

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
*Отделение Физической культуры и спорта*

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Туризм**

Кафедра Спортивных дисциплин

Образовательная программа  
49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки  
**Физкультурное образование**

Уровень высшего образования  
бакалавр

Форма обучения  
**Очная, заочная**

Статус дисциплины: вариативная

Махачкала, 2018год

Рабочая программа дисциплины «Туризм» составлена в 2018 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) от «07» 08. 2014г. № 935.

Разработчик(и): кафедра Спортивных дисциплин, профессор Рустамов А.Ш.

Рабочая программа дисциплины одобрена:

на заседании кафедры Спортивных дисциплин от «5» 06. 2018г., протокол № 11.

Зав. кафедрой А.Ш.Рустамов  
(подпись) А.Ш.Рустамов

на заседании Методической комиссии отделения Физической культуры и спорта от «13» 06.2018г., протокол № 6

Председатель Новикова Н.Б.  
(подпись) Новикова Н.Б.

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением « 28 »

06 2018г. А.Ш.  
(подпись)

## Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Туризм» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений образовательной программы (бакалавриата) по направлению 49.03.01 Физическая культура.

Дисциплина реализуется на отделении Физической культуры и спорта кафедрой спортивных дисциплин.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с туристско-краеведческой направленностью, основ соревновательной деятельности для осуществления профессиональной образовательной и рекреационной деятельности.

Дисциплина нацелена на формирование следующих компетенций выпускника: общепрофессиональных **ОПК-5**; профессиональных –**ПК- 7,15**

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: лекции, практические, самостоятельная работа.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение следующих видов контроля успеваемости в форме контрольной работы и промежуточный контроль в форме зачета.

Объем дисциплины **2** зачетных единиц, в том числе в **72** академических часах по видам учебных занятий

Семестр	Учебные занятия							Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе:							
	всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем					СРС, в том числе экзамен	
		всего	из них					
		Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	КСР	консультации		
4		72	16		16		40	зачет

## 1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины (модуля), являются: развитие познавательной, двигательной и коммуникативной активности обучающихся, укрепление их физического и психоэмоционального здоровья. При этом предполагается решение следующих задач:

- изучение основ туристско-краеведческого мастерства;
- развитие природных задатков и навыков детей, способствующих их личностному самовыражению в туризме и краеведении;
- мотивация к укреплению здоровья детей на занятиях туризмом и краеведением как в помещениях образовательного учреждения, так и в природных условиях; освоение технологии здорового образа жизни; усвоение норм сохранения и поддержания физического, психического и социального здоровья;
- развитие познавательной и творческой активности обучающихся;
- вовлечение обучающихся в творческую, поисково-исследовательскую и краеведческую деятельность: проведение наблюдений, опытов и др.;
- воспитание и развитие коммуникативных и личностных качеств обучающихся в процессе формирования коллектива единомышленников — туристской походной группы;
- развитие рефлексии — способности осознавать и оценивать свои мысли и действия со стороны, соотносить результат своей деятельности и деятельности товарищей с поставленной целью.
- освоение основных социальных норм, необходимых для безопасной жизнедеятельности в социальной среде и окружающей природе;

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Дисциплина Туризм входит в вариативную часть образовательной программы бакалавриата по направлению 49.03.01 Физическая культура.

Для изучения дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе.

Дисциплина логически связана с такими курсами как безопасность жизнедеятельности, здоровый образ жизни, профессионально физкультурное совершенствование. Совместно с данными дисциплинами Туризм формирует ряд профессиональных компетенций. Входным контролем для освоения являются знания, умения и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе, затем по мере освоения разделов курса необходимы знания анатомии, физиологии и БЖД.

## 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения).

Код компетенции из ФГОС ВО	Наименование компетенции из ФГОС ВО	Планируемые результаты обучения
<b>ОПК-5</b>	способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений.	<b>знает:</b> анатомию-морфологические, физиологические особенности физкультурно- спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста; <b>умеет:</b> оценивать физические способности и функциональное

		состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений; <b>владеет:</b> способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений
<b>ПК- 7</b>	способностью обеспечивать применение навыков выживания в природной среде с учетом решения вопросов акклиматизации и воздействия на человека различных риск-геофакторов	<b>знает:</b> - Природу и сущность основных опасностей и угроз современности - Методику и содержание мер по ликвидации чрезвычайных ситуаций - Основы выживания в природной среде с учетом решения вопросов акклиматизации. <b>умеет:</b> - Своевременно выявлять признаки потенциальной опасности и по возможности устранять ее в тех случаях, когда такая угроза возникает; - Более четко и полно представлять характер грозящей опасности, предвидеть возможные варианты событий; <b>владеет:</b> - базовыми знаниями по курсу дисциплины, необходимыми для понимания и анализа риск опасных ситуаций в сфере физической культуры и спорта - Навыками выживания в природной среде.
<b>ПК-15</b>	способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму	<b>знает:</b> средства и методы самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности, способы поддержания спортивной формы; <b>умеет:</b> осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму; <b>владеет:</b> способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать

#### 4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часов.

4.2. Структура дисциплины.

№ п/п	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости ( <i>по неделям семестра</i> ) Форма промежуточной аттестации ( <i>по семестрам</i> )
				Лекции	Практические занятия	Лабораторн ые занятия	Контроль самост. раб.		
<b>Модуль 1. Введение в предмет и основы туризма</b>									
1.	Азбвка туризма.	4	1-2	2	2			6	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2.	Ориентирование и топография		3-4	2	2			4	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
3.	Основы медицинских знаний.		5-6	2	2			6	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
4.	Организация питания в походе.		7-8	2	2			4	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
<b>Итого за 1 модуль</b>				<b>8</b>	<b>8</b>			<b>20</b>	
<b>Модуль 2 Подготовка и снаряжения</b>									
1	Туристское снаряжение.	4	9- 10	2	2			4	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
2	Гидрометеорология.		11- 12	2	2			6	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
3	Экологическая подготовка туриста.		13- 14	2	2			4	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
4	Краеведческая подготовка туриста.		15- 16	2	2			6	Решение задач, сформулированных преподавателем. Устный опрос
<b>Итого за модуль:</b>				<b>8</b>	<b>8</b>			<b>20</b>	
<b>ИТОГО:</b>				<b>16</b>	<b>16</b>			<b>40</b>	

### 4.3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам).

Тема1 «Азбука туризма».

*Содержание дисциплины:*

Введение. Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма для человека и для государства. Виды туризма; особенности пешеходных походов. Нормативы значков "Юный турист России" и "Турист России". Рассказы об интересных походах и путешествиях (показ кинофильма или диафильма). Последовательность подготовки путешествия: знакомство с районом, принципы формирования туристской группы, изучение отчетов других групп, план-график похода, нормы скорости, классифицирование туристских походов по сложности. Стратегия и тактика туристских походов. Схемы построения маршрутов. Заполнение анкет (туристских паспортов) кружковцев. История туризма. Структура туристских органов. Маршрутно-квалификационные комиссии и их функции. Основные нормативные документы по спортивному туризму. Законы туристов (туристская этика). Кодекс путешественника. Права и обязанности руководителя и участников, основные туристские обязанности. Культура поведения туристов, их взаимоотношения с местными жителями. Значение дисциплины в походе. Оформление походной документации, получение разрешения на выход в поход. Отчет о походе, методика составления отчета, виды отчетов о походе (фотоотчет, дневник, техническое описание).

Практические занятия (семинары). Разработка маршрутов походов, способы классифицирования маршрутов, составление отчетов о пройденных походах.

Тема2. «Ориентирование и топография».

*Содержание дисциплины:*

Понятие местности, понятие рельефа, местные предметы, типовые формы рельефа, как-то: гора, хребет, котловина, лощина, седловина, основные разновидности местности: равнинная, холмистая, горная, лесистая, болотистая, лесисто-болотистая, пустынная.

Понятие ориентирования, необходимость ориентирования, виды топографических материалов, как-то: карта, план, кроки, абрис, аэрофотосъемка. Типы карт: общегеографические, топографические, специальные. Масштаб, масштабность карт: мелко-, средне-, крупномасштабные. Определение масштаба, номенклатура, старение карт, генерализация карт.

Содержание карты: топографические знаки, масштабы, рамка, зарамочное оформление, поле карты, сетка, магнитное склонение, шкала заложения, условные знаки, топографические знаки. Виды знаков: линейные, фигурные, площадные, пояснительные; масштабные и внемасштабные знаки. Группы знаков: дороги, населенные пункты, гидрография, растительность, рельеф, пояснительные и специальные знаки.

Сущность ориентирования, из чего складывается ориентирование, подготовка к ориентированию, стороны горизонта, азимут, отличие азимута от угла, азимутальное кольцо, средства и условия для ориентирования, измерение азимутов, способы ориентирования в пространстве: по компасу, по звездам, по Солнцу, по Луне, по местным предметам. Ориентирование во времени, определение расстояний.

История и устройство компаса, виды компасов, задачи, решаемые с помощью компаса: метод засечек, метод обратных засечек, определение точки стояния, ориентирование во времени.

Прокладка маршрута, составление плана-графика движения, высотная диаграмма маршрута, коэффициент перепада высот, дежурные проводники, протокол движения. Виды и правила разведки на маршруте. Описание местности (техническое описание маршрута), действия при потере ориентировки, съемка местности (составление плана местности).

Тактические свойства и виды местности. Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Что такое горизонталь, сечение; заложение, отметка, бергштрих.

Основные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Определение крутизны склонов.

План и карта. Виды и свойства карт. Километровая сетка, копирование карт. Что такое топографическая схема, кроки, маршрутная лента, обзорная карта. Обязанности топографа тургруппы. Работа с картой на маршруте по ее дополнению и уточнению. Условия ориентирования в походе на открытой и закрытой местности (при потере обзора), при наличии и отсутствии карт, на местности бедной и богатой ориентирами. Способы и приемы ориентирования в различных условиях летом и зимой. Обязанности проводников и разведчиков.

Магнитные свойства. Земли. Истинный и магнитный полюса, магнитные меридианы, магнитное склонение, магнитные аномалии. От чего зависит точность движения по азимутам. Виды ориентирования в туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный, азимутальный маршруты, ориентирование по легенде, определение точки стояния (привязка).

Практические занятия, семинары: работа с компасом, определение азимутов, движение по заданным азимутам; решение задач по карте местности; работа с картой и компасом (ориентирование карты, способы ориентирования карты, определение точки стояния, сличение карты с местностью); движение на местности с помощью карты (подготовка маршрута, составление плана-графика движения); определение расстояний на местности; составление плана местности.

Тема3: Основы медицинских знаний.

*Содержание дисциплины:*

Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему. Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста.

Купание в походе. Предупреждение переохлаждения и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Первая помощь при утоплении. Бледное и синее утопление. Отличия в оказании первой помощи. Причины смерти при утоплении. Содержание и комплектация групповой и индивидуальной походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Самоконтроль туриста. Транспортировка пострадавшего.

Акклиматизация и адаптация. Необходимость планирования маршрута с учетом акклиматизации группы. Последствия недостаточной акклиматизации.

Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды, Правила использования химических средств защиты от кровососущих насекомых. Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь при ожогах, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях, порезах, ссадинах, укусах насекомых и пресмыкающихся, при растяжении связок. Меры предупреждения перечисленных травм и заболеваний. Как остановить кровотечение. Что такое снежная слепота, ее предупреждение. Способы транспортировки пострадавшего, заболевшего. Обязанности санитаров походной туристской группы при подготовке и во время похода. Ведение санитарного походного журнала, ежедневный санитарный контроль над соблюдением правил личной гигиены, за чистотой посуды. Опасности бесконтрольного употребления грибов, ягод, трав. Почему турист не имеет права скрывать свое недомогание.

Медицинский контроль, его необходимость при подготовке похода и комплектации группы.

Практические занятия. Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего. Освоение приемов самоконтроля. Обработка и перевязка ран, наложение жгута.

#### Тема4: Организация питания в походе.

##### *Содержание дисциплины:*

Значение правильной организации питания в походе. Оценка энергозатрат. Назначение питания. Основные характеристики суточного питания: калорийность, пищевая ценность. Состав пищевых продуктов: белки, жиры, углеводы, витамины, микроэлементы. Их соотношение в суточном рационе в зависимости от условий похода. Режим питания. Нормы закладки основных продуктов. Требования к разнообразию питания в походе и к весу продуктов.

Составление меню и раскладка продуктов. Учет расхода продуктов. Способы термообработки пищи, достоинства и недостатки каждого из них. Хранение продуктов в пути. Способы расфасовки продуктов, их преимущества и недостатки.

Возможность пополнения пищевых запасов в пути, в том числе охотой, рыбной ловлей, сбором дикорастущих растений, грибов. "Неприкосновенный запас" продуктов, карманное питание.

Опасность пищевых отравлений и отравлений грибами. Съедобные и несъедобные грибы и ягоды.

Практические занятия (семинары): Разработка пищевой раскладки на поход; способы упаковки продуктов, подготовка продуктов к транспортировке.

#### Тема5. Туристское снаряжение.

##### *Содержание дисциплины:*

Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске, непромокаемость. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету. Выбор снаряжения в зависимости от маршрута. Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Правила укладки рюкзака. Ремонтный набор, его комплектация. Демонстрация снаряжения.

Практические занятия. Укладка рюкзака. Постановка палатки. Ремонт снаряжения.

#### Тема6: Гидрометеорология.

##### *Содержание дисциплины:*

Необходимость ведения метеорологических наблюдений в походе, значение характера погодных условий для успеха похода. Виды простейших наблюдений. Природные условия: температура, атмосферное давление, влажность, ветер. Признаки устойчивой хорошей и ясной погоды и перемены ее на ненастную и наоборот. Признаки приближения грозы. Предсказание погоды по местным признакам. Дневник наблюдений.

Практические занятия (семинары): Отработка навыков правильной работы с метеорологическими приборами, описание местных признаков погоды, предсказание погоды.

#### Тема7: Экологическая подготовка туриста.

##### *Содержание дисциплины:*

Законы об охране природы, охоте, рыболовстве. Значение окружающей среды для жизни человека. Памятники природы, заказники, заповедники, национальные парки. Особенности совершения туристских походов в природоохранных зонах (заповедниках, национальных парках). Красная книга природы. Исчезающие виды растений и животных родного края. Формы экологической работы в туристском походе.

Практические занятия (семинары): Изучение экологического состояния района похода; экологическая работа на маршруте.

## Тема8: Краеведческая подготовка туриста.

### *Содержание дисциплины:*

Понятие термина "краеведение". Формы краеведческой деятельности туристов. Общественное и нравственное значение краеведческой деятельности.

Виды походных краеведческих заданий. Методика выполнения походных краеведческих заданий. Знакомство с природой, историей, культурой родного края. Туристские возможности родного края. География России. Знакомство с основными туристскими районами страны.

Практические занятия (семинары): Проведение семинара по туристским районам России (заслушивание докладов кружковцев, просмотр слайдов, фильмов), работа над походными краеведческими заданиями; изучение районов предстоящих походов.

### **5. Образовательные технологии**

При освоении дисциплины используются такие сочетания видов учебной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности специалистов для достижения запланированных результатов обучения и формирования компетенций.

Дискуссия, работа в команде, игра, обучение на основе опыта, проектный метод и индивидуальное обучение.

Для достижения поставленных целей преподавания дисциплины реализуются следующие средства, способы и организационные мероприятия:

– изучение теоретического материала дисциплины на использовании компьютерных технологий;

– самостоятельное изучение теоретического материала дисциплины с использованием Internet-ресурсов, информационных баз, разработок, специальной учебной и научной литературы;

– закрепление теоретического материала при подготовке использованием учебного и научного материала, выполнения проблемно- ориентированных, поисковых, творческих заданий.

### **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.**

Темы, выносимые на самостоятельную проработку:

- 1 Представление данных в международном туризме
- 2 Вычислительные сети как средство обеспечения информационными ресурсами
- 3 Базы данных и базы знаний.
- 4 Представление данных в международном туризме.
- 5 Автоматизированные системы бронирования и резервирования в туризме.
- 6 Теории инновационных процессов. Н.Д. Кондратьев, Й. Шумпетер.
- 7 Государственное регулирование инновационного развития.
- 8 Интеллектуальная собственность в инновационных процессах.
- 9 Охрана и защита интеллектуальной собственности.
- 10 Влияние научно-технических нововведений на развитие туризма.
- 11 Инновации в гостиничном бизнесе.
- 12 Развитие информационных технологий и их применение в туризме.
- 13 Глобальные распределительные системы.
- 14 Влияние политической, экономической и социальных сфер на инновационные процессы в туризме.
- 15 Инновационные процессы в продвижении и коммерциализации туристского продукта.
- 16 Роль Всемирной туристской организации в стимулировании и распространении инноваций.
- 17 Принципы устойчивого развития туризма.

**7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

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

Перечень компетенций с указанием этапов их формирования приведен в описании образовательной программы.

Код компетенции из ФГОС ВО	Наименование компетенции из ФГОС ВО	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
ОПК-5	способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений.	<b>знает:</b> анатомо-морфологические, физиологические особенности физкультурно- спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста; <b>умеет:</b> оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений; <b>владеет:</b> способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений	Устный опрос Традиционные формы контроля Наблюдение и анализ деятельности студента на практике. Решение задач поставленных преподавателем.
ПК- 7	способностью обеспечивать применение навыков выживания в природной среде с учетом решения вопросов акклиматизации и воздействия на человека различных риск-геофакторов	<b>знает:</b> - Природу и сущность основных опасностей и угроз современности - Методику и содержание мер по ликвидации чрезвычайных ситуаций - Основы выживания в природной среде с учетом решения вопросов акклиматизации. <b>умеет:</b> - Своевременно выявлять признаки потенциальной опасности и по возможности устранять ее в тех случаях, когда такая угроза возникает; - Более четко и полно представлять характер грозящей опасности, предвидеть возможные варианты событий; <b>владеет:</b> - базовыми знаниями по курсу дисциплины, необходимыми для понимания и анализа риск опасных ситуаций в сфере	Устный опрос Традиционные формы контроля Наблюдение и анализ деятельности студента на практике. Решение задач поставленных преподавателем.

		физической культуры и спорта - Навыками выживания в природной среде.	
<b>ПК-15</b>	способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму	<b>знает:</b> средства и методы самоконтроля в процессе индивидуальной спортивной деятельности, способы поддержания спортивной формы; <b>умеет:</b> осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму; <b>владеет:</b> способностью осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать	Устный опрос Традиционные формы контроля Наблюдение и анализ деятельности студента на практике. Решение задач поставленных преподавателем.

## 7.2. Типовые контрольные задания

### Контрольные вопросы

1. Туризм с методикой тренировки
2. Терминология и техника различных элементов в туризме
3. Теоретические вопросы:
4. Общая характеристика пешеходного туризма.
5. Устройство компаса и его применение.
6. Режим питания в туристском походе.
7. Привалы и ночлеги и требования к ним.
8. Комплектование медицинской аптечки. 1-я мед. помощь.
9. Способы изображения рельефа на карте.
10. Укладка рюкзака. Транспортировка его на переправах
11. Способы изображения рельефа на карте
12. Азимут и движение по нему в различных условиях.
13. Устройство ночлегов в полевых условиях.
14. Виды туристских карт и схем.
15. Водные преграды. Виды переправ.
16. Учет расходов продуктов питания и пополнение ими в пути.
17. Практические вопросы:
18. Выполнение самостраховки и страховки при занятиях туризмом.
19. Подготовка туристического инвентаря и снаряжения к походу
20. Выполнение ориентирования на местности по карте и без.
21. Применение компаса в ориентировании. Измерение расстояний на местности и ведение глазомерной съемки.
22. Разрядные требования по спортивному туризму.
23. Значение общей и специальной подготовки для туриста.
24. Характеристика методов обучения двигательным действиям.
25. Судейство соревнований по туризму разного уровня.
26. Подготовка к пешеходному походу.
27. Причины несчастных случаев в туристском походе.

28. Теоретические вопросы:
29. Контроль и самоконтроль при занятиях туризмом.
30. Силовые способности, методика их воспитания при занятиях туризмом.
31. Значение правильной организации питания.
32. Техника движения по тропам и склонам.
33. Выносливость, методика воспитания.
34. Особенности подготовки, организации и проведения туристических пешеходных, лыжных горных походов со школьниками .
35. Составление комплексов физзарядки.
36. Гибкость, методика воспитания.
37. Судейства соревнований по туризму и спортивному ориентированию.
38. Порядок движения в различных условиях.
39. Составление отчета о походе.
40. Развитие координационных способностей на занятиях туризмом.
41. Особенности организации и проведения соревнований со школьниками по технике пешеходного туризма.

#### Практические вопросы

1. Выполнение общеразвивающих и специальных упражнений.
2. Выполнение обучения различным техническим элементам в туризме.
3. Выполнение норм судейства в рамках занятия.

### **7.3. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля - 30% и промежуточного контроля - 70%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий - 10 баллов,
- участие на практических занятиях - 20 баллов,

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- тестирование (контрольная работа) - 70 баллов.

## **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.**

а) основная литература:

1. Вяткин, Лев Алексеевич. Туризм и спортивное ориентирование : учеб. пособие для вузов / Вяткин, Лев Алексеевич ; Е.В.Сидорчук, Д.Н.Немытов. - М. : Академия, 2009. - 205,[3] с. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - ISBN 978-5-7695-5831-3 : 278-85.
2. Квартальнов, Валерий Александрович. Туризм : [учеб. для образоват. учреждений турист. профиля] / Квартальнов, Валерий Александрович ; Рос. междунар. акад. туризма. - М. : Финансы и статистика, 2004, 2001. - 314,[1] с. : ил. ; 20 см. - Библиогр.: с. 308-309. - ISBN 5-279-02253-5 : 140-00.
3. Соколова, Марина Валентиновна. История туризма : учеб. пособие для студентов учреждений высш. проф. образования / Соколова, Марина Валентиновна. - 7-е изд., испр. - М. : Академия, 2012. - 352 с. - (Высшее профессиональное образование. Туризм). - ISBN 978-5-7695-8758-0 : 403-70.
4. Вяткин, Лев Алексеевич. Туризм и спортивное ориентирование : учебник для студ. учрежд. высш. обр-я, обуч-ся по напр. подг. "Педагог. образ-е" профиль ("Физическая культура") / Вяткин, Лев Алексеевич. - 5-е изд., испр. - М. : Академия, 2013. - 469-70.

5. Воскресенский В.Ю. Международный туризм [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Социально-культурный сервис и туризм», «География», «Менеджмент организации», «Экономика и управление на предприятии(по отраслям)» / В.Ю. Воскресенский. — Электрон. текстовые данные. — М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2012. — 462 с. — 978-5-238-01456-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8096.html>

б) дополнительная литература:

1. Туризм как вид деятельности : [учеб. для вузов турист. профиля / И.В.Зорин, Т.П.Каверина, В.А.Квартальнов и др.]; Междунар. каф. ЮНЕСКО по культур. туризму в целях мира и развития, Рос. междунар. акад. туризма. - М. : Финансы и статистика, 2005. - 286,[1] с. ; 21 см. - (Менеджмент туризма/ редкол.: В.А.Квартальнов (гл.ред.) и др.). - Библиогр.: с. 283. - ISBN 5-279-02443-0 : 140-00.

2. Сапрунова, В.Б. Туризм: Эволюция. Структура. Маркетинг / В. Б. Сапрунова. - М. : Ось-89, 1998. - 160 с. - 40-60.

3. Туризм как объект управления : учебник / [Н.И.Волошин, Н.В.Исаева, Е.Н.Ильина и др.]; Междунар. каф. ЮНЕСКО по культур. туризму в целях мира и развития, Рос. междунар. акад. туризма. - М. : Финансы и статистика, 2004. - 300,[1] с. ; 21 см. - (Менеджмент туризма/ редкол.: В.А.Квартальнов (гл.ред.) и др.). - Библиогр.: с. 296-299. - ISBN 5-279-02448-1 : 140-00.

4. Туризм и краеведение / Федерал. центр детско-юношеского туризма и краеведения; [под ред. Ю.С.Константинова, А.Г.Маслова]. - М. : Сов. спорт, 2005. - 318 с. - (Программы для системы дополнительного образования детей). - ISBN 5-9718-0043-4 : 150-04

5. Мухамедиева С.А. Экономика туризма [Электронный ресурс] : учебно-методический комплекс для студентов очной и заочной форм обучения по направлению подготовки 43.03.02 (100400) «Туризм», профили подготовки: «Технология и организация экскурсионных услуг», «Организация и управление туроператорской и турагентской деятельностью», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / С.А. Мухамедиева. — Электрон. текстовые данные. — Кемерово: Кемеровский государственный институт культуры, 2014. — 140 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55278.html>

6. Ердавлетов С.Р. География международного туризма [Электронный ресурс] : учебное пособие для изучения курса «География международного туризма» / С.Р. Ердавлетов, Ж.Н. Алиева. — Электрон. текстовые данные. — Алматы: Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2013. — 273 с. — 978-601-247-971-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/59770.html>

## **9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.**

1) eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999 – . Режим доступа:

<http://elibrary.ru/defaultx.asp> (дата обращения: 01.04.2017). – Яз. рус., англ.

2) Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучением: [база данных] / Даг. гос. ун-т. – Махачкала, г. – Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. – URL: <http://moodle.dgu.ru/> (дата обращения: 22.03.2018).

3) Электронный каталог НБ ДГУ [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах лит, поступающих в фонд НБ

ДГУ/Дагестанский гос. ун-т. – Махачкала, 2010 – Режим доступа: <http://elib.dgu.ru>, свободный (дата обращения: 21.03.2018).

#### **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.**

Для оценки качества знаний, умений и навыков учащихся следует проводить различного рода контрольно-проверочные мероприятия. Так, в конце года обучения следует проводить зачет по теоретическому курсу с проверкой знаний по изученным дисциплинам.

По завершении изучения курса учащиеся должны уметь самостоятельно разрабатывать маршруты походов по равнинной части до 1 категории сложности, составлять и рассчитывать продуктовую раскладку, перечень группового и личного снаряжения, рассчитывать вес рюкзака.

Уровень технического мастерства проверяется на соревнованиях, которые проводят местные и городские туристские органы.

Уровень спортивного мастерства может быть оценен в присвоении очередных спортивных разрядов и званий.

Все вышеизложенные рекомендации были мной практически проверены на протяжении четырех лет при подготовке детей по некоторым разделам данной программы.

#### **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.**

- Программное обеспечение для лекций: MS PowerPoint (MS PowerPoint Viewer), Adobe Acrobat Reader, средство просмотра изображений, табличный просмотр.
- Программное обеспечение в компьютерный класс: MS PowerPoint (MS PowerPoint Viewer), Adobe Acrobat Reader, средство просмотра изображений, Интернет, E-mail.

#### **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.**

г. Махачкала, ул. Батырая 2 «а» Дворец Спорта ДГУ	зал №1 игровой
г. Махачкала, ул. Батырая 2 «а» Дворец Спорта ДГУ	зал №2 игровой
г. Махачкала, ул. Держинского 21	зал №3 игровой
г. Махачкала, ул. Батырая 2 «а» Дворец Спорта ДГУ	зал борьбы
г. Махачкала, ул. Батырая 2 «а» Дворец Спорта ДГУ	зал бокса
г. Махачкала, ул. Батырая 2 «а» Дворец Спорта ДГУ	тренажерный зал
г. Махачкала, ул. Батырая 2 «а» Дворец Спорта ДГУ	баскетбольная площадка с асфальтным покрытием
г. Махачкала, ул. Батырая 2 «а» Дворец Спорта ДГУ	футбольная площадка с искусственным покрытием

