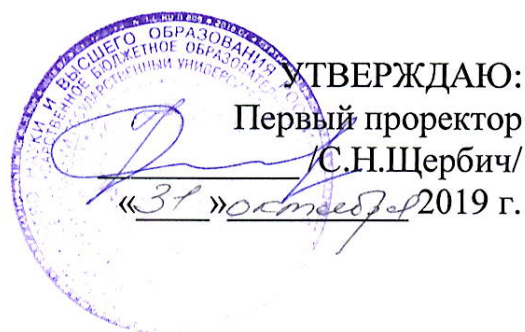


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»



УТВЕРЖДАЮ:

Первый проректор

/С.Н.Щербич/

«31» октябрь 2019 г.

Рабочая программа учебной дисциплины «Туризм и спортивное ориентирование»

образовательной программы высшего образования –

программы бакалавриата

44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль):

Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Формы обучения: очная, очно-заочная, заочная

Курган 2019

Рабочая программа дисциплины «Туризм и спортивное ориентирование» составлена в соответствии с учебным планом по программе бакалавриата Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) Физическая культура и безопасность жизнедеятельности утвержденным:

- для очной формы обучения «29» августа 2019 года;
- для очно-заочной формы обучения «29» августа 2019 года;
- для заочной формы обучения «29» августа 2019 года;

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры «Физическая культура и спорт» «30» октября 2019 года, протокол № 2.

Рабочую программу составил
канд. пед. наук, доцент

И.А.Струнин

Согласовано:

Заведующий кафедрой
Физическая культура и спорт
канд.биол. наук, доцент

Д.А.Корюкин

Специалист по
учебно-методической работе

И.В. Тарасова

Начальник управления
образовательной деятельности

С.Н.Синицын

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Всего: 2 зачетных единиц трудоемкости (72 академических часа)

Очная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр
		6
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов	48	48
в том числе:		
Лекции	24	24
Практические занятия	24	24
Самостоятельная работа, всего часов	24	24
в том числе:		
Подготовка к зачету	18	18
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	6	6
Вид промежуточной аттестации	Зачет	Зачет
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	72	72

Всего: 2 зачетных единиц трудоемкости (72 академических часа)

Очно-заочная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр
		6
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов	18	18
в том числе:		
Лекции	6	6
Практические занятия	12	12
Самостоятельная работа, всего часов	54	54
в том числе:		
Подготовка к зачету	18	18
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)	36	36
Вид промежуточной аттестации	Зачет	Зачет
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	72	72

Всего: 2 зачетных единиц трудоемкости (72 академических часа)

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	На всю дисциплину	Семестр	
		7	
Аудиторные занятия (контактная работа с преподавателем), всего часов	6	6	
в том числе:			
Лекции			2
Практические занятия	4	4	
Самостоятельная работа, всего часов	66	66	
в том числе:			
Подготовка к зачету			18
Выполнение контрольной работы			18
Другие виды самостоятельной работы (самостоятельное изучение тем (разделов) дисциплины)			30
Вид промежуточной аттестации	Зачет	Зачет	
Общая трудоемкость дисциплины и трудоемкость по семестрам, часов	72	72	

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.02 «Туризм и спортивное ориентирование» относится к вариативной части блока Б1 дисциплины (модули) по выбору 2 (ДВ.2). Изучение дисциплины базируется на результатах обучения знаниях, умениях, навыках, приобретенных студентами в средней школе, из основных форм внеучебной работы по туризму и спортивному ориентированию. Дисциплина «Туристические слеты и соревнования» направлена на туристско-краеведческую работу, подготовку и проведение туристических походов, подготовку картографических материалов, и проведение соревнований по спортивному ориентированию. В связи с этим студенты приобретают знания, умения и навыки, необходимые для успешной самостоятельной организационной и педагогической работы по туризму и спортивному ориентированию.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Целью освоения дисциплины «Туризм и спортивное ориентирование» является развитие у студентов интереса к туризму и спортивному ориентированию, учитывая их оздоровительное значение. Овладение умениями и навыками в работе с компасом и картой, в измерении расстояний на местности, преодолении препятствий, проведения соревнований и игр по туризму, организации туристского быта

приобретение знаний для организации туристских походов и поведения туристических соревнований.

Задачами освоения дисциплины являются:

1. Овладение понятийным аппаратом в туризме и спортивном ориентировании. Топографическая подготовка.

2. Разучивание техники прохождения этапов в соревнованиях по технике пешеходного туризма.

Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины:

- способен проектировать траектории своего профессионального роста и личностного развития (ПК-1).

- способен руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся (ПК-2).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

- **знать:** особенности траектории своего профессионального роста и личностного развития (ПК-1).

- **уметь:** проектировать траектории своего профессионального роста и личностного развития (ПК-1); руководить учебно-исследовательской деятельностью обучающихся (ПК-2).

- **владеть** в соответствии с особенностями вида спорта учебно-исследовательской деятельностью обучающихся (ПК-2).

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-тематический план

6 Семестр

Очно форма обучения

Рубеж	Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Количество часов контактной работы с преподавателем	
			Лекции	Практич. занятия
Рубеж 1	1	Туризм и спортивное ориентирование в системе физического воспитания.	2	
	2	Организация и проведение соревнований по туризму и спортивному ориентированию.	4	4
	3	Топографическая подготовка в туризме и спортивном ориентировании	1	4
		Рубежный контроль №1	1	
Рубеж 2	4	Организация соревнований по спортивному ориентированию	4	4
	5	Организация соревнований по технике пешеходного туризма. Физическая подготовка туристов – пешеходников.	4	2

	6	Судейство соревнований по туризму и спортивному ориентированию. Рубежный контроль №2	2	1
Рубеж 3	7	Обеспечение безопасности. Спасательные работы в пешем туризме. Безопасность при бивачных работах. Знаки сигналов бедствия	4	3
	8	Соревнования по спортивному ориентированию. Соревнования по технике и тактике пешеходного туризма.	2	4
		Рубежный контроль №3		1
	ВСЕГО			24

4.1. Содержание лекционных занятий

Тема 1. Туризм и спортивное ориентирование в системе физического воспитания (2 час)

Введение в предмет. Влияние занятий туризмом на здоровье человека. Значение туризма для формирования важных умений и навыков. Место туризма и спортивного ориентирования в системе воспитания человека.

Тема 2. Организация и проведение соревнований по туризму и спортивному ориентированию (4 час)

Виды туризма и спортивного ориентирования. Общие принципы построения дистанций. Оборудование. Календарный план. Материально-техническое обеспечение. Комплектование и подготовка команд (участников).

Тема 3. Топографическая подготовка в туризме и спортивном ориентировании (2 час)

Рельеф и способы его изображения. Условные топографические знаки. Топографическая и спортивная карта. Классификация карт по содержанию и масштабу. Компас и работа с ним. Ориентирование на местности. Измерение расстояния. Использование карты в туризме и спортивном ориентировании.

Тема 4. Организация соревнований по спортивному ориентированию (4 час)

Виды спортивного ориентирования. Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору. Ориентирование на маркированной трассе. Условные спортивные топографические знаки. Глазомерная съемка. Спортивный компас и работа с ним. Техничко-тактические приемы в ориентировании

Тема 5. Организация соревнований по технике пешеходного туризма. Физическая подготовка туристов-пешеходников (4 час)

Массовые туристские соревнования. Этапы соревнований. Подготовка туристических соревнований. Организация и проведение соревнований. План подготовки. Программа летних соревнований по элементам туризма. Перечень этапов и их характеристика. Программа зимних соревнований по технике туризма. Перечень этапов и их характеристика. Тренировка

начинающего туриста. Развитие основных физических качеств туриста. Построение и содержание занятий по туризму.

Тема 6. Судейство соревнований по туризму и спортивному ориентированию (2 час)

Основные положения судейства в туризме и спортивном ориентировании. Организация соревнований. Участники соревнований. Комплектование судейской коллегии. Судейство соревнований. Работа судейской коллегии и секретариата. Судейское обеспечение безопасности на дистанции.

Тема 7. Обеспечение безопасности. Спасательные работы в пешем туризме. Безопасность при бивачных работах. Знаки сигналов бедствия (4 час)

Ответственность и безопасность на соревнованиях и тренировочных занятиях по туризму и спортивному ориентированию. Личная и общественная гигиена. Основные причины травматизма. Травмы и их профилактика. Врачебный контроль. Самоконтроль. Противопоказания к участию в соревнованиях. Ответственность МКК и КСС. Оказание доврачебной помощи: Транспортировка «пострадавшего». Передача сигналов бедствия.

Тема 8. Соревнования по спортивному ориентированию. Соревнования по технике и тактике пешеходного туризма (2 час)

Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору. Ориентирование на маркированной трассе. Полоса препятствий и этапы туристических заданий. Контрольно-туристический маршрут. Техника пешеходного туризма. Соревнования по поисково-спасательным работам. Конкурсная программа. Краеведение.

Всего: 24 час

4.2. Учебно-тематический план

6 Семестр

Очно-заочная форма обучения

Рубеж	Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Количество часов контактной работы с преподавателем	
			Лекции	Практич. занятия
Рубеж 1	1	Туризм и спортивное ориентирование в системе физического воспитания.		
	2	Организация и проведение соревнований по туризму и спортивному ориентированию.	1	2
	3	Топографическая подготовка в туризме и спортивном ориентировании		2
		Рубежный контроль №1	1	
	4	Организация соревнований по спортивному		

Рубеж 2		ориентированию		
	5	Организация соревнований по технике пешеходного туризма. Физическая подготовка туристов- пешеходников.		2
	6	Судейство соревнований по туризму и спортивному ориентированию.	2	1
Рубежный контроль №2			1	
Рубеж 3	7	Обеспечение безопасности. Спасательные работы в пешем туризме. Безопасность при бивачных работах. Знаки сигналов бедствия	2	1
	8	Соревнования по спортивному ориентированию Соревнования по технике и тактике пешеходного туризма.		2
		Рубежный контроль №3		1
	ВСЕГО		6	12

4.2. Содержание лекционных занятий

Тема2. Организация и проведение соревнований по туризму и спортивному ориентированию (2час)

Виды туризма и спортивного ориентирования. Общие принципы построения дистанций. Оборудование. Календарный план. Материально-техническое обеспечение. Комплектование и подготовка команд (участников).

Тема6. Судейство соревнований по туризму и спортивному ориентированию (2час)

Основные положения судейства в туризме и спортивном ориентировании. Организация соревнований. Участники соревнований. Комплектование судейской коллегии. Судейство соревнований. Работа судейской коллегии и секретариата. Судейское обеспечение безопасности на дистанции.

Тема7. Обеспечение безопасности. Спасательные работы в пешем туризме. Безопасность при бивачных работах. Знаки сигналов бедствия (2час)

Ответственность и безопасность на соревнованиях и тренировочных занятиях по туризму и спортивному ориентированию. Личная и общественная гигиена. Основные причины травматизма. Травмы и их профилактика. Врачебный контроль. Самоконтроль. Противопоказания к участию в соревнованиях. Ответственность МКК и КСС. Оказание доврачебной помощи. Транспортировка «пострадавшего». Передача сигналов бедствия.

Всего: 6 час

4.3. Учебно-тематический план

7 Семестр
Заочная форма обучения

Рубеж	Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Количество часов контактной работы с преподавателем	
			Лекции	Практич. занятия
Рубеж 1	3	Топографическая подготовка в туризме и спортивном ориентировании	1	
		Рубежный контроль №1	1	
Рубеж 2	5	Организация соревнований по спортивному ориентированию		1
		Рубежный контроль №2		1
Рубеж 3	7	Обеспечение безопасности. Спасательные работы в пешем туризме. Безопасность при бивачных работах. Знаки сигналов бедствия		1
		Рубежный контроль №3		1
ВСЕГО			2	4

4.3. Содержание лекционных занятий

Тема 1. Топографическая подготовка в туризме и спортивном ориентировании (2час)

Рельеф и способы его изображения. Условные топографические знаки. Топографическая и спортивная карта. Классификация карт по содержанию и масштабу. Компас и работа с ним. Ориентирование на местности. Измерение расстояния. Использование карты в туризме и спортивном ориентировании.

Виды спортивного ориентирования. Ориентирование в заданном направлении. Ориентирование по выбору. Ориентирование на маркированной трассе. Условные спортивные топографические знаки. Глазомерная съемка. Спортивный компас и работа с ним. Техничко-тактические приемы в ориентировании.

4.4. Практические занятия

Номер раздела, темы	Наименование раздела, темы	Наименование (практического или темы семинарского занятия)	Норматив времени, час.		
			Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения

1	Туризм и спортивное ориентирование в системе физического воспитания.	Введение в предмет. Влияние занятий туризмом на здоровье человека. Значение туризма для формирования важных умений и навыков.			
2	Организация и проведение соревнований по туризму и спортивному ориентированию.	Виды туризма и спортивного ориентирования. Общие принципы построения дистанций. Оборудование. Календарный план.	4	2	
3	Топографическая подготовка в туризме и спортивном ориентировании	Топографическая и спортивная карта. Компас и работа с ним	4	2	
	Рубежный контроль №1				
4	Организация соревнований по спортивному ориентированию	Технико-тактические приемы в ориентировании.	4		
5	Организация соревнований по технике пешеходного туризма. Физическая подготовка туристов-пешеходников.	Программа летних соревнований по элементам туризма. Перечень этапов и их характеристика.	2	2	1
6	Судейство соревнований по туризму и спортивному ориентированию.	Судейство соревнований. Работа судейской коллегии и секретариата.	1	1	
	Рубежный контроль №2		1	1	1
7	Обеспечение безопасности. Спасательные работы в пешем туризме. Безопасность при бивачных работах. Знаки сигналов бедствия	Оказание доврачебной помощи. Транспортировка «пострадавшего». Передача сигналов бедствия.	3	1	1

8	Соревнования по спортивному ориентированию. Соревнования по технике и тактике пешеходного туризма.	Ориентирование в заданном направлении. Полоса препятствий и этапы туристических заданий.	4	2	
	Рубежный контроль №3		1	1	1
Всего:			24	12	4

4.5. Контрольная работа (для обучающихся заочной формы обучения)

Контрольная работа посвящена теоретическим основам туризма и спортивного ориентирования, согласно методическим рекомендациям.

Контрольная работа выполняется студентам обычно в виде рукописи 8-10 страниц или текста в формате Microsoft Word объемом до 10-12 страниц и должна иметь:

Титульный лист – обычно без нумерации;

Оглавление – с указанием рассматриваемых разделов по выбранной теме (приведены ниже в рекомендуемом перечне контрольных работ);

Введение – с краткой аннотацией выполняемой работы;

Анализ изучаемой темы - по рекомендуемому ниже перечню содержания контрольных работ, с заключением по обзору литературы и практики;

Выводы – по существу выполненной работы;

Библиография – перечень литературы, используемой для написания текста контрольной работы (учебники, дополнительная литература, интернет сайты с их названием и адресом).

Темы контрольных работ:

1. Виды туризма и спортивного ориентирования.
2. Условные топографические знаки. Топографическая и спортивная карта.
3. Ориентирование в заданном направлении.
4. Спортивный компас и работа с ним. Техничко-тактические приемы в ориентировании.
5. Организация и проведение соревнований. План подготовки. Программа летних соревнований по элементам туризма.
6. Программа зимних соревнований по технике туризма. Перечень этапов и их характеристика.
7. Массовые туристские соревнования. Этапы соревнований. Подготовка туристических соревнований.
8. Развитие основных физических качеств туриста. Построение и содержание занятий по туризму.
9. Спасательные работы в пешем туризме. Знаки сигналов бедствия

10. Полоса препятствий и этапы туристических заданий. Контрольно-туристический маршрут.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

В целях качественной подготовки к практическим занятиям необходима самостоятельная работа студентов, направленная на анализ дополнительной литературы по теме практического занятия. Рекомендуется подготовить вопросы, вызывающие затруднения и обсудить их с преподавателем перед проведением практического занятия.

Для текущего контроля успеваемости студентов преподавателем используется балльно-рейтинговая система контроля и оценки академической активности. Поэтому рекомендуется тщательно прорабатывать материал дисциплины при самостоятельной работе, участвовать во всех формах обсуждения и взаимодействия на практических занятиях в целях лучшего освоения материала и получения высокой оценки по результатам освоения дисциплины.

Выполнение самостоятельной работы подразумевает самостоятельное изучение разделов дисциплины, подготовку к практическим занятиям, к рубежным контролям, подготовку к зачету, выполнение контрольной работы.

Рекомендуемая трудоемкость самостоятельной работы представлена в таблице:

Рекомендуемый режим самостоятельной работы

Наименование вида самостоятельной работы	Рекомендуемая трудоемкость, акад. час.		
	Очная форма обучения	Очно- заочная форма обучения	Заочная форма обучения
Самостоятельное изучение тем дисциплины:	2	30	24
Туризм и спортивное ориентирование в системе физического воспитания.		2	3
Организация и проведение соревнований по туризму и спортивному ориентированию.		2	3
Топографическая подготовка в туризме и спортивном ориентировании		4	3
Организация соревнований по спортивному ориентированию		4	3
Организация соревнований по технике пешеходного туризма. Физическая подготовка туристов-пешеходников.		4	3

Судейство соревнований, по туризму и спортивному ориентированию.		6	3
Обеспечение безопасности. Спасательные работы в пешем туризме. Безопасность при бивачных работах. Знаки сигналов бедствия	1	4	3
Соревнования по спортивному ориентированию. Соревнования по технике и тактике пешеходного туризма.	1	4	3
Подготовка к практическим занятиям	1	3	3
Подготовка к рубежным контролям (по 1 часа на каждый рубеж)	3	3	3
Выполнение контрольной работы			18
Подготовка к зачету	18	18	18
Всего:	24	54	66

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень оценочных средств

1. Балльно-рейтинговая система контроля и оценки академической активности студентов в КГУ (для очной, очно-заочной, заочной формы обучения)
2. Задания к рубежным контролям № 1, № 2, №3 (для очной, очно-заочной, заочной формы обучения)
3. Вопросы к зачету (для очной, очно-заочной, заочной формы обучения)
4. Контрольная работа (для заочной формы обучения)

6.2. Система балльно-рейтинговой оценки работы студентов по дисциплине

6 Семестр

№	Наименование	Содержание						
Очная форма обучения								
1	Распределение баллов за семестры по видам учебной работы, сроки сдачи учебной работы (доводятся до сведения)	Распределение баллов						
		Вид учебной работы :	Посещение занятий	Активная работа на занятии	РК №1	РК №2	РК №3	Зачет
		Бал. оценка	Кол.балл. 0.5	Кол.балл 0.5	Кол.балл До 15	Кол.балл До 15	Кол.балл До 16	До 30

	студентов на первом учебном занятии)	Примечания: 1	Занятий 24 0.5×24 = 12	Занятий 24 0.5×24 = 12	На 8-ом занятии	На 17-ом занятии	На 24-ом занятии	
6 Семестр								
Очно-заочная форма обучения								
1	Распределение баллов за семестры по видам учебной работы, сроки сдачи учебной работы (доводятся до сведения студентов на первом учебном занятии)	Распределение баллов						
		Вид учебной работы:	Посещение занятий	Активная работа на занятии	РК №1	РК №2	РК №3	Зачет
		Балльная оценка:	Кол.балл. 0.5	Кол.балл 0.5	Кол.балл До 20	Кол.балл До 20	Кол.балл До 21	До 30
Примечания:	Занятий 9 0.5×9 =4,5	Занятий 9 0.5×9 =4,5	На 3-ом занятии	На 6-ом занятии	На 9-ом занятии			
7 Семестр								
Заочная форма обучения								
	Распределение баллов за семестры по видам учебной работы, сроки сдачи учебной работы (доводятся до сведения студентов на первом учебном занятии)	Распределение баллов						
		Вид учебной работы:	Посещение занятий	Активная работа на занятии	РК №1	РК №2	РК №3 Выполнение и защита контрольной работы	Зачет
		Балльная оценка:	Кол.балл. 0,5	Кол.балл 0,5	Кол.балл До 22	Кол.балл До 22	Кол.балл До 23	До 30
Примечания:	Занятий 3 0,5×3 =1,5	Занятий 3 0,5×3 =1,5	На 1-ом занятии	На 2-ом занятии	На 3-ом занятии			

2	Критерий пересчета баллов в традиционную оценку по итогам работы в семестре и зачета	60 и менее баллов – не зачтено; 61...73 – } 74... 90 – } зачтено 91...100 – }
3	Критерии допуска к промежуточной аттестации, возможности получения автоматического зачета (экзаменационной оценки) по дисциплине, возможность получения бонусных баллов	Для допуска к промежуточной аттестации (зачету) студент должен набрать по итогам текущего и рубежного контроля не менее 50 баллов и должен выполнить теоретические задания, практические задания по технической подготовленности и физической подготовке по изучаемой дисциплине, для заочной формы обучения выполнение контрольной работы. Для получения зачета «автоматически» студенту необходимо набрать следующее минимальное количество баллов: -61 для получения «автоматически» зачтено . По согласованию с преподавателем студенту, набравшему минимум 61 баллов, могут быть добавлены дополнительные (бонусные) баллы за активное участие в спортивной деятельности по изучаемой дисциплине, выполнении самостоятельных и практических заданий, за участие в значимых учебных и внеучебных мероприятиях для кафедры и выставлен зачет .
4	Формы и виды учебной работы для неуспевающих (восстановившихся на курсе обучения) студентов для получения недостающих баллов в конце семестра	В случае если к промежуточной аттестации (зачету) набрана сумма менее 50 баллов, студенту необходимо набрать недостающее количество баллов за счет выполнения дополнительных заданий, до конца последней (зачетной) недели семестра. При этом необходимо проработать материал всех пропущенных практических занятий. Формы дополнительных заданий (назначаются преподавателем): -выполнение пропущенного практического занятия (при невозможности дополнительного проведения практической работы преподаватель устанавливает форму дополнительного задания по тематике пропущенного практического занятия самостоятельно) – до 8 баллов. Ликвидация академических задолженностей, возникших из-за разности в учебных планах при переводе или восстановлении, проводится путем выполнения дополнительных заданий, форма и объем которых определяется преподавателем и сдачи РК№1, РК№2, РК№3.

Очная форма обучения Текущий контроль (ТК)

№/№	Содержание контроля	Баллы за одно занятие ТК
1.	Посещение занятий	0,5
2.	Активная работа на занятии	0,5

Рубежный контроль (РК 1-3)

№/№	Содержание контроля	Баллы РК
1.	Оценка знаний (в объеме изученного материала)	РК-1 8 -15
2.	Оценка технической подготовленности (в объеме изученного материала)	РК-2 8-15
3.	Оценка физической подготовленности (девушки -3 км, юноши -5 км)	РК-3 9-16

Оценка знаний в объеме изученного материала (РК-1)

№/№	Содержание контроля	Баллы РК
1.	Осознает и понимает изученный материал, использует взаимосвязи с другими учебными дисциплинами	15
2.	Легко излагает материал, свободно оперирует полученными знаниями, логически верно излагает теорию, но допускает мелкие неточности	14
3.	Демонстрирует полное понимание учебного материала, легко не особенно задумываясь, сам исправляет допущенные ошибки	13
4.	Логично излагает теоретический материал, владеет терминологией, видит связь теории с практикой. Затрудняется применять знания в нестандартных ситуациях	12
5.	Отвечает на задаваемые вопросы по содержанию теории, демонстрируя осознанность теоретических знаний, анализирует их с помощью преподавателя, хотя не всегда удачно	11
6.	Воспроизводит учебный материал, знает понятия, отличает процессы, но при этом не может обобщить основные знания и установить связи между понятиями	10
7.	Объясняет отдельные положения рассмотренной теории, но не может обобщить знания, без подсказки преподавателя	9
8.	Помнит и понимает часть теоретического материала, но объяснить ничего не может, путается в ответах	8

Оценка технической подготовленности (РК-2)

№/№	Содержание контроля	Баллы РК
1.	Свободно владеет техническим приемам, применяет знания на практике, все движения в усложненных условиях рельефа выполнялись согласованно, безошибочно уверенно, чисто и аккуратно	15
2.	Технический прием выполнен правильно, все движения выполнялись согласованно, уверенно, быстро и свободно	14
3.	Технический прием выполнен правильно с не более одной мелкой ошибкой	13
4.	Технический прием выполнен правильно, допущено не более одной ошибки, ведущей к неточному выполнению деталей техники	12
5.	Технический прием выполнен правильно, допущено не более двух ошибок, ведущих к неточному выполнению деталей техники	11
6.	Технический прием выполнен правильно, в способе допущено не более трех ошибок, ведущих к неточному выполнению деталей техники	10
7.	Технический прием выполнен с двумя значительными ошибками, ведущих к искажению техники и неточному выполнению деталей техники	9
8.	Технический прием выполнен с тремя значительными ошибками, ведущих к искажению техники и неточному выполнению деталей техники	8

Оценка физической подготовленности (РК-3)

№/№	ДЕВУШКИ 3 КМ (5КП) (мин)	ЮНОШИ 5 КМ (8КП) (мин)	Баллы за выполненный норматив
1.	26.00 и меньше	44.00 и меньше	16
2.	28.00	46.00	15
3.	30.00	48.00	14
4.	32.00	50.00	13
5.	34.00	52.00	12

6.	36.00	54.00	11
7.	38.00	56.00	10
8.	39.00 и более	58.00 и более	9

Очно-заочная форма обучения

Текущий контроль (ТК)

№/№	Содержание контроля	Баллы за одно занятие ТК
1.	Посещение занятий	0,5
2.	Активная работа на занятии	0,5

Рубежный контроль (РК 1-3)

№/№	Содержание контроля	Баллы РК
1.	Оценка знаний (в объеме изученного материала)	РК-1 13-20
2.	Оценка технической подготовленности (в объеме изученного материала)	РК-2 13-20
3.	Оценка физической подготовленности (девушки -3 км, юноши -5 км)	РК-3 13-21

Оценка знаний в объеме изученного материала (РК-1)

№/№	Содержание контроля	Баллы РК
1.	Осознает и понимает изученный материал, использует взаимосвязи с другими учебными дисциплинами	20
2.	Легко излагает материал, свободно оперирует полученными знаниями, логически верно излагает теорию, но допускает мелкие неточности	19
3.	Демонстрирует полное понимание учебного материала, легко не особенно задумываясь, сам исправляет допущенные ошибки	18
4.	Логично излагает теоретический материал, владеет терминологией, видит связь теории с практикой. Затрудняется применять знания в нестандартных ситуациях	17
5.	Отвечает на задаваемые вопросы по содержанию теории, демонстрируя осознанность теоретических знаний, анализирует их с помощью преподавателя, хотя не всегда удачно	16
6.	Воспроизводит учебный материал, знает понятия, отличает процессы, но при этом не может обобщить основные знания и установить связи между понятиями	15
7.	Объясняет отдельные положения рассмотренной теории, но не может обобщить знания, без подсказки преподавателя	14
8.	Помнит и понимает часть теоретического материала, но объяснить ничего не может, путается в ответах	13

Оценка технической подготовленности (РК-2)

№/№	Содержание контроля	Баллы РК
1.	Свободно владеет техническим приемам, применяет знания на практике, все движения в усложненных условиях рельефа выполнялись согласованно, безошибочно уверенно, чисто и аккуратно	20
2.	Технический прием выполнен правильно, все движения выполнялись согласованно, уверенно, быстро и свободно	19

3.	Технический прием выполнен правильно с не более одной мелкой ошибкой	18
4.	Технический прием выполнен правильно, допущено не более одной ошибки, ведущей к неточному выполнению деталей техники	17
5.	Технический прием выполнен правильно, допущено не более двух ошибок, ведущих к неточному выполнению деталей техники	16
6.	Технический прием выполнен правильно, в способе допущено не более трех ошибок, ведущих к неточному выполнению деталей техники	15
7.	Технический прием выполнен с двумя значительными ошибками, ведущих к искажению техники и неточному выполнению деталей техники	14
8.	Технический прием выполнен с тремя значительными ошибками, ведущих к искажению техники и неточному выполнению деталей техники	13

Оценка физической подготовленности (РК-3)

№/№	ДЕВУШКИ 3 КМ (5КП) (мин)	ЮНОШИ 5 КМ (8КП) (мин)	Баллы за выполненный норматив
1.	26.00 и меньше	44.00 и меньше	21
2.	28.00	46.00	20
3.	30.00	48.00	19
4.	32.00	50.00	18
5.	34.00	52.00	17
6.	36.00	54.00	16
7.	38.00	56.00	15
8.	39.00 и более	58.00 и более	14

Заочная форма обучения Текущий контроль (ТК)

№/№	Содержание контроля	Баллы за одно занятие ТК
1.	Посещение занятий	0,5
2.	Активная работа на занятии	0,5

Рубежный контроль (РК 1-3)

№/№	Содержание контроля		Баллы РК
1.	Оценка знаний (в объеме изученного материала)	РК-1	15-22
2.	Оценка технической подготовленности (в объеме изученного материала)	РК-2	15-22
3.	Оценка за выполнение и защиту контрольной работы в объеме изученного материала	РК-3	16-23

Оценка знаний в объеме изученного материала (РК-1)

№/№	Содержание контроля	Баллы РК
1.	Осознает и понимает изученный материал, использует взаимосвязи с другими учебными дисциплинами	22
2.	Легко излагает материал, свободно оперирует полученными знаниями, логически верно излагает теорию, но допускает мелкие неточности	21
3.	Демонстрирует полное понимание учебного материала, легко не особенно задумываясь, сам исправляет допущенные ошибки	20

4.	Логично излагает теоретический материал, владеет терминологией, видит связь теории с практикой. Затрудняется применять знания в нестандартных ситуациях	19
5.	Отвечает на задаваемые вопросы по содержанию теории, демонстрируя осознанность теоретических знаний, анализирует их с помощью преподавателя, хотя не всегда удачно	18
6.	Воспроизводит учебный материал, знает понятия, отличает процессы, но при этом не может обобщить основные знания и установить связи между понятиями	17
7.	Объясняет отдельные положения рассмотренной теории, но не может обобщить знания, без подсказки преподавателя	16
8.	Помнит и понимает часть теоретического материала, но объяснить ничего не может, путается в ответах	15

Оценка технической подготовленности (РК-2)

№/№	Содержание контроля	Баллы РК
1.	Свободно владеет техническим приемам, применяет знания на практике, все движения в усложненных условиях рельефа выполнялись согласованно, безошибочно уверенно, чисто и аккуратно	22
2.	Технический прием выполнен правильно, все движения выполнялись согласованно, уверенно, быстро и свободно	21
3.	Технический прием выполнен правильно с не более одной мелкой ошибкой	20
4.	Технический прием выполнен правильно, допущено не более одной ошибки, ведущей к неточному выполнению деталей техники	19
5.	Технический прием выполнен правильно, допущено не более двух ошибок, ведущих к неточному выполнению деталей техники	18
6.	Технический прием выполнен правильно, в способе допущено не более трех ошибок, ведущих к неточному выполнению деталей техники	17
7.	Технический прием выполнен с двумя значительными ошибками, ведущих к искажению техники и неточному выполнению деталей техники	16
8.	Технический прием выполнен с тремя значительными ошибками, ведущих к искажению техники и неточному выполнению деталей техники	15

Оценка за выполнение и защиту контрольной работы в объеме изученного материала (РК-3)

№/№	Содержание контроля	Баллы за выполнение и защита контрольной работы
1.	Творчески, нестандартно применяет полученные знания на практике. Умеет самостоятельно получать знания, работая с дополнительной литературой (учебником, компьютером, справочной литературой).	23
2.	Легко выполняет теоретические задания, самостоятельно формирует новые умения. Свободно оперирует полученными теоретическими знаниями, логически верно излагает теорию, но допускает мелкие неточности	22
3.	Демонстрирует полное понимание выполненной контрольной работы, легко не особенно задумываясь, сам исправляет допущенные ошибки. При изложении теоретического материала	21

	наблюдаются четко осознанные ответы.	
4.	Логично излагает теоретический материал, владеет терминологией, видит связь теории с практикой. Затрудняется применять знания в нестандартных ситуациях, способен к обобщению и выводам	20
5.	Отвечает на задаваемые вопросы по содержанию контрольной работы, демонстрируя осознанность теоретических знаний, анализирует их с помощью преподавателя, хотя не всегда удачно	19
6.	Воспроизводит учебный материал, знает понятия, отличает процессы, но при этом не может обобщить основные знания и установить связи между понятиями	18
7.	Объясняет отдельные положения рассмотренной теории, но не может обобщить знания, без подсказки преподавателя	17
8.	С трудностями объясняет положения рассматриваемой теоретической части работы со значительными ошибками, ведущими к искажению содержания изучаемого материала	16

6.3. Процедура оценивания результатов освоения дисциплины

Перед проведением каждого рубежного контроля преподаватель прорабатывает со студентами (для очной, очно-заочной, заочной формы обучения) основной материал соответствующих разделов дисциплины в форме краткой лекции-дискуссии.

Рубежный контроль №1 оценка знаний проводятся в устной форме по предлагаемым вопросам. Задание для рубежного контроля № 1 состоит из 10 теоретических вопросов. Студент отвечает на один вопрос. Преподаватель оценивает ответ, и выставляет соответствующий балл по предлагаемой шкале.

Рубежный контроль №2 оценка технической подготовленности проводится в рамках изучаемого материала по дисциплине. Студенту предлагается выполнить один технический прием в ориентировании (на учебном полигоне). Преподаватель оценивает выполнение и выставляет соответствующий балл по предлагаемой шкале.

Рубежный контроль №3 оценка физической подготовленности, проводятся соревнования по спортивному ориентированию «заданное направление» дистанция для (девушек 3 км, 5 контрольных пунктов КП), для (юношей 5 км, 8 контрольных пунктов КП), с соблюдением правил соревнований по спортивному ориентированию. Соревнования проводятся на учебном полигоне (лыжная база КГУ п.Увал), участник получает на старте контрольную карточку для отметки КП, компас и спортивную карту объективно отражающую местность с нанесенной на ней дистанцией. Участник должен отмечаться на своей карточке четко и в соответствующей клетке на каждом КП, используя предоставленный карандаш и соблюдая порядок прохождения КП. После пересечения финиша участник должен сдать свою контрольную карточку. Если на контрольной карточке отсутствует правильная отметка КП, результат участника аннулируется. Преподаватель фиксирует результат прохождения дистанции по

секундомеру, в финишном протоколе соревнований. По завершению соревнований, сравнивает и оценивает результат прохождения дистанции, с предлагаемыми нормативами, и выставляет соответствующий балл. Полученные баллы по каждому студенту преподаватель заносит в ведомость учета текущей успеваемости.

Результаты текущего контроля успеваемости заносятся преподавателем в экзаменационную ведомость, для рубежного контроля, которая сдается в организационный отдел института. Студенты, сдавшие РК№1, РК№2, РК№3 допускаются до **зачета**.

Преподаватель в назначенный день, согласно, расписания, получает в организационном отделе института ведомость на **зачет** по изучаемой дисциплине.

Рубежный контроль №3 оценка за выполнение и защиту контрольной работы (для заочной формы обучения). При оценке качества выполнения и уровня защиты контрольной работы целесообразно руководствоваться рекомендациями: должны быть соблюдены безусловные требования к работе соответствие содержания выданной теме, а оформление методическим указаниям кафедры, отсутствие принципиальных ошибок. По завершению защиты контрольной работы, преподаватель заполняет рецензию, полученные баллы по каждому студенту заносит в ведомость учета текущей успеваемости. Результаты текущего контроля успеваемости заносятся преподавателем в экзаменационную ведомость, для рубежного контроля, которая сдается в организационный отдел института. Студенты, сдавшие РК№1, РК№2, РК№3 допускаются до **зачета**.

Преподаватель в назначенный день, согласно расписания, получает в организационном отделе института ведомость на **зачет** по изучаемой дисциплине.

Зачет проводится в традиционной устной форме. В день сдачи **зачета** студент должен иметь зачетную книжку. На **зачете** предлагаются 20 вопросов, задание содержит по два вопроса. Получив вопросы, студентам отводится время на подготовку к устному ответу не менее 30 минут. По завершению подготовки студенты поочередно в последовательности получения вопросов, отвечают. Преподаватель оценивает в баллах результаты ответов студентами и заносит их в экзаменационную ведомость, которая сдается в организационный отдел института в день проведения **зачета**, а также выставляются в зачетную книжку студента.

6.4. Примеры оценочных средств для рубежных контролей и зачета

Задание на рубежный контроль №1 (для очной, очно-заочной, заочной формы обучения) Оцениваются знания в объеме изученного материала:

1. Виды туризма и спортивного ориентирования.

2. Общие принципы построения дистанций. Оборудование.

Календарный план.

3. Материально-техническое обеспечение. Комплектование и подготовка команд

4. Рельеф и способы его изображения.
5. Условные топографические знаки.
6. Топографическая и спортивная карта.
7. Классификация карт по содержанию и масштабу.
8. Компас и работа с ним.
9. Ориентирование на местности. Измерение расстояния.
10. Использование карты в туризме и спортивном ориентировании.

Задания на рубежный контроль №2 (для очной, очно-заочной, заочной формы обучения). Оценивается техническая подготовленность в рамках изучаемого материала:

1. Чтение карты.
2. Определение азимута движения по карте.
3. Движение по азимуту.
4. Измерение расстояния по карте.
5. Измерение расстояния на местности.
6. Техника бега в спортивном ориентировании.
7. Техника «взятия» КП.
8. Техника подхода и ухода с КП.
9. Отметка на КП
10. Узлы и обвязки

Задания на рубежный контроль №3 (очная, очно-заочная форма обучения) Оценивается физическая подготовленность и сдача нормативов.

Соревнования на учебном полигоне (лыжная база КГУ п.Увал) с соблюдением правил по спортивному ориентированию, дистанции: девушки 3 км, юноши 5 км.

Задания на рубежный контроль №3 (заочная форма обучения)

Оценка за выполнение и защиту контрольной работы. При оценке качества выполнения и уровня защиты контрольной работы целесообразно руководствоваться рекомендациями в разделе 4.5

Вопросы к зачету по изучаемой дисциплине:

1. Влияние занятий туризмом на здоровье человека.
2. Значение туризма для формирования важных умений и навыков.
3. Виды туризма и спортивного ориентирования.
4. Условные топографические знаки. Топографическая и спортивная карта.
5. Классификация карт по содержанию и масштабу. Компас и работа с ним.
6. Ориентирование на местности. Измерение расстояния. Использование карты в туризме и спортивном ориентировании.
7. Ориентирование в заданном направлении.
8. Условные спортивные топографические знаки.
9. Спортивный компас и работа с ним. Техничко-тактические приемы в ориентировании.

10. Массовые туристские соревнования. Этапы соревнований. Подготовка туристических соревнований.
11. Организация и проведение соревнований. План подготовки. Программа летних соревнований по элементам туризма.
12. Программа зимних соревнований по технике туризма. Перечень этапов и их характеристика.
13. Развитие основных физических качеств туриста. Построение и содержание занятий по туризму.
14. Основные положения судейства в туризме и спортивном ориентировании. Организация соревнований.
15. Комплектование судейской коллегии. Судейство соревнований.
16. Спасательные работы в пешем туризме. Знаки сигналов бедствия
17. Основные причины травматизма. Врачебный контроль. Самоконтроль.
18. Оказание доврачебной помощи. Транспортировка «пострадавшего».
19. Полоса препятствий и этапы туристических заданий. Контрольно-туристический маршрут.
20. Соревнования по поисково-спасательным работам. Конкурсная программа. Краеведение.

6.5. Фонд оценочных средств

Полный банк заданий для текущего, рубежных контролей и промежуточной аттестации по дисциплине, показатели, критерии, шкалы оценивания компетенций, методические материалы, определяющие процедуры оценивания образовательных результатов, приведены в учебно-методическом комплексе дисциплины.

7. ОСНОВНАЯ И ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА

7.1. Основная учебная литература

1. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование: .- М.: Издательский центр «Академия», 2001.-208с.
2. Покровский, Н. Е. Туризм: от социальной теории к практике управления [Электронный ресурс] : учеб. пос. / Н. Е. Покровский, Т. И. Черняева. - М.: Логос, 2009. - 424 с. – Доступ из ЭБС «znanium.com»

7.2. Дополнительная учебная литература

1. Соболев, С.В. Совершенствование тренировочного процесса в спортивном туризме в дисциплине «Дистанции – пешеходные» [Электронный ресурс] : монография / С.В. Соболев, Н.В. Соболева, С.К. Рябинина. – Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2014. – 134 с. – Доступ из ЭБС «znanium.com»
2. Ширинян А.А., Иванов А.В. Современная подготовка спортсмена-ориентировщика [Текст] : учебно-методическое пособие / А.А. Ширинян, А.В. Иванов. 2-е изд., испр. - М. : Советский спорт, 2010. - 112 с. ЭБС "КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА"

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Основы устойчивого туризма: Учебное пособие / О.С. Шимова. - М.: НИЦ ИНФРА-М; Мн.: Нов. знание, 2013. - 190 с. – Доступ из ЭБС «znanium.com»
2. Алексеева, Н. П. Tourismus. Туризм [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н. П. Алексеева. - М.: ФЛИНТА : НОУ ВПО «МПСУ», 2012. – 336 с. – Доступ из ЭБС «znanium.com»

9. РЕСУРСЫ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. <http://svital.com/orientirovanie-sportivnoe-uroki-dlya-nachinayushhix/>- Ориентирование спортивное. Уроки для начинающих.
2. <http://do.gendocs.ru/docs/index-108910.html>- Уроки ориентирования
3. <http://www.twirpx.com/file/111661/>- Гуляев В.Г. Организация туристской деятельности
4. http://nkosterev.narod.ru/met/met_tur.html- Методика проведения занятий в туризме

10. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

При сообщении теоретических сведений перед организацией практических занятий используются слайдовые презентации. Минимальные требования к операционной системе и программному обеспечению компьютера, используемого при показе слайдовых презентаций: Windows XP, Foxit Reader Pro версия 1.3.

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Снаряжение и инвентарь для оборудования дистанции на учебном полигоне. Приводится перечень снаряжения и инвентаря, который корректируется в зависимости от характера местности и этапов соревнований: лопата, пила, грабли, топор, гвозди и шурупы разных размеров, повязки для судей, рулетка 20 м, аптечка, веревка основная 10-12 мм, веревка вспомогательная, карабины с муфтами, каски, палатки, рюкзаки, рукавица, волчатник, часы-хронометры, секундомер, транспаранты «Старт», «Финиш».

Аннотация к рабочей программе дисциплины

«Туризм и спортивное ориентирование»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата

44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль):

Физическая культура и безопасность жизнедеятельности

Формы обучения: очная, очно-заочная, заочная

Трудоемкость дисциплины: 2 ЗЕ (72 академических часа)

Семестр: 6 (очная, очно-заочная форма обучения), 7 (заочная форма обучения)

Форма промежуточной аттестации: **зачет**

Содержание дисциплины

Туризм и спортивное ориентирование в системе физического воспитания. Организация и проведение соревнований по туризму и спортивному ориентированию. Топографическая подготовка в туризме и спортивном ориентировании. Организация соревнований по спортивному ориентированию. Организация соревнований по технике пешеходного туризма. Физическая подготовка туристов-пешеходников. Судейство соревнований по туризму и спортивному ориентированию. Обеспечение безопасности. Спасательные работы в пешем туризме. Безопасность при бивачных работах. Знаки сигналов бедствия. Соревнования по спортивному ориентированию. Соревнования по технике и тактике пешеходного туризма.