

Кузбасский гуманитарно-педагогический институт  
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования «Кемеровский государственный университет»

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

«УТВЕРЖДАЮ»  
Декан ФФКЕП  
\_\_\_\_\_ В.А. Рябов  
«15» марта 2022г.

## **Рабочая программа дисциплины**

### **К.М.04.20 Туризм и спортивное ориентирование**

*Код, название дисциплины*

Направление подготовки

### **49.03.01 Физическая культура**

*Код, название направления*

Направленность (профиль) подготовки

### **Инструктор-методист по физической культуре и спорту**

Программа бакалавриата

Квалификация выпускника  
**бакалавр**

Форма обучения  
**очная**

Год набора **2022**

Новокузнецк 2022

## Содержание

|                                                                                                                           |   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 1. Цель дисциплины .....                                                                                                  | 3 |
| 1.1. Формируемые компетенции .....                                                                                        | 3 |
| 1.2. Индикаторы достижения компетенций.....                                                                               | 3 |
| 1.3. Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине .....                                                                     | 3 |
| 2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.....                          | 4 |
| 3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины. ....                                                                 | 5 |
| 3.1 Учебно-тематический план. ....                                                                                        | 5 |
| 3.2. Содержание занятий по видам учебной работы. ....                                                                     | 5 |
| 4. Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации. .... | 6 |
| 5. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины. ....                                | 7 |
| 5.1. Учебная литература.....                                                                                              | 7 |
| 5.2. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины. ...                                                    | 8 |
| 5.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы. ....                                   | 8 |
| 6. Иные сведения и (или) материалы. ....                                                                                  | 9 |
| 6.1. Примерные темы письменных учебных работ.....                                                                         | 9 |
| 6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации .....                                              | 9 |

## 1. Цель дисциплины.

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалаврита: ПК-1.

### 1.1. Формируемые компетенции

Таблица 1. Формируемые дисциплиной компетенции

| Наименование вида компетенции | Наименование категории (группы) компетенций | Код и название компетенции                                                                                                        |
|-------------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| профессиональная              |                                             | ПК-1. Способен использовать педагогически обоснованные формы, средства и методы организации физкультурно-спортивной деятельности. |

### 1.2. Индикаторы достижения компетенций

Таблица 2. Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

| Код и название компетенции                                                                                                        | Индикаторы достижения компетенции по ОПОП                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Дисциплины и практики, формирующие компетенцию по ОПОП                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-1. Способен использовать педагогически обоснованные формы, средства и методы организации физкультурно-спортивной деятельности. | ПК-1.1. Знает теоретические основы построения учебно-тренировочного процесса.<br>ПК-1.2. Способен ориентироваться в современных концепциях, формирующих медико-биологическую и психолого-физиологическую основу физической культуры и спортивной тренировки.<br>ПК-1.3. Способен применять полученные знания при разработке программы учебно-тренировочного процесса. | К.М.04.04 Теория и методика тренировочного процесса<br>К.М.04.06 Технологии физической культуры и спорта<br>К.М.04.11 Основы спортивной массовой работы<br>К.М.04.15 Возрастные аспекты физкультурно-спортивной деятельности<br>К.М.04.18 ЛФК и массаж в физкультурно-оздоровительной деятельности<br><b>К.М.04.20 Туризм и спортивное ориентирование</b><br>К.М.04.21 Бадминтон<br>К.М.08.05(П) Профильная практика по избранному виду спорта |

### 1.3. Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3. Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

| Код и название компетенции                                       | Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной                                                                | Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-1.<br>Способен использовать педагогически обоснованные формы, | ПК-1.1. Знает теоретические основы построения учебно-тренировочного процесса.<br>ПК-1.2. Способен ориентироваться в современ- | Знает:<br>– понятийный аппарат теории и методики физического воспитания;<br>– методику развития физических качеств;<br>– технологию обучения двигательным действиям; |

|                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| средства и методы организации физкультурно-спортивной деятельности. | <p>ных концепциях, формирующих медико-биологическую и психолого-физиологическую основу физической культуры и спортивной тренировки.</p> <p>ПК-1.3. Способен применять полученные знания при разработке программы учебно-тренировочного процесса.</p> | <p>– особенности построения учебно-тренировочного процесса с занимающимися различных возрастных групп.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и применять программное обеспечение учебно-тренировочного процесса;</li> <li>– использовать достижения науки для обоснования выбранных методов и режимов физического воспитания и спортивной тренировки;</li> <li>– подобрать методику развития физических качеств с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;</li> <li>– использовать различные технологии обучения двигательным действиям.</li> </ul> <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основными приемами обучения двигательным действиям и развития физических качеств;</li> <li>– умением разрабатывать программы учебно-тренировочного процесса;</li> <li>– навыками объективной комплексной характеристики и прогноза спортивных достижений обучающихся.</li> </ul> |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.

Таблица 4. Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий.

| Общая трудоёмкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах                                                                           | Объём часов       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1. Общая трудоёмкость дисциплины                                                                                                                             | 72                |
| 2. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)                                                                         | 30                |
| Аудиторная работа (всего):                                                                                                                                   | 30                |
| в том числе:                                                                                                                                                 |                   |
| лекции                                                                                                                                                       | 10                |
| практические занятия, семинары                                                                                                                               | 20                |
| практикумы                                                                                                                                                   |                   |
| лабораторные работы                                                                                                                                          |                   |
| в интерактивной форме                                                                                                                                        |                   |
| в электронной форме                                                                                                                                          |                   |
| Внеаудиторная работа (всего):                                                                                                                                |                   |
| в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем                                                                                              |                   |
| подготовка курсовой работы /контактная работа                                                                                                                |                   |
| групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем) |                   |
| творческая работа (эссе)                                                                                                                                     |                   |
| 3. Самостоятельная работа обучающихся (всего)                                                                                                                | 42                |
| 4. Промежуточная аттестация обучающегося                                                                                                                     | семестр 4 – зачет |

### 3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

#### 3.1 Учебно-тематический план.

Таблица 5. Учебно-тематический план очной формы обучения.

| №<br>п/п | Разделы и темы дисциплины                                                                                                                                                           | Общая<br>трудо-<br>ём-<br>кость<br>(всего<br>час.) | Трудоемкость занятий (час.) |          |     | Формы <sup>1</sup> те-<br>кущего кон-<br>троля и про-<br>межуточной<br>аттестации<br>успеваемости |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------|----------|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                                                                                                                                                                     |                                                    | Аудиторные<br>занятия       |          | СРС |                                                                                                   |
|          |                                                                                                                                                                                     |                                                    | лекции                      | практич. |     |                                                                                                   |
| 1.       | Обеспечение безопасности. Профилакто-<br>тика травматизма, врачебный контроль.                                                                                                      | 14                                                 | 2                           | 4        | 8   | УО, ПР                                                                                            |
| 2.       | Программа спортивной подготовки к<br>лыжному походу.                                                                                                                                | 14                                                 | 2                           | 4        | 8   | УО, ПР                                                                                            |
| 3.       | Особенности организации и проведения<br>горных походов. Контрольные тесты и<br>функциональные пробы для самооценки<br>резервных возможностей систем орга-<br>низма во время похода. | 14                                                 | 2                           | 4        | 8   | УО, ПР                                                                                            |
| 4.       | Особенности организации и проведения<br>водных походов.                                                                                                                             | 14                                                 | 2                           | 4        | 8   | УО, ПР                                                                                            |
| 5.       | Топографическая подготовка. Ориенти-<br>рование на местности.                                                                                                                       | 16                                                 | 2                           | 4        | 10  | УО, ПР                                                                                            |
|          | Промежуточная аттестация                                                                                                                                                            |                                                    |                             |          |     | УО-3                                                                                              |
| Всего:   |                                                                                                                                                                                     | 72                                                 | 10                          | 20       | 42  |                                                                                                   |

#### 3.2. Содержание занятий по видам учебной работы.

Таблица 7. Содержание дисциплины.

| №<br>п/п                            | Наименование раздела,<br>темы дисциплины                                                                                                | Содержание занятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Содержание лекционного курса</b> |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 1.                                  | Обеспечение безопасности. Профилактика травматизма, врачебный контроль.                                                                 | Ответственность администрации и руководителя групп за безопасное проведение похода. Ответственность Маршрутно-квалификационной комиссии при выпуске на маршрут. Связь с КСС. Возраст и количественный состав групп. Продолжительность похода в зависимости от возрастной группы. Нормы переходов и нагрузки. Основные причины травматизма и несчастных случаев в походе: неправильный выбор маршрута; несоответствующее снаряжение; недостаточная физическая, техническая, тактическая подготовка; утомление, неопытность, нарушение дисциплины, паника, внешние факторы, неопытность и самоуверенность руководителя, плохое изучение района похода, отсутствие необходимого картографического материала, неумение в ориентировании и т. д. |
| 2.                                  | Программа спортивной подготовки к лыжному походу.                                                                                       | Походные условия, низкие температуры, короткий световой день, отсутствие дорог, наличие скрытых водоемов, затруднение в ориентировке, холодные ночлеги и т. д. Снаряжение туриста-лыжника, его особенности. Требования к лыжному инвентарю.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 3.                                  | Особенности организации и проведения горных походов. Контрольные тесты и функциональные пробы для самооценки резервных возможностей си- | Продолжительность и протяженность маршрутов. Перевалы 1а и 1б. Преодоление сложных участков (осыпей, скал, снежных склонов). Приемы страховки. Умение работать с веревкой. Движение по горизонтальным и вертикальным перилам. Методика определения нагрузки по показаниям пульса, частоте дыхания. Оценка                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

<sup>1</sup> УО – устный опрос, УО-1 – собеседование, УО-3 – зачет, УО-4 – экзамен, ПР – письменная работа, ПР-1 – тест, ПР-2 – контрольная работа, ПР-3 – эссе, ПР-4 – реферат, ПР-5 – курсовая работа, ПР-7 – отчет по НИРС, ИЗ – индивидуальное задание; ТС-3 – комплексные ситуационные задачи.

|                                               |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                               | стем организма во время похода.                                                                                                                                       | функциональной подготовленности по задержке дыхания на вдохе и выдохе. Методика оценки состояния центральной нервной системы по пульсу и кожно-сосудистой реакции.                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 4.                                            | Особенности организации и проведения водных походов.                                                                                                                  | Характеристика легких гребных судов. Байдарки «Таймень», «Варзуга», надувные лодки, деревянные плоты, надувные плоты. Ремонт судов. Размещение личного, группового снаряжения, продуктов. Техника движения судов, организация бивачных работ.                                                                                                                                                                                             |
| 5.                                            | Топографическая подготовка. Ориентирование на местности.                                                                                                              | План. Карта. Масштаб. Меридиан истинный (географический) и магнитный. Магнитные склонения. Магнитный и небесный азимут. Генерализация и старение карты. Карты для походов. Условные топографические знаки. Изображения рельефа с помощью горизонталей. Основные формы рельефа: хребет (водораздел) лощина (водослив), бугор, ямы, седловина. Горизонталы основные, вспомогательные, утолщенные. Измерение расстояния по карте. Курвиметр. |
| <b><i>Содержание практических занятий</i></b> |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 1.                                            | Обеспечение безопасности. Профилактика травматизма, врачебный контроль.                                                                                               | Личная и общественная гигиена. Врачебный контроль. Предпоходный контроль, текущий (в походе). Самоконтроль. Действия туриста в экстремальной ситуации: дождь, буря, потеря ориентировки в лесу, жажда, лесной пожар, молния, утопающий, ядовитая змея и т. д. Травмы и их профилактика. Противопоказания для участия в туристских мероприятиях.                                                                                           |
| 2.                                            | Программа спортивной подготовки к лыжному походу.                                                                                                                     | Требования к групповому снаряжению. Палатки, коврики, печки, групповые спальные мешки. Техника передвижения по глубокому снегу, кустарникам. Преодоление спусков, завалов, тактика движения.                                                                                                                                                                                                                                              |
| 3.                                            | Особенности организации и проведения горных походов. Контрольные тесты и функциональные пробы для самооценки резервных возможностей систем организма во время похода. | Организация переправ через горные реки. Выбор места бивака и бивачные работы. Работа с примусом. Требования к личному и групповому снаряжению. Методика определения нагрузки по показаниям пульса, частоте дыхания. Оценка функциональной подготовленности по задержке дыхания на вдохе и выдохе. Методика оценки состояния центральной нервной системы по пульсу и кожно-сосудистой реакции.                                             |
| 4.                                            | Особенности организации и проведения водных походов.                                                                                                                  | Обеспечение безопасности в туристских водных путешествиях. Возможные варианты аварий и их ликвидация. Спасание утопающего. Первая медицинская помощь.                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 5.                                            | Топографическая подготовка. Ориентирование на местности.                                                                                                              | Ориентирование по местным предметам, солнцу и часам, луне, звездам. Ориентирование по компасу. Хранение карты в походе, движение с использованием карты.                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

#### **4. Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.**

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 8.

Таблица 8. Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам (БРС). ЗФО

| Учебная работа (виды)                                 | Сумма баллов                               | Виды и результаты учебной работы | Оценка в аттестации                                              | Баллы |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------|
| <b><i>Текущая учебная работа в семестре</i></b>       |                                            |                                  |                                                                  |       |
| Посещение занятий по расписанию и выполнение заданий. | <b>80</b><br>(100% / баллов<br>приведенной | Лекционные занятия (2 занятия)   | 6 баллов – посещение 1 лекционного занятия.                      | 3-12  |
|                                                       |                                            | Практические и лабораторные      | 6 баллов – посещение 1 практического занятия и выполнение работы | 30-50 |

|                                                                                                |                                                        |                                                     |                                                                                                                                                                      |          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|                                                                                                | шкалы)                                                 | занятия<br>(5 занятий)                              | на 51-65%<br>10 баллов – посещение 1 занятия и<br>существенный вклад на занятии в<br>работу всей группы, самостоятель-<br>ность и выполнение работы на 85,1-<br>100% |          |
|                                                                                                |                                                        | Устный опрос                                        | 18 баллов (51 - 65% правильных от-<br>ветов)<br>26 баллов (66 - 84% правильных от-<br>ветов)<br>38 баллов (85 - 100% правильных<br>ответов)                          | 18-38    |
| Итого по текущей работе в семестре                                                             |                                                        |                                                     |                                                                                                                                                                      | 51 - 100 |
| Промежуточная аттестация                                                                       |                                                        |                                                     |                                                                                                                                                                      |          |
| Промежу-<br>точная атте-<br>стация (за-<br>чет)                                                | 10-20<br>(100%<br>/баллов<br>приве-<br>денной<br>шкалы | Вопрос                                              | 5 баллов (пороговое значение)<br>10 баллов (максимальное значение)                                                                                                   | 5-10     |
|                                                                                                |                                                        | Решение прак-<br>тикоориентиро-<br>ванного задания. | 5 баллов (пороговое значение)<br>10 баллов (максимальное значение)                                                                                                   | 5-10     |
| Итого по промежуточной аттестации (зачет)                                                      |                                                        |                                                     |                                                                                                                                                                      | 10-20    |
| Суммарная оценка по дисциплине:<br>Сумма баллов текущей и промежуточной аттестации 51 – 100 б. |                                                        |                                                     |                                                                                                                                                                      |          |

## 5. Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.

### 5.1. Учебная литература.

#### *Основная учебная литература:*

1.Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях : учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. - 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625> (дата обращения: 21.09.2020). - Текст: электронный.

#### *Дополнительная учебная литература:*

1. Махов, С.Ю. Организация безопасности активного туризма : учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования / С.Ю. Махов ; Межрегиональная Академия безопасности и выживания. - Орел : МАБИБ, 2014. - 126 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн.. ; То же . - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428625>. (дата обращения: 21.09.2020). - Текст: электронный.

2. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм : учебное пособие для академического бакалавриата / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 455 с. — (Серия : Университеты России). — ISBN 978-5-534-04075-3. — URL: [www.biblioonline.ru/book/FB9982C5-8621-40E3-ABA0-5711831CB181](http://www.biblioonline.ru/book/FB9982C5-8621-40E3-ABA0-5711831CB181). (дата обращения: 21.09.2020). - Текст: электронный.

3. Ланда, Б.Х. Туристский поход с проверкой приобретенных навыков: организация, подготовка и проведение : учебно-методическое пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань : Познание, 2014. - 52 с. : табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-8399-0503-0 ; То же - URL:

<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364177>. (дата обращения: 21.09.2020). - Текст: электронный.

## 5.2. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.

Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях НФИ КемГУ:

| № п/п | Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности по дисциплине                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Адрес помещений для проведения всех видов учебной деятельности по дисциплине                              |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | <p><b>113</b> Учебная аудитория для проведения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– занятий лекционного типа;</li> <li>– текущего контроля и промежуточной аттестации.</li> </ul> <p><b>Специализированная (учебная) мебель:</b> доска меловая, кафедра, столы, стулья.</p> <p><b>Оборудование:</b> <i>переносное</i> - экран, ноутбук, проектор.</p> <p><b>Учебно-наглядные пособия.</b></p> <p><b>Используемое программное обеспечение:</b> MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО).</p> <p><b>Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.</b></p>                                                                                                                                            | 654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6 |
| 2.    | <p><b>226</b> Лаборатория ГИС. Учебная аудитория для проведения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– занятий семинарского (практического) типа;</li> <li>– текущего контроля и промежуточной аттестации.</li> </ul> <p><b>Специализированная (учебная) мебель:</b> доска меловая, столы, стулья.</p> <p><b>Оборудование:</b> экран; <i>переносное</i> – ноутбук, проектор, компьютеры (2 шт.), копировальный аппарат, сканер.</p> <p><b>Учебно-наглядные пособия:</b> тематические карты мира и регионов, карты Кемеровской области.</p> <p><b>Используемое программное обеспечение:</b> MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО).</p> <p><b>Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.</b></p> | 654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6 |
| 3.    | <p><b>106</b> Помещение для самостоятельной работы, студентов:</p> <p><b>Специализированная (учебная) мебель:</b> столы, стулья, доска меловая.</p> <p><b>Оборудование:</b> компьютеры (4 шт).</p> <p><b>Учебно-наглядные пособия.</b></p> <p><b>Используемое программное обеспечение:</b> MS Windows (Microsoft Imagine Premium 3 year по лицензионному договору № 1212/КМР от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО).</p> <p><b>Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 654041, Кемеровская область - Кузбасс, Новокузнецкий городской округ, г. Новокузнецк, ул. Кузнецова, д. 6 |

## 5.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине:

1. Сайт Международной федерации спортивного ориентирования <http://orienteering.org/>
2. Сайт федерации спортивного ориентирования России <http://www.rufso.ru/>



3. Лесные новости – Новости российского спортивного ориентирования  
<http://www.moscompass.ru/news>
4. Сайт ветеранов спортивного ориентирования России  
[http://veteranso.ru/soviet\\_veteranov](http://veteranso.ru/soviet_veteranov)
5. Федерация спортивного туризма России: <https://tssr.ru/>

## **6. Иные сведения и (или) материалы.**

### **6.1. Примерные темы письменных учебных работ**

1. Виды спортивного ориентирования.
  2. Групповое и личное снаряжение для многодневного и однодневного походов.
  3. Оценка результата на маркированной трассе.
  4. Условия выбора и организация бивака.
  5. Летнее ориентирование /виды/.
  6. Установка палатки, укладка рюкзака, виды костров.
  7. Травмы в походе и первая медицинская помощь.
  8. Зимнее ориентирование.
  9. Документация похода.
  10. Эстафеты в спортивном ориентировании
  11. Обязанности начальника дистанции.
  12. Технические приемы в спортивном ориентировании.
  13. Туристические хитрости. Транспортировка и хранение продуктов.
- Ориентирование без компаса.
14. Организация зимнего похода.
  15. Комплектование группы и распределение обязанностей.
  16. Условия выбора маршрута.

### **6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации**

1. История развития туризма.
  2. Топографическая подготовка.
  2. Классификация видов туризма.
  3. Карта и масштаб.
  4. Однодневный поход.
  5. Условные знаки / классификация/.
  6. Этапы организации многодневного похода.
  7. Работа с компасом. Азимут.
  8. Составление меню и расчет продуктов.
  9. Виды спортивного ориентирования.
  10. Групповое и личное снаряжение для многодневного и однодневного походов.
  11. Оценка результата на маркированной трассе.
  12. Условия выбора и организация бивака.
  13. Летнее ориентирование /виды/.
  14. Установка палатки, укладка рюкзака, виды костров.
  15. Травмы в походе и первая медицинская помощь.
  16. Зимнее ориентирование.
  17. Документация похода.
  18. Эстафеты в спортивном ориентировании
  19. Обязанности начальника дистанции.
  20. Технические приемы в спортивном ориентировании.
  21. Туристические хитрости. Транспортировка и хранение продуктов.
- Ориентирование без компаса.

22. Организация зимнего похода.
23. Комплектование группы и распределение обязанностей.
24. Условия выбора маршрута.
25. Определение времени прохождения дистанции в спортивном ориентировании. Условия аннулирования результата.
26. Маршруты выходного дня для школьников.
27. Медицинский контроль.

Составитель: \_\_\_\_\_ Монахова Е.Г., доцент кафедры ФКС, к.п.н., доцент  
(фамилия, инициалы и должность преподавателя (ей))