реферирование литературных источников, составление планов-конспектов занятий.

Одним из основных условий реализации ООП является применение балльно-рейтинговой системы в Екатеринбургском институте физической культуры (филиал) УралГУФК. Для дисциплины «Физическая культура» разработана и утверждена балльно-рейтинговая система.

Если к моменту проведения зачета студент набирает количество баллов, достаточное для получения зачета (60 баллов и более), то они могут быть выставлены ему в зачетную книжку и ведомость в день зачета без процедуры принятия.

В случае длительного пропуска занятий – самостоятельная подготовка конспектов, реферата, презентации (не менее 20 баллов в общей сложности), сдача нормативов в соответствии с требованиями.

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать 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 удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.) и др.
Самостоятельная работа	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме.
Сдача технических нормативов	Выполнение техники легкоатлетических видов, пройденных по программе
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

Приложение №1

Формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности

Балльно-рейтинговая система оценивания учебных достижений студентов (формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности)

ТУРИЗМ

Виды деятельности	Тема	Критерии оценки	Баллы	
			min	max
Модуль № 1			30	50
Посещение учебных занятий	Посещение 1 занятия – 0, 83 балла	Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	6	10
Выполнение практических работ	1.Работа с компасом. 2.Измеоение расстояния на местности. 3.Спортивное ориентирование.	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы.	6	10
Тестирование	Промежуточное тестирование по модулю №1	50 – 70% правильных ответов 71-100% правильных ответов	6 8	8 10
Составление конспектов по темам лекций	1.Организация питания в походе. 2.Туристские узлы. 3.Организация и проведения похода выходного дня. 4.Организация и проведение туристского соревнования.	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы	6	10
Самостоятельная работа. Написание и защита реферата	Тема исследования согласуется с преподавателем, ведущим занятия.	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы, выступление перед аудиторией.	6	10
Модуль № 2			30	50
Посещение учебных занятий	Посещение 1 занятия – 0, 83 балла	Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	6	10
Выполнение практических работ	Организация и проведение туристского соревнования.	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы.	6	10
Составление конспектов по темам лекций	1.Техника безопасности при занятии туризмом	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы	6	10
Самостоятельная работа. Написание и защита реферата	Тема исследования согласуется с преподавателем, ведущим занятия.	Оценивается качество выполненной работы, использование дополнительной литературы, выступление перед аудиторией.	6	10
Итого			60	100

Приложение 2

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ТУРИЗМ»

направление подготовки 49.03.02 «Адаптивная физическая культура»

1. **Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Данная дисциплина относится к дисциплинам по выбору **Б1.В.21.ДВ.01.02** / части, формируемой участниками образовательных отношений, блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе при очной и заочной формах получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет.

В методическом плане дисциплина опирается на знания, полученные при изучении следующих учебных курсов, дисциплин:

1 курс - история физической культуры и спорта, теория и методика физической культуры, физиология человека, анатомия человека.

2. **Результаты обучения по дисциплине**

В результате освоения дисциплины студент должен овладеть УК-7, Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения социальной и профессиональной деятельности

3. **Содержание дисциплины**

Модуль №1 .
Проведение соревнований и корпоративного отдыха
Тема 1.1.Веревочный курс
Тема 1.2. Организация соревнований
Тема 1.3. Работа ДЮСШ
Модуль №2
Организация спортивно туристических походов и спортивно коммерческих туров.
Тема 2.1.
Организация деятельности перед походом
Тема 2.2.
Проведение похода

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		1
Зачетные единицы	з.е.	
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	52
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	зачет
Контактная работа *(контакт. часы), в том числе:*	час	52
Лекции (Лек)	час	

Практические занятия (Пр)	час	52
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	
Самостоятельная работа, в том числе	час	
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час	
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		1
Зачетные единицы	з.е.	
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час	52
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час	8
Лекции (Лек)	час	
Практические занятия (Пр)	час	8
Семинары	час	
Лабораторные работы (Лаб)	час	
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час	
Самостоятельная работа, в том числе	час	40
Курсовая работа (КР)	час	
Часы на контроль	час	4
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час	